

# Keefektifan Konseling Kelompok Realita untuk Meningkatkan Motivasi Belajar pada Mata Pelajaran Adaptif

Erlangga Bima Sakti<sup>1</sup>, Wagimin<sup>1</sup>, Ribut Purwaningrum<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Prodi Bimbingan dan Konseling, FKIP, Universitas Sebelas Maret  
Jl. Ir. Sutami 36A, Surakarta, Jawa Tengah, Indonesia  
e-mail: [erlanggabima2@gmail.com](mailto:erlanggabima2@gmail.com) No. HP +6282225884625

**Abstract:** Low learning motivation in adaptive subjects is an obstacle that is often found in SMK. This study examines the effectiveness of reality group counseling in increasing learning motivation in adaptive subjects in SMK. This study used a pretest-posttest design. The research subjects were 20 students who were divided into two groups. This study uses a learning motivation scale. The results of data analysis with the Mann-Whitney test obtained a Z value of -3.150 with a p-value of 0.02 ( $0.02 < 0.05$ ), which means the hypothesis is accepted. These results conclude that reality group counseling effectively increases the learning motivation of research subjects.

**Keywords:** Group Counseling; Reality Counseling; Adaptive Subjects

**Abstrak:** Motivasi belajar yang rendah pada mata pelajaran adaptif merupakan suatu hambatan yang banyak ditemui di SMK. Penelitian ini bertujuan untuk menguji tentang keefektifan konseling kelompok realita untuk meningkatkan motivasi belajar pada mata pelajaran adaptif di SMK. Penelitian ini menggunakan rancangan *pretest-posttest design*. Subjek penelitian yaitu 20 siswa yang dibagi menjadi dua kelompok. Penelitian ini menggunakan skala motivasi belajar. Hasil analisis data dengan Uji *Mann Whitney* didapatkan nilai Z sebesar -3,150 dengan p-value 0,02 ( $0,02 < 0,05$ ) yang berarti hipotesis diterima. Hasil ini menunjukkan kesimpulan bahwa konseling kelompok realita efektif untuk meningkatkan motivasi belajar subjek penelitian.

**Kata Kunci:** Konseling Kelompok; Konseling Realita; Mata Pelajaran Adaptif

## PENDAHULUAN

Motivasi dapat diartikan sebagai dorongan dan daya penggerak seseorang untuk berperilaku (Wahab, 2008). Sedangkan Winkel (Manizar, 2005) menjelaskan bahwa motivasi merupakan motif yang akan aktif dalam keadaan tertentu, sedang motif adalah daya penggerak manusia untuk berbuat suatu kegiatan untuk mencapai suatu tujuan yang direncanakan. Sehingga, motif dapat diartikan sebagai rangsangan untuk melakukan suatu kegiatan, sedangkan motivasi adalah yang memberikan arah. Hani Handoko (Soemanto, 2006) menjelaskan bahwa motivasi merupakan keadaan individu yang mendorong keinginannya untuk melakukan suatu kegiatan sehingga tujuan yang diinginkan dapat dicapai. Berkaitan dengan kegiatan belajar, motivasi adalah daya penggerak yang menyeluruh dari dalam diri sehingga memunculkan dan memberi arah belajar. Menurut Emda (2017) Motivasi belajar menjadi salah satu indikator yang berpengaruh pada pencapaian nilai siswa. Siswa yang motivasi belajarnya tinggi, umumnya akan



mendapat keberhasilan ketika proses ataupun pada hasil belajarnya. Sebaliknya, siswa memiliki yang motivasi belajarnya rendah ketika proses belajar akan mengalami kesulitan

Peneliti melakukan studi pendahuluan yang dilakukan dengan wawancara kepada guru bimbingan dan konseling pada saat Magang Kependidikan 3 pada bulan Oktober 2018. Hasilnya diperoleh keterangan bahwa siswa kelas sekolah tempat penelitian hanya mempunyai motivasi belajar yang cenderung tinggi pada mata pelajaran kejuruan. Sebaliknya, motivasi untuk mengikuti mata pelajaran adaptif cenderung rendah, bahkan beberapa tidak memiliki minat untuk mengikuti mata pelajaran tersebut. Keterangan dari guru tersebut diperkuat dengan pengamatan langsung siswa, ketika mata pelajaran adaptif siswa banyak yang tidur di kelas, tidak memperhatikan ketika guru menjelaskan, sengaja masuk kelas secara terlambat, dan nilai dari ujian tengah semester yang jauh dibawah rata-rata.

Memiliki motivasi belajar yang rendah berakibat pada rendahnya pengetahuan yang didapatkan siswa yang bermuara pada kesulitan menyesuaikan diri. Dampak lain yang akan dirasakan siswa adalah prestasi belajar mereka rendah. Lebih buruk, siswa akan tinggal kelas dan dikembalikan pada orang tua oleh pihak sekolah. Motivasi belajar yang rendah merupakan masalah yang cukup serius, salah satu upaya layanan yang dilakukan guru BK adalah memberikan bimbingan klasikal mengenai motivasi belajar. Akan tetapi, hal tersebut dirasa belum menyelesaikan permasalahan siswa.

Menurut hasil penelitian Wijayanti, T. (2020), salah satu upaya peningkatan motivasi belajar peserta melalau layanan konseling kelompok. Menurut penelitian yang dilakukan Al Hanif (2013) motivasi belajar dapat ditingkatkan dengan menggunakan pendekatan realita. Menurut Corey (2003:263) konseling realita memfokuskan pada perilaku pada masa sekarang untuk memodifikasi perilaku. Konseling ini berfungsi agar klien dapat menyelesaikan masalah sendiri dalam menghadapi realitas dan memenuhi kebutuhan dasar dirinya serta bertanggung jawab atas perilakunya. Sedangkan McArthur (Parrot, 2003) mengemukakan bahwa konseling realita lebih besar dalam memberikan kesempatan kepada individu untuk ikut terlibat dalam menyelesaikan masalah diri sendiri, atau terlibat dalam membantu penyelesaian masalah orang lain. Konseling kelompok akan berdampak positif ketika para peserta dalam kelompok mempunyai permasalahan yang homogen meskipun diselesaikan dalam berbagai langkah pemecahan.

Glasser (Corey 2007: 265) juga berpendapat bahwa individu adalah orang yang bisa menentukan arah dirinya, sehingga individu-individu tersebut memiliki kemampuan untuk bertanggung jawab dalam menerima akibat dari tingkah lakunya sendiri. Individu yang memiliki tanggung jawab akan berusaha melakukan sesuatu yang berguna bagi orang lain. Ketika motivasi siswa cenderung rendah, konsekuensinya adalah kegagalan untuk mencapai kesuksesan. Glasser juga berpendapat (Corey, 2007:269) bahwa konsep inti konseling realitas adalah dengan

---

menyadarkan manusia akan tanggung jawab, sehingga konseling realita merupakan salah satu pendekatan yang sesuai untuk menyadarkan individu agar bertanggung jawab sehingga siswa dapat mengubah motivasinya ketika mengikuti mata pelajaran adaptif. Terdapat tahapan yang digunakan pada konseling kelompok realita untuk meningkatkan motivasi belajar siswa, yaitu tahapan *WDEP*.

Menurut Palmer (2010:534-537) tahapan *WDEP* dalam konseling realita mempunyai kerangka pertanyaan jelas dan tidak hanya dimaksudkan sebagai langkah-langkah yang sederhana. Tiap-tiap huruf dalam *WDEP* melambangkan tahap yang bermakna. Dalam tahap *WDEP*, *Wants* bermakna keinginan, *Doing and Direction* bermakna arahan, *Evaluation* bermakna penilaian, dan *Planning* bermakna perencanaan. Tahapan ini digunakan dalam upaya membantu siswa memahami keinginan yang menjadi tujuan, perilaku, untuk kemudian merencanakan rencana tindak lanjut.

Berdasarkan pemaparan latar belakang di atas, serta informasi mengenai motivasi belajar dan pentingnya peranan guru BK pada khususnya dalam usaha membantu siswa yang terhambat masalah pada motivasi belajarnya, konseling kelompok realita dipandang menjadi salah satu layanan konseling yang sesuai untuk digunakan dalam usaha meningkatkan motivasi belajar siswa. Namun teori itu perlu dibuktikan.

## **METODE**

Metode yang digunakan adalah metode penelitian eksperimen, desain penelitian *quasi experimental design* dengan rancangan *non equivalent control group design*. Desain penelitian ini dipilih karena dapat digunakan untuk membandingkan hasil antara pemberian nilai pada kelompok eksperimen yang diberi perlakuan (*treatment*) dengan kelompok kontrol yang tidak ada perlakuan. Pada desain penelitian ini subjek tidak dipilih secara acak (Creswell, 2012: 310). Subjek penelitian yang digunakan adalah siswa SMK yang memiliki motivasi belajar rendah pada mata pelajaran adaptif. Pengambilan subjek tersebut berdasarkan hasil dari rekomendasi guru BK. Sebanyak 20 siswa yang akan dipisah menjadi dua kelompok yang berbeda, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Masing-masing anggota pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol adalah sebanyak 10 siswa.

Penelitian ini dilakukan dalam 5 kali pertemuan pada kelompok eksperimen. Pertemuan pertama *pretest*, pertemuan kedua sampai ketiga *treatment* dengan menggunakan konseling kelompok realita dan pertemuan terakhir *posttest*. Sedangkan untuk kelompok kontrol dilakukan penelitian sebanyak 4 kali. Pertemuan pertama *pretest*, pertemuan kedua dan ketiga diberikan layanan informasi mengenai motivasi belajar dan pertemuan terakhir *posttest*.

## HASIL

Terdapat hipotesis yang akan diuji dalam penelitian ini, yaitu  $H_a$  yang berarti terdapat perbedaan skor motivasi belajar siswa yang signifikan antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol. Sedangkan  $H_o$  yang berarti tidak terdapat perbedaan skor motivasi belajar siswa yang signifikan antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol.

Pengujian Hipotesis menggunakan analisis statistik uji *Mann Whitney* dengan bantuan SPSS 17. Uji *Mann Whitney* digunakan untuk mengetahui perbedaan skor *pretest* dan *posttest* motivasi belajar siswa. Hasil pengujian pada skor *pretest* menunjukkan bahwa nilai sig (2-tailed) sebesar  $0,53 > 0,05$ . Berdasar pada hasil tersebut, maka dapat disimpulkan hipotesis ditolak, atau dapat dikatakan bahwa sebelum pemberian *treatment* tidak ada perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Sedangkan hasil pengujian pada skor *posttest* diketahui bahwa nilai sig (2-tailed) sebesar  $0,02 < 0,05$ . Maka dapat dikatakan bahwa hipotesis diterima dan berarti terdapat perbedaan antara dua kelompok *pretest* dan *posttest*. Perbedaan tersebut disebabkan adanya pemberian *treatment* berupa konseling kelompok realita yang diberikan pada kelompok eksperimen, sehingga hipotesis diterima dan terbukti kebenarannya.

Berdasarkan keterangan diatas, dapat disimpulkan bahwa adanya perbedaan antara kelompok eksperimen dan kontrol setelah dilakukannya *treatment*. Perbedaan tersebut terjadi karena adanya pemberian *treatment* pada kelompok eksperimen dengan melaksanakan konseling kelompok realita. Hal ini membuktikan bahwa konseling kelompok realita dapat digunakan untuk meningkatkan motivasi belajar pada mata pelajaran adaptif.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan pengujian analisis statistik diketahui konseling kelompok realita efektif digunakan untuk meningkatkan motivasi belajar siswa. Pernyataan tersebut dapat dibuktikan menggunakan hasil pengujian *Mann Whitney* terhadap data *posttest* yang menunjukkan adanya perbedaan *posttest* antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Hal tersebut terjadi karena pada kelompok eksperimen diberi *treatment* dengan menggunakan konseling kelompok realita.

Pelaksanaan konseling kelompok realita pada penelitian ini dilakukan sesuai dengan tahap-tahap konseling yang ada, yaitu tahapan *WDEP* antara lain: pada tahap (1) *wants* peneliti mengidentifikasi keinginan atau cita-cita siswa. Pada tahap ini, siswa saling menyampaikan keinginannya. Kemudian pada tahap (2) *doing and direction* peneliti bertanya apa saja yang sudah dilakukan peserta didik dalam upaya mencapai keinginan yang sudah disampaikan. Pada tahap ini seluruh peserta bertukar informasi, saling memberikan masukan mengenai perilaku yang

---

seharusnya dilakukan, sehingga masukan yang didapatkan siswa bervariasi. Selanjutnya tahap (3) *evaluations* yaitu memberikan evaluasi mengenai perilaku yang dilakukan siswa apakah bertanggung jawab atau tidak. Pada tahap evaluasi siswa saling memberikan evaluasi, siswa saling bertukar pendapat dan pikiran, sehingga pada tahap ini, evaluasi tidak hanya diberikan oleh konselor saja. Pada tahap terakhir konseling realita peneliti bersama-sama siswa melakukan (4) *planning* apa saja yang harus dilakukan oleh siswa, perilaku apa saja yang bertanggung jawab. Hal yang paling ditekankan dalam tahapan konseling tersebut adalah proses diskusi dan tindak lanjut. Melalui proses diskusi tersebut, siswa mempunyai kesempatan yang sama untuk saling bertukar pikiran sehingga memunculkan gagasan atau ide baru yang pada akhirnya tujuan dari konseling kelompok tersebut dapat dipenuhi.

Hasil tersebut relevan dengan penelitian-penelitian yang dilakukan sebelumnya, bahwa konseling kelompok realita merupakan salah satu cara yang efektif untuk digunakan dalam rangka meningkatkan motivasi belajar siswa. Masoudi dkk (2016), hasil analisis manova menunjukkan bahwa konseling realita memberikan dampak yang signifikan terhadap peningkatan motivasi berprestasi dan kemampuan memecahkan masalah pada siswa. Penelitian Mason dan Duba (2009) menunjukkan bahwa penggunaan konseling realita di sekolah akan memberikan dampak yang potensial untuk meningkatkan prestasi akademik, perencanaan karir, dan mengembangkan hubungan pribadi-sosial siswa. Penelitian lain dilakukan oleh Kianipour dan Hoseini (2012) yang membahas tentang pemberian pelatihan teori pilihan Glasser kepada guru untuk meningkatkan kecakapan akademik siswa. Hasil analisis anova menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan skor *pretest* dan *posttest* siswa. Dengan demikian pelatihan tersebut dapat meningkatkan kecakapan akademik siswa.

Hambatan lainnya yaitu berkaitan dengan ketersediaan ruang untuk melaksanakan konseling. Alternatif ruangan yang ada adalah ruang rapat, akan tetapi tidak setiap waktu ruangan rapat kosong. Terkadang waktu pelaksanaan konseling bersamaan dengan rapat guru, sehingga harus mencari ruangan lain. Keterbatasan dalam penelitian ini terdapat pada subjek penelitian yang masih tergolong sedikit, hanya beberapa siswa kelas XI yang pada akhirnya penelitian kurang memberikan manfaat yang lebih luas. Dari beberapa hambatan maupun keterbatasan tersebut, maka kepada peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian menggunakan konseling kelompok realita menjadi lebih menarik dan lebih luas cakupannya, sehingga dapat memberikan manfaat yang lebih luas.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan analisis data tersebut, maka diperoleh kesimpulan bahwa konseling kelompok realita berpengaruh terhadap peningkatan motivasi belajar mata pelajaran adaptif bagi

---

siswa. Mengacu pada hasil dan kesimpulan pada penelitian ini, maka dapat diajukan beberapa saran yang diharapkan akan membantu dan bermanfaat bagi berbagai pihak. Bagi guru Bimbingan dan Konseling diharapkan dapat menggunakan konseling kelompok realita sebagai salah satu alternatif pemberian layanan untuk membantu siswa yang memiliki motivasi belajar yang rendah. Bagi peneliti lain yang hendak mengkaji atau meneliti dengan teknik yang sama, diharapkan dapat mengembangkan dengan meneliti variabel lain. Hal tersebut dimaksudkan agar penelitian konseling kelompok realita dapat memberikan hasil yang bervariasi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Al Hanif, A.I. 2013. Penerapan Konseling Realita untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa. *Jurnal BK UNESA. Volume 3 nomer 1 2013. 191-199*
- Corey, G. (2003). *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Terjemahan Koeswara. Bandung: PT Rafika Aditama.
- Corey, G. (2007). *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Terjemahan Koeswara. Bandung: PT Rafika Aditama.
- Creswell, J. W. (2012). *Educational Research: Planning, Conducting, and Evaluating Quantitative and Qualitative Research*. Boston: Pearson Education.
- Emda, E. 2017. Kedudukan Motivasi Belajar Siswa dalam Pembelajaran. *Lantanida Journal, Vol. 5 No. 2 (2017) 93-196*.
- Kianipour, O & Hoseini, B. (2012). *Effectiveness of Training The Choice Theory of Glasser to Teachers on Improvement of Students' Academic Qualification. Journal of Educational and Instructional Studies in The World, 2 (2)*.
- Manizar, E. (2005). *Pengantar Psikologi Pendidikan*. Palembang: IAIN Raden Fatah Press.
- Mason, C. P. & Duba, J. D. (2009). *Using Reality Therapy in Schools: Its Potential Impact on the Effectiveness of the ASCA National Model. Intenational Journal of Reality Therapy. 29 (2)*.
- Masoudi, S., Mirzaei, R., Aminpoor, H., Hafeznia, M & Majd, M. (2016). *Effect of Reality Therapy on Achievmnt Motivation and Problem-Solving Skills in Student. The Caspian Sea Journal, 10 (1), 124-127*.
- Palmer, S. (2010). *Konseling dan Psikoterapi*. Terjemahan Haris Setiadjiid. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Parrot, L. (2003). *Counseling and Psychoteraphy second edition*. USA: Thomson Brooks.
- Soemanto, W. (2006). *Psikologi Pendidikan: Landasan Kerja Pemimpin Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Wahab, R. (2015). *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rajawali Press.
- Wijayanti, T. (2020). Konseling Kelompok uUntuk Peningkatan Motivasi Belajar dengan Pendekatan SFBC (Teknik Miracle Question). *Nusantara of Research : Jurnal Hasil-Hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri (e-Journal), 7(2), 106-114*.  
<https://doi.org/10.29407/nor.v7i2.15063>