

**EFEKTIFITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN PENDEKATAN
REALITAS DALAM MENINGKATKAN AKTIVITAS BELAJAR
PESERTA DIDIK KELAS VIII SMP PGRI 6 BANDAR LAMPUNG
TAHUN AJARAN 2017/2018**

Skripsi

Diajukan untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.)
dalam Ilmu Tarbiyah dan Keguruan

Oleh :

**Kevin Ferdialdo
NPM: 1311080101**

Jurusan: Bimbingan Konseling Pendidikan Islam



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG
1439 H / 2018 M**

**EFEKTIFITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN PENDEKATAN
REALITAS DALAM MENINGKATKAN AKTIVITAS BELAJAR
PESERTA DIDIK KELAS VIII SMP PGRI 6 BANDAR LAMPUNG
TAHUN AJARAN 2017/2018**

Skripsi

Diajukan untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.)
dalam Ilmu Tarbiyah dan Keguruan

Oleh :
Kevin Ferdialdo
NPM: 1311080101

Jurusan: Bimbingan Konseling Pendidikan Islam

Pembimbing I : Drs. Yahya, AD., M.Pd
Pembimbing II : Defriyanto, SIQ., M.Pd

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG
1439 H / 2018 M**

ABSTRAKS

EFEKTIFITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN PENDEKATAN REALITAS DALAM MENINGKATKAN AKTIVITAS BELAJAR PESERTA DIDIK KELAS VIII SMP PGRI 6 BANDAR LAMPUNG TAHUN AJARAN 2017/2018

Oleh :

Kevin Ferdialdo

Aktivitas belajar dapat mempengaruhi hasil belajar peserta didik, upaya meningkatkan aktivitas belajar tidak mudah dicapai, karena banyak faktor yang mempengaruhi pencapaian aktivitas belajar. Ada dua faktor yang mempengaruhi aktivitas belajar yaitu faktor intrinsik dan faktor ekstrinsik. Hal ini ditunjukkan dengan adanya sikap peserta didik pada saat kegiatan belajar dan mengajar berlangsung seperti : banyak peserta didik yang kurang memperhatikan, jarang mengerjakan tugas, mudah putus asa, bermain-main, mengobrol didalam kelas, menjahili temannya, melamun dan tidak berkonsentrasi. dari masalah tersebut peneliti mencoba menerapkan pendekatan realitas untuk mengatasi aktivitas belajar peserta didik kelas VIII A SMP PGRI 6 Bandar Lampung Tahun ajaran 2017/2018.

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan menggunakan metode *pre-eksperimental designs* dengan desain penelitian *one-group pretest-posttest design*. Subyek penelitian ini adalah peserta didik kelas VIII A SMP PGRI 6 Bandar Lampung yang masuk dalam kriteria aktivitas belajar rendah. Pemilihan sampel dilakukan melalui penyebaran angket aktivitas belajar yang telah diuji validitas. Terdapat 8 peserta didik yang memiliki kategori aktivitas belajar yang rendah.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi peningkatan aktivitas belajar pada siswa setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan realitas. Berdasarkan test statistik dari uji Wilcoxon Signed Rank diperoleh $Z_{hitung} -2.536^b$, kemudian dibandingkan dengan $Z_{tabel} 0,05 = 49,78$, maka $Z_{hitung} \leq Z_{tabel} (-2.536 \leq 21.90)$, nilai asymptotik sig.(2-tailed) untuk uji dua arah sebesar 005 karena $sig \leq 0.05$, ini menunjukkan bahwa maka H_0 ditolak dan H_a diterima, dengan demikian aktivitas belajar peserta didik kelas VIII A SMP PGRI 6 Bandar Lampung mengalami perubahan setelah diberikan konseling kelompok dengan teknik *pendekatan realitas*. dan $sig 0.00 < \alpha = 0,05$. dengan taraf aktivitas belajar 95% data signifikan sehingga dapat disimpulkan bahwa H_0 di tolak dan H_a diterima Sehingga layanan konseling kelompok dengan teknik pendekatan realitas berpengaruh untuk meningkatkan aktivitas belajar peserta didik kelas VIII di SMP PGRI 6 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018.

Kata Kunci : *Pendekatan Realitas, Aktivitas Belajar, Konseling Kelompok*

PERSTUJUAN

PENGESAHAN

MOTTO

PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan *Bismillahirrohmanirohim*, saya ucapkan banyak terimakasih, skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Kedua orang tua saya yang tercinta, untuk Bapak (Alm) M.Nurdin dan Ibu Ferayanti yang telah menyayangi, mengasihi, dan mendidik saya, serta senantiasa selalu mendo'akan saya untuk meraih kesuksesan.
2. Untuk Adiku yang selalu mendukung aku Reno Ferdialdo dan Ahmad Sampurna Jaya
3. Kesemua orang yang selalu baik kepada saya yang tidak bisa di sebutkan satu-persatu.

RIWATAY HIDUP

Penulis lahir pada tanggal 30 Mei 1995 di Bandar Lampung, penulis adalah anak pertama dari pasangan Ayahanda (Alm) M.nurdin dan Ibunda Ferayanti.

Penulis menempuh pendidikan formal: TK PGRI Sukarame 2000-2001; SD Muhammadiyah 1 Bandar Lampung di tahun 2001-2007; SMP MTS N2 Bandar Lampung 2007-2010 di lanjutkan ke SMK 2 Mei Bandar Lampung di tahun 2010-2013. Pada tahun 2013, penulis terdaftar sebagai mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, fakultas Tarbiyah, Universitas Islam Negeri (UIN) Raden Intan Tahun Ajaran 2013/2014 hingga sekarang. Penulis pernah menjalani KKN yang berada di Desa Seputih Banyak Lampung Tengah, kemudian penulis menjalani PPL Di SMP Budaya Bandar Lampung

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirobil'allamin

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT, Segala puji bagi Allah SWT yang senantiasa melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sholawat serta salam semoga selalu tercurahkan kepada Nabi besar Muhammad SAW, yang dinantikan syafaatnya diyaumul akhir nanti.

Penyusunan skripsi ini yang berjudul “Efektifitas Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Realitas Dalam Meningkatkan Aktivitas Belajar Peserta Didik Kelas VIII Di SMP PGRI 6 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018” merupakan salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana pendidikan (S.Pd) pada program studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.

Dalam penyelesaian skripsi ini, peneliti menyadari bahwa penulisan skripsi ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan, bimbingan, dorongan, serta dukungan dari berbagai pihak. Maka pada kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. H. Chairul Anwar, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung:
2. Andi Thahir, M.A.,Ed.D selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung:

3. Dr. Ahmad Fauzan, M.Pd, selaku Sekretaris Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung;
4. Drs, Yahya.AD,M.Pd selaku Dosen Pembimbing I. Terima kasih atas kesediaan untuk membimbing dan memberikan arahan dalam penulisan skripsi ini;
5. Defriyanto,S.IQ.M.Ed selaku Dosen Pembimbing II. Terima kasih atas kesediaan dalam membimbing, mengarahkan, memberikan saran, dan kritik yang sangat membantu dalam penyelesaian skripsi ini;
6. Seluruh Dosen Bimbingan dan Konseling. Terima kasih atas bimbingan dan ilmu yang telah diberikan selama ini;
7. Sahabat-sahabat ku (alm) Putri Mulyasari, Novi Alvianita, Rahmawati Dewi, Puti Nabila S Zain, , Imam Prasetyo,Mita Safitri, Galih prasojo Samsudin,Restu Handika, terimakasih atas kebersamaan kalian selama ini..
8. Teman-teman seperjuangan bimbingan dan konseling angkatan tahun 2013;

Bandar Lampung, 14 September 2017

Penulis,

Kevin Ferdialdo
NPM: 1311080101

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
MOTTO	v
PERSEMBAHAN.....	vi
RIWAYAT HIDUP	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	8
C. Batasan Masalah.....	8
D. Rumusan Masalah.....	9
E. Tujuan Penelitian.....	9
F. Manfaat Penelitian	9
G. Ruang Lingkup Penelitian.....	10
BAB II LANDASAN TEORI	
1. Pengantar Aktifitas Belajar	14
2. Jenis-jenis Aktivitas Belajar.....	14
3. Faktor Yang mempengaruhi belajar.....	16
a. Faktor Internal.....	16
b. Faktor fisiologis	16
c. Faktor Psikologis	
4. Faktor Eksternal	21
5. Konseling Kelompok	23

a.	Pengertian Konseling Kelompok	23
b.	Perbedaan Bimbingan Kelompok dan Konseling kelompok	25
c.	Manfaat Konseling Kelompok	27
d.	Tujuan Konseling kelompok	27
e.	Asas-asas Konseling Kelompok	28
6.	Pendekatan Realitas	29
a.	Pengertian Konseling Realita	29
b.	Definisi Pendekatan Realitas	30
c.	Tujuan Pendekatan Realits	32
d.	Ciri-Ciri Konseling Realitas	33
e.	Prosedur Konseling Realitas	35
7.	Hipotesis Penelitian	38
8.	Kajian Relevan	38
9.	Kerangka Berfikir	42

BAB III METODE PENELITIAN

A.	Desain Penelitian	46
B.	Jenis Penelitian	46
C.	Metode Penelitian	47
D.	Definisi Oprasional	53
E.	Populasi Dan Sampel	55
F.	Variabel Penelitian	57
G.	Instrumen Penelitian	58
H.	Uji Validitas	59
I.	Uji Reabilitas	60
J.	Teknik Pengumpulan data	61
K.	Prosedur Penelitian	69
L.	Analisis Data	70
M.	Teknik Pengolaan Data	71

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Profil Sekolah	72
1. Sejarah singkat SMP PGRI 6 Bandar Lampung.....	72
2. Visi dan Misi SMP PGRI 6 Bandar Lampung.....	72
B. Analisi Data Dan Pengujian Hipotesis	73
1. Gambaran Pra Bimbingan Kelompok.....	73
2. Pelaksanaan Kegiatan Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Realitas.....	75
3. Data Skor Pretest Dan Posttest	80
3. Pengujian Hipotesis	82
C. Hasil Penelitian	84

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	86
B. Saran.....	87

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Hasil Pra Penelitian Motivasi Belajar.....	7
2. Rancangan Treatmen Yang Akan Diberikan	50
3. Daftar Definisi Operasional.....	53
4. Populasi Peserta Didik Kelas VIII	55
5. Sampel Peserta Didik	57
6. Kriteria Penskoran instrumen Aktivitas Belajar.....	59
7. Kisi-Kisi Pengembangan Aktifitas Belajar.....	63
8. Tabel Profil Aktivitas Belajar.....	74
9. Hasil Pretest.....	74
10. Jadwal Kegiatan Pelaksanaan Penelitian	76
11. Hasil Posttest.....	80
12. Data Hasil Pretest Dan Posttest.....	80
13. Hasil Uji T Paired Samples T-Test.....	83
14. Angket	84

DAFTAR GAMBAR

1. Grafik Peningkatan Aktifitas Belajar Peserta Didik..... 82

DAFTAR LAMPIRAN

No.	Halaman
1. RPL Aktifitas belajar	88
2. RPL Faktor yang mempengaruhi Belajar	91
3. RPL cara belajar yang efektif dan efisien	94
4. Uji Piret Sampel T-test	97
5. Uji Normalitas	98
6. Hasil Pretest	99
7. Hasil posttest	100
8. Uji Validitas Soal	101
9. Kis-kisi Wawancara	102
10. Foto Wawancara	103
11. Foto Penyebaran Angket	104
12. Foto Proses Konseling Kelompok	105
13. Surat Validasi	107
14. Surat Video	108
15. Surat Balasan Sekolah	109

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta ketrampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara (UU No 20 Tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional). Hal ini juga dikemukakan oleh Driyarkarayang menyatakan bahwa pendidikan adalah upaya memanusiakan manusia muda ketarap insani harus diwujudkan dalam seluruh proses atau upaya pendidikan.¹

Hal ini sesuai dengan Undang-Undang Republik Indonesia No Tahun 2003 tentang sistem pendidikan Nasional bab 1 pasal 1, yaitu: Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan

¹ Hera Lestari Mikarsa, dkk. *Pendidikan Anak di SMP*. Jakarta: Universitas Terbuka. 2004. Hal.2

spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta ketrampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.²

Dalam proses pendidikan di sekolah, kegiatan belajar merupakan kegiatan yang paling pokok. Ini berarti berhasil tidaknya pencapaian tujuan pendidikan banyak bergantung kepada bagaimana proses belajar yang dialami oleh peserta didik. Apabila peserta didik tidak memiliki motivasi dalam belajar maka hasil belajar yang diperoleh tidak akan bisa optimal.

Belajar merupakan proses manusia untuk mencapai berbagai macam kompetensi, keterampilan, dan sikap. Belajar dimulai sejak manusia lahir sampai akhir hayat. Kemampuan manusia untuk belajar merupakan karakteristik penting yang membedakan manusia dengan makhluk hidup lainnya. Belajar mempunyai keuntungan, baik bagi peserta didik maupun bagi masyarakat. Bagi peserta didik, kemampuan untuk belajar secara terus-menerus akan memberikan kontribusi terhadap pengembangan kualitas hidupnya. Sedangkan bagi masyarakat, belajar mempunyai peran yang penting dalam mentransmisi budaya dan pengetahuan dari generasi ke generasi. Belajar merupakan aktivitas yang dilakukan seseorang untuk mendapatkan perubahan dalam dirinya melalui pelatihan-pelatihan atau pengalaman-pengalaman.

Keberadaan konselor dalam sistem pendidikan nasional yang dinyatakan sebagai salah satu kualifikasi pendidik, sejajar dengan kualifikasi guru, dosen, pamong belajar, fasilitator dan instruktur (UU No. 20 Tahun 2003 Pasal 1 Ayat 6).

² Undang-Undang Republik Indonesia No 20 Tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional (SISDIKNAS), Sinar Grafika, Jakarta, 2011. Hal. 3

Masing-masing kualifikasi pendidik, termasuk konselor, memiliki keunikan konteks tugas dan ekspektasi kinerja.³

Standar kualifikasi akademik dan kompetensi konselor dikembangkan dan dirumuskan atas dasar kerangka pikir yang menegaskan konteks tugas dan ekspektasi kinerja konselor.

Berdasarkan Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional No. 20 Tahun 2003 pasal 3 dinyatakan bahwa pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada tuhan yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.⁴

Pendidikan merupakan sebuah modal dasar bagaimana bangsa bisa tumbuh dan berkembang dalam menghadapi berbagai macam perkembangan dunia dan perkembangan masa yang semakin menantang. Proses pembelajaran atau belajar mengajar ini mencakup beberapa aspek atau unsur utama, yakni guru yang memiliki tugas dan peranan penting dalam memberikan dan mentransfer pengetahuan kepada peserta didiknya, sedangkan peserta didik adalah individu yang berusaha mempelajari

³ Zainal Aqib. *Ikhtisar Bimbingan dan Konseling Di Sekolah*. YRAMA WIDYA. Bandung, 2012. hlm.153

⁴ Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional (SIKDKNAS) UU No. 20 Tahun 2003, Yogyakarta: Dharma Bakti, 2005. Hlm. 8

segenap pengetahuan yang diajarkan, diberikan dan dijelaskan oleh para pengajar atau guru.

Dengan kata lain, guru adalah seorang yang bertugas menyampaikan materi pelajaran sedangkan peserta didik adalah seseorang yang berhak mendapatkan materi pelajaran dengan berbagai macam penjelasannya. Pada perkembangannya, tugas seorang guru kini semakin terlihat semakin kompleks.

Dengan demikian, belajar membawa perubahan bagi peserta didik. Baik perubahan pengetahuan, sikap, maupun keterampilan. Belajar adalah suatu kegiatan yang kita lakukan untuk memperoleh sejumlah ilmu pengetahuan. Dalam belajar, kita tidak bisa melepaskan diri dari beberapa hal yang dapat mengantarkan kita berhasil dalam belajar. Banyak orang yang belajar dengan susah payah, tetapi tidak mendapatkan hasil apa-apa hanya kegagalan yang ditemui.

Adapun firman mengatakan tentang penting nya ilmu dalam QS.Thaaaha. 114:

(114) فَتَعَالَى اللَّهُ الْمَلِكُ الْحَقُّ وَلَا تَعْجَلْ بِالْقُرْآنِ مِنْ قَبْلِ أَنْ يُقْضَىٰ إِلَيْكَ وَحْيُهُ وَقُلْ رَبِّ زِدْنِي عِلْمًا

Artinya : *Maka Maha Tinggi Allah Raja Yang sebenar-benarnya, dan janganlah kamu tergesa-gesa membaca Al Qur'an sebelum disempurnakan mewahyukannya kepadamu, dan katakanlah: "Ya Tuhanku, tambahkanlah kepadaku ilmu pengetahuan." (QS. Thaha,114).*

Pembelajaran merupakan salah satu kunci utama dalam mencapai tujuan pendidikan. Pembelajaran yang baik adalah pembelajaran yang berlangsung secara efektif dan efisien sehingga dapat mencapai suatu tujuan.

Aktivitas belajar itu sangat diperlukan oleh peserta didik untuk mendapatkan hasil belajar yang maksimum. Ketika peserta didik pasif, atau hanya menerima dari pengajar, ada kecenderungan untuk cepat melupakan apa yang telah diberikan. Oleh sebab itu, diperlukan perangkat tertentu untuk dapat mengikat informasi yang baru saja diterima dari guru. Belajar aktif adalah salah satu cara untuk mengikat informasi yang baru kemudian menyimpannya dalam otak. Mengapa demikian? Karena salah satu faktor yang menyebabkan informasi cepat dilupakan adalah faktor kelemahan otak manusia itu sendiri. Belajar hanya mengandalkan indera pendengaran mempunyai beberapa kelemahan, padahal hasil belajar seharusnya disimpan sampai waktu yang lama.

Adapun indikator aktivitas belajar menurut Djamarah antara lain adalah

1. Mendengarkan
2. Memandang
3. Menulis atau mencatat
4. Membaca
5. Membuat ikhtisar atau ringkasan
6. Mengingat
7. Berfikir
8. Latihan atau praktek.⁵

Namun berdasarkan pengamatan penelitian di SMP PGRI 6 Bandar Lampung masih ditemui gejala-gejala di kelas VIII sebagai berikut:

⁵ <https://skripsipekanbaru.wordpress.com/2013/04/29/teori-aktivitas-belajar-dan-pembelajaran>

1. Dalam aktivitas mendengarkan, siswa kurang aktif mendengarkan penjelasan guru
2. Dalam aktifitas memandang, siswa kurang mau memandang ke depan
3. Siswa kurang aktif menulis atau mencatat
4. Siswa kurang aktif membaca
5. Siswa kurang aktif berfikir.
6. Siswa susah mengingat pelajaran yang sudah di terangkan
7. Siswa kurang aktif membuat ikhtisar
8. Siswa kurang aktif membuat latihan soal

Berdasarkan gejala-gejala di atas, dapat dikatakan bahwa aktifitas belajar siswa dalam proses pembelajaran cenderung rendah. Untuk itu, melalui penelitian ini penulis berusaha untuk memperbaiki aktifitas belajar siswa dalam proses pembelajaran. Dari permasalahan diketahui bahwa siswa dianggap kurang aktif, kurang memperhatikan pelajaran yang dijelaskan guru, lamban dalam menjawab apa yang ditanyakan guru, bahkan tidak terjawab dan kemampuan siswa dalam menganalisis, hal ini sangat sesuai dengan strategi yang dipilih penulis. Salah satu usaha untuk memperbaiki proses pembelajaran tersebut adalah dengan menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknik self-management pendekatan konseling realitas dalam meningkatkan aktifitas belajar peserta didik kelas VIII di SMP PGRI 6.

Tabel .1
Data Aktivitas Belajar Peserta Didik Kelas VIII di SMP PGRI 6
Bandar Lampung T.A 2017/2018

No	Indikator	Sub Indikator	Peserta Didik	Presentase
1	Mendengarkan	Tidak antusias dalam mendengarkan penjelasan guru	6	20 %
2	Memandang	Tidak antusias saat guru menjelaskan	5	16.7 %
3	Menulis/Mencatat	Tidak mau untuk mencatat	3	10 %
4	Membaca	Tidak semangat untuk membaca	4	13.3 %
5	Membuat Ringkasan	Malas untuk membuat ringkasan	3	10 %
6	Mengingat	Tidak mampu mengingat penjelasan guru	2	6.7 %
7	Berfikir	Tidak mampu bersaing dalam mendapat nilai baik	4	13.3 %
8	Latihan/Praktek	Tidak antusias dalam mengerjakan tugas	3	10 %
Jumlah			30 Peserta Didik	100 %

Sumber: Dokumentasi Guru Bimbingan dan Konseling di SMP PGRI 6 Bandar Lampung.⁶

Berdasarkan data pada tabel 1 dapat dilihat dimana terdapat peserta didik yang mengalami aktifitas belajar peserta didik yang mengalami masalah aktivitas belajar di SMP PGRI 6 BANDAR LAMPUNG tepatnya di Kelas VIII A, dari hasil dokumentasi bahwa di kelas VIII A termasuk dalam golongan peserta didik yang kurang aktivitas belajarnya, karena terdapat peserta didik yang kurang konsentrasi, kurangnya minat membaca, minimnya

⁶Irma nilawati, Guru BK, *Dokumentasi*, Tanggal 31 Oktober 2016

kemauan menulis, kurangnya perhatian ketika guru menjelaskan, dan kurangnya dalam semangat untuk mengerjakan tugas.⁷

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka dapat teridentifikasi permasalahan sebagai berikut:

1. Masih banyak peserta didik yang memiliki aktifitas belajar rendah.
2. Pelaksanaan layanan konseling kelompok di SMP PGRI 6 Bandar Lampung sudah dilaksanakan akan tapi belum dilaksanakan secara intensif, khususnya di kelas VIII SMP PGRI 6 Bandar Lampung.
3. Guru bimbingan konseling belum memberikan layanan konseling kelompok yang efektif untuk meningkatkan aktifitas belajar peserta didik.

C. Batasan Masalah

Batasan masalah merupakan pembatasan terhadap pengertian judul. Yang kegunaannya memperjelas pokok permasalahan yang akan dibahas sehingga dapat menghindarkan kesalah pahaman dan memberikan simpulan. Adapun batasan masalah yang terdapat dalam judul “Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Realitas Dalam Meningkatkan Aktivitas Belajar Peserta Didik Kelas VIII di SMP PGRI 6 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018”

⁷ Hasil dokumentasi aktifitas peserta didik kelas VIII A SMP PGRI 6 Bandar Lampung 2017/2018

Untuk melihat sejauh mana layanan guru bimbingan dan konseling dalam menangani permasalahan rendahnya aktifitas belajar peserta didik di SMP PGRI 6 Bandar Lampung

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang peneliti paparkan di atas maka peneliti merumuskan permasalahan sebagai berikut : “Apakah Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Realitas Efektive Dalam Meningkatkan Aktifitas Belajar Peserta Didik Kelas VIII Di SMP PGRI 6 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018 ?”

E. Tujuan Penelitian

Adapun yang menjadi tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui keefektifitasan konseling kelompok dengan pendekatan realitas dalam meningkatkan aktifitas belajar peserta didik kelas VIII di SMP PGRI 6 Bandar Lampung tahun pelajaran 2017/2018?

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Memberikan sumbangan bagi perkembangan ilmu pengetahuan khususnya dalam layanan Bimbingan kelompok. Dapat dijadikan sebagai bahan rujukan bagi peneliti selanjutnya pada kajian yang sama tetapi pada ruang lingkup yang lebih luas dan mendalam di bidang layanan konseling kelompok.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Untuk membantu guru BK dalam meningkatkan pelayanan konseling yang tepat dan sesuai dengan kebutuhan siswa. Hasil penelitian diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan bagi guru BK dalam penggunaan layanan konseling kelompok khususnya bidang konseling kelompok untuk mengurangi tingkat kecemasan peserta didik.

Dapat dijadikan pedoman untuk memudahkan peserta didik dalam mengurangi tingkat kecemasan pagi peserta didik. Sebagai bahan evaluasi apakah selama ini peserta didik sudah memiliki kemampuan di dalam belajar apa belum.

b. Bagi sekolah, dapat dijadikan acuan atau pedoman untuk memberikan rekomendasi kepada Guru Bimbingan yang lain dalam pemberian Layanan konseling kelompok.

c. Bagi peneliti, dapat menambah pengalaman dan keterampilan cara meningkatkan rasa percaya diri siswa melalui pemberian layanan konseling kelompok.

d. Bagi jurusan, penelitian ini dapat menambah koleksi kajian bimbingan dan konseling tentang layanan konseling kelompok.

G. Ruang Lingkup Penelitian

Agar penelitian ini lebih terarah dan terencana maka ruang lingkup penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Obyek penelitian

Obyek penelitian adalah efektivitas konseling kelompok dengan dengan pendekatan realitas dalam meningkatkan aktifitas belajar peserta didik kelas VIII SMP PGRI 6 Bandar Lampung tahun pelajaran 2017/2018.

2. Subyek penelitian

Subyek penelitian adalah peserta didik kelas VIII SMP SMP PGRI 6 Bandar Lampung.

BAB II

LANDASAN TEORI

1. Pengertian Aktifitas Belajar

Aktivitas disinonimkan artinya dengan kegiatan didalam kamus besar bahasa Indonesia, kegiatan tersebut usaha yang harus dilakukan, sedangkan belajar dapat diartikan sebagai proses perubahan perilaku, akibat interaksi individu dengan lingkungannya.¹

Menurut Muhammad Ali aktivitas belajar adalah kegiatan yang dapat memberikan dorongan atau kegiatan belajar peserta didik.² Dalam Islam belajar merupakan keharusan atau kewajiban bagi pemeluknya, perintah menuntut ilmu bagi umat Islam merupakan amanat Allah SWT melalui alqur'an Allah SWT memerintahkan kepada manusia untuk selalu belajar walaupun keadaan perang sekalipun. Hal ini menunjukkan betapa pentingnya belajar bagi manusia dalam kehidupan sehari-hari.

¹ Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta, Sinar Grafika. 1998 hlm 234

² Muhammad Ali, *Guru Dalam Proses Belajar Mengajar*, Bandung : Sinar baru 2005 hlm 176

2. Jenis-jenis Aktivitas Belajar

Paul B. Diedrich yang dikutip dalam Nanang Hanafiah dan Cucu Suhana menyatakan, aktivitas belajar dibagi ke dalam delapan kelompok, yaitu sebagai berikut:

1. Kegiatan-kegiatan visual (*visual activities*), yaitu membaca, melihat gambar-gambar, mengamati eksperimen, demonstrasi, pameran dan mengamati orang lain bekerja atau bermain.
2. Kegiatan-kegiatan lisan (*oral activities*), yaitu mengemukakan suatu fakta atau prinsip, menghubungkan suatu kejadian mengajukan pertanyaan, memberi saran, mengemukakan pendapat, berwawancara diskusi dan interupsi
3. Kegiatan-kegiatan mendengarkan (*listening activities*), yaitu mendengarkan penyajian bahan, mendengarkan percakapan atau diskusi kelompok, atau mendengarkan radio.
4. Kegiatan-kegiatan menulis (*writing activities*), yaitu menulis cerita, menulis laporan, memeriksa karangan, bahan-bahan copy, membuat outline atau rangkuman, dan mengerjakan tes serta mengisi angket.
5. Kegiatan-kegiatan menggambar (*drawing activities*), yaitu menggambar, membuat grafik, diagram, peta dan pola.
6. Kegiatan-kegiatan motorik (*motor activities*), yaitu melakukan percobaan, memilih alat-alat, melaksanakan pameran, membuat model, menyelenggarakan permainan, serta menari dan berkebun.

7. Kegiatan-kegiatan mental (*mental activities*), yaitu merenungkan mengingat, memecahkan masalah, menganalisa faktor-faktor, melihat hubungan-hubungan, dan membuat keputusan.
8. Kegiatan-kegiatan emosional (*emotional activities*), yaitu minat, membedakan, berani, tenang, merasa bosan dan gugup.

Dengan adanya pembagian jenis aktivitas di atas, menunjukkan bahwa aktivitas di sekolah cukup kompleks dan bervariasi. Jika kegiatan-kegiatan tersebut dapat tercipta di sekolah, pastilah sekolah-sekolah akan lebih dinamis, tidak membosankan dan benar-benar menjadi pusat aktivitas belajar yang maksimal.³

3. Faktor Yang Mempengaruhi Belajar

a. Faktor Internal

Faktor internal adalah faktor-faktor yang berasal dari dalam diri individu dan dapat mempengaruhi hasil belajar individu. Faktor-faktor internal ini meliputi faktor fisiologis dan faktor psikologis.

b. Faktor Fisiologis

Faktor-faktor fisiologis adalah faktor-faktor yang berhubungan dengan kondisi fisik individu. Faktor-faktor ini dibedakan menjadi dua macam.

- 1) Keadaan jasmani. Keadaan jasmani pada umumnya sangat mempengaruhi aktivitas belajar seseorang. Kondisi fisik yang sehat dan bugar akan

³Nanang Hanafi & Cucu Suhana. 2010. Konsep Strategi Pembelajaran. Bandung: Refika Aditama.

memberikan pengaruh positif terhadap kegiatan belajar individu. Sebaliknya, kondisi fisik yang lemah atau sakit akan menghambat tercapainya hasil belajar yang maksimal.

- 2) Keadaan fungsi jasmani/fisiologis. Selama proses belajar berlangsung, peran fungsi fisiologis pada tubuh manusia sangat mempengaruhi hasil belajar, terutama panca indera. Panca indera yang berfungsi dengan baik akan mempermudah aktivitas belajar dengan baik pula.

c. Faktor Psikologis

Faktor-faktor psikologis adalah keadaan psikologis seseorang yang dapat mempengaruhi proses belajar. Beberapa faktor psikologis yang utama mempengaruhi proses belajar adalah kecerdasan siswa, motivasi, minat, sikap, bakat, konsentrasi, percaya diri, kebiasaan dan cita-cita.

1) Kecerdasan/intelegensi Peserta Didik

Tingkat kecerdasan siswa sangat menentukan tingkat keberhasilan belajar siswa. Ini berarti, semakin tinggi kemampuan inteligensi siswa maka semakin besar peluangnya untuk meraih sukses, sebaliknya, semakin rendah kemampuan inteligensi siswa maka semakin kecil peluangnya untuk memperoleh kesuksesan.

Setiap calon guru dan guru profesional sepantasnya menyadari bahwa keluarbiasaan inteligensi siswa, baik yang positif seperti *superior* maupun yang negatif seperti *borderline*, lazimnya menimbulkan kesuksesan belajar

siswa yang bersangkutan. Disatu sisi siswa yang sangat cerdas akan merasa tidak mendapat perhatian yang memadai dari sekolah karena pelajaran yang disajikan terlampau mudah baginya. Akibatnya dia menjadi bosan dan frustrasi karena tuntutan kebutuhan keinginannya merasa dibendung secara tidak adil. Disisi lain, siswa yang bodoh akan merasa payah mengikuti sajian pelajaran karena terlalu sukar baginya. Karenanya siswa itu sangat tertekan, dan akhirnya merasa bosan dan frustrasi seperti yang dialami rekannya yang luar biasa positif.⁴

2) Motivasi

Motivasi adalah kondisi fisiologis dan psikologis yang terdapat dalam diri seseorang yang mendorong untuk melakukan aktivitas tertentu guna mencapai suatu tujuan (kebutuhan).⁵ Sedangkan motivasi dalam belajar menurut Clayton Aldelfer adalah kecenderungan siswa dalam melakukan kegiatan belajar yang didorong oleh hasrat untuk mencapai prestasi hasil belajar sebaik mungkin.⁶

Dari sudut sumbernya motivasi dibagi menjadi dua, yaitu motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik. Motivasi intrinsik adalah semua faktor yang berasal dari dalam diri individu dan memberikan dorongan untuk melakukan sesuatu. Seperti seorang siswa yang gemar membaca, maka ia tidak perlu disuruh-suruh untuk membaca karena membaca tidak hanya menjadi aktivitas kesenangannya tetapi sudah

⁴ Lukmanul Hakim, *Perencanaan Pembelajaran*, Bandung, CV Wacana Prima. 2010. hal. 91

⁵ *Ibid* hal 92

⁶ Nashar, *Peranan Motivasi dan Kemampuan awal dalam Kegiatan Pembelajaran*. Jakarta: Delia Press. 2004. Hal. 42

mejadi kebutuhannya. Dalam proses belajar, motivasi intrinsik memiliki pengaruh yang efektif, karena motivasi intrinsik relatif lebih lama dan tidak tergantung pada motivasi dari luar(ekstrinsik).

Menurut Arden N. Frandsen, yang termasuk dalam motivasi intrinsik untuk belajar anatara lain adalah:

- a. Dorongan ingin tahu dan ingin menyelisiki dunia yang lebih luas
- b. Adanya sifat positif dan kreatif yang ada pada manusia dan keinginan untuk maju
- c. Adanya keinginan untuk mencapai prestasi sehingga mendapat dukungan dari orang-orang penting, misalkan orang tua, saudara, guru, dan teman-teman.
- d. Adanya kebutuhan untuk menguasai ilmu atau pengetahuan yang berguna baginya.

Motivasi ekstrinsik adalah faktor yang datang dari luar diri individu tetapi memberikan pengaruh terhadap kemauan untuk belajar.Seperti pujian, peraturan, tata tertib, teladan guru, orangtua, danlain sebagainya. Kurangnya respons dari lingkungansecara positif akan mempengaruhi semangat belajar seseorang menjadi lemah.

3). Minat

Minat adalah kecenderungan yang tetap untuk memperhatikan dan mengenang beberapa kegiatan.Kegiatan yang diminati seseorang, diperhatikan terus menerus yang disertai rasa senang.Jadi berbeda dengan perhatian, karena perhatian sifatnya sementara dan belum tentu diikuti dengan rasa senang, sedangkan minat selalu diikuti dengan rasa senang dan dari situlah diperoleh kepuasan.⁷

⁷Slameto, *Belajar dan faktor - faktor yang mempengaruhinya*. Jakarta: PT. Rineka Cipta. 2003, hal. 57

Secara sederhana, minat (interest) berarti kecenderungan dan kegairahan yang tinggi atau keinginan yang besar terhadap sesuatu. Namun lepas dari kepopulerannya, minat sama halnya dengan kecerdasan dan motivasi, karena memberi pengaruh terhadap aktivitas belajar, ia akan tidak bersemangat atau bahkan tidak mau belajar. Oleh karena itu, dalam konteks belajar di kelas, seorang guru atau pendidik lainnya perlu membangkitkan minat siswa agar tertarik terhadap materi pelajaran yang akan dihadapainya atau dipelajarannya.

Untuk membangkitkan minat belajar tersebut, banyak cara yang bisa digunakan. Antara lain:

- a. Dengan membuat materi yang akan dipelajari semenarik mungkin dan tidak membosankan, baik dari bentuk buku materi, desain pembelajaran yang membebaskan siswa mengeksplorasi apa yang dipelajari, melibatkan seluruh domain belajar siswa (kognitif, afektif, psikomotorik) sehingga siswa menjadi aktif, maupun performansi guru yang menarik saat mengajar.
- b. Pemilihan jurusan atau bidang studi. Dalam hal ini, langkah baiknya jika jurusan atau bidang studi dipilih sendiri oleh siswa sesuai dengan minatnya.

4. Bakat

Faktor psikologis lain yang mempengaruhi proses belajar adalah bakat. Bakat atau aptitude merupakan kecakapan potensial yang bersifat khusus, yaitu khusus dalam suatu bidang atau kemampuan tertentu.⁸

Apabila bakat seseorang sesuai dengan bidang yang sedang dipelajarinya, maka bakat itu akan mendukung proses belajarnya sehingga kemungkinan besar ia akan berhasil. Pada dasarnya setiap orang mempunyai bakat atau potensi untuk mencapai prestasi belajar sesuai dengan kemampuannya masing-masing.

4. Faktor Eksternal

Selain karakteristik siswa atau faktor-faktor endogen, faktor-faktor eksternal juga dapat memengaruhi proses belajar siswa. dalam hal ini, faktor-faktor eksternal yang memengaruhi belajar dapat digolongkan menjadi dua golongan, yaitu faktor lingkungan sosial dan faktor lingkungan nonsosial.

a) Lingkungan Sosial

Yang termasuk lingkungan sosial adalah pergaulan siswa dengan orang lain disekitarnya, sikap dan perilaku orang disekitar siswa dan sebagainya. Lingkungan sosial yang banyak mempengaruhi kegiatan belajar ialah orangtua dan keluarga siswa itu sendiri. Sifat-sifat orangtua, praktik pengelolaan keluarga, ketegangan keluarga, semuanya dapat memberi dampak baik ataupun buruk terhadap kegiatan belajar dan hasil yang dicapai oleh siswa.

⁸Nana Syaodih Sukamdinata, *Landasan Psikologi Proses Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya. 2011, Hal 101

b) Lingkungan Sosial sekolah

Seperti guru, administrasi, dan teman-teman sekelas dapat memengaruhi proses belajar seorang siswa. Hubungan harmonis antara ketiganya dapat menjadi motivasi bagi siswa untuk belajar lebih baik di sekolah. Perilaku yang simpatik dan dapat menjadi teladan seorang guru atau administrasi dapat menjadi pendorong bagi siswa untuk belajar.

c) Lingkungan Sosial Masyarakat.

Kondisi lingkungan masyarakat tempat tinggal siswa akan memengaruhi belajar siswa. Lingkungan siswa yang kumuh, banyak pengangguran dan anak terlantar juga dapat memengaruhi aktivitas belajar siswa, paling tidak siswa kesulitan ketika memerlukan teman belajar, diskusi, atau meminjam alat-alat belajar yang kebetulan belum dimilikinya.

d) Lingkungan Sosial Keluarga.

Lingkungan ini sangat memengaruhi kegiatan belajar. Ketegangan keluarga, sifat-sifat orangtua, demografi keluarga (letak rumah), pengelolaan keluarga, semuanya dapat memberi dampak terhadap aktivitas belajar siswa. Hubungan antara anggota keluarga, orangtua, anak, kakak, atau adik yang harmonis akan membantu siswa melakukan aktivitas belajar dengan baik.

2. Lingkungan Non Sosial

Faktor-faktor yang termasuk lingkungan nonsosial adalah:

a) Lingkungan alamiah

Adalah lingkungan tempat tinggal anak didik, hidup, dan berusaha didalamnya. Dalam hal ini keadaan suhu dan kelembaban udara sangat berpengaruh dalam belajar anak didik. Anak didik akan belajar lebih baik dalam keadaan udara yang segar. Dari kenyataan tersebut, orang cenderung akan lebih nyaman belajar ketika pagi hari, selain karena daya serap ketika itu tinggi. Begitu pula di lingkungan kelas. Suhu dan udara harus diperhatikan. Agar hasil belajar memuaskan. Karena belajar dalam keadaan suhu panas, tidak akan maksimal.⁹

b) Faktor instrumental

Yaitu perangkat belajar yang dapat digolongkan dua macam. Pertama, hardware, seperti gedung sekolah, alat-alat belajar, fasilitas belajar, lapangan olah raga dan lain sebagainya. Kedua, software, seperti kurikulum sekolah, peraturan-peraturan sekolah, buku panduan, silabi dan lain sebagainya.

c) Faktor materi pelajaran (yang diajarkan ke siswa).

Faktor ini hendaknya disesuaikan dengan usia perkembangan siswa begitu juga dengan metode mengajar guru, disesuaikan dengan kondisi perkembangan siswa. Karena itu, agar guru dapat memberikan kontribusi yang positif terhadap

⁹Syaiful Bahri Djamarah, *Psikologi Belajar*. Jakarta: CV Rineka Cipta. 2002, hal. 143-144

aktivitas belajar siswa, maka guru harus menguasai materi pelajaran dan berbagai metode mengajar yang dapat diterapkan sesuai dengan kondisi siswa.

5. Konseling Kelompok

a. Pengertian Konseling Kelompok

Konseling merupakan upaya membantu individu melalui proses interaksi yang bersifat pribadi antara konselor dan konseli mampu memahami diri dan lingkungannya, mampu membuat keputusan dan menentukan tujuan berdasarkan nilai-nilai yang diyakininya sehingga konseli merasa bahagia dan efektif.¹⁰

Konseling kelompok merupakan bantuan kepada individu dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, serta diarahkan pada pemberian kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhannya. Konseling kelompok bersifat memberi kemudahan bagi pertumbuhan dan perkembangan individu, dalam arti memberi kesempatan, dorongan, juga pengarahan kepada individu-individu yang bersangkutan untuk mengubah sikap dan prilakunya selaras dengan lingkungannya.¹¹

¹⁰Achmad Juntika Nurihsan, *Bimbingan Dan Konseling Dalam Berbagai Latar Belakang, Bandung, 2007, hlm. 10*

¹¹Achmad Juntika Nurihsan, *Ibid, hlm.24*

Menurut George M. Gazda dalam buku Winkel mengemukakan konseling kelompok adalah suatu proses antar pribadi yang dinamis, yang terpusat pada pemikiran dan perilaku yang disadari.¹²

Sedangkan menurut Hamdani Bkran Adz-Dzaky konseling kelompok adalah suatu aktifitas memberikan bimbingan, pelajaran, dan pedoman kepada individu (klien) dalam hal bagaimana seharusnya seorang klien mengembangkan potensi akal pikirannya, kejiwaannya, keimanan dan keyakinan serta dapat menanggulangi problematika hidup dan kehidupannya dengan baik dan benar secara mandiri.¹³

Amir menyatakan empat ciri utama konseling kelompok, yaitu:

- 1) Member fokus pada pemikiran sadar dan tingkah laku
- 2) Mengutamakan interaksi yang terbuka
- 3) Pesertanya adalah orang yang normal dan tidak berpenyakit
- 4) Fasilitatornya merupakan penggerak yang penting.¹⁴

Dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok adalah untuk memecahkan permasalahan anggota kelompok yang didalamnya terdapat tingkah laku yang sadar, mengembangkan potensi akal pikirannya, kejiwaannya, keimanan dan keyakinan serta saling tolong-menolong kepada anggota kelompok lainnya.

b. Manfaat Konseling Kelompok

Shertzer dan Stone mengungkapkan manfaat konseling kelompok bagi peserta didik, yaitu sebagai berikut:

- 1) Melalui konseling kelompok, konselor dapat berhubungan dengan lebih banyak peserta didik.

¹²Winkel dan Sri Hastuti, *Bimbingan Dan Konseling Di Institute Pendidikan*, Media Abadi, Yogyakarta, 2004, hlm. 590

¹³Erhamwilda. *Konseling Islami*, Graha Ilmu, Yogyakarta, 2009, hlm. 99

¹⁴Amla Salleh dkk, *Bimbingan dan Kaunseling Sekolah*, Persatuan Penerbit Buku Malaysia, Malaysia, 2006, hlm. 125

- 2) Peserta didik lebih dapat menerima konseling kelompok, karena jika mengikuti sesi konseling individu, peserta didik sering dianggap peserta didik yang bermasalah.
- 3) Keterlibatan dalam konseling kelompok memungkinkan peserta didik untuk membangun keterampilan interpersonal.
- 4) Konseling kelompok sering dianggap efektif dalam hal waktu dan uang.
- 5) Konseling kelompok berguna untuk mengubah tabiat, kepribadian, sikap, serta penilaian terhadap anggota kelompok.
- 6) Anggota konseling kelompok lebih mudah menerima saran yang diberikan oleh teman sebaya dibandingkan oleh orang dewasa.
- 7) Konseling kelompok dapat memberikan situasi yang lebih baik untuk kegiatan pemecahan masalah.
- 8) Menjadikan peserta didik lebih bersikap terbuka dalam berbagai hal.¹⁵

c. Tujuan Konseling Kelompok

Tujuan Konseling Kelompok dalam buku Dewa Ketut Sukardi yaitu:

- a. Melatih anggota kelompok agar berani berbicara dengan orang banyak
- b. Melatih anggota kelompok dapat bertenggang rasa terhadap teman sebayanya
- c. Dapat mengembangkan bakat dan minat masing-masing anggota kelompok
- d. Mengentaskan permasalahan-permasalahan kelompok.¹⁶

Sedangkan menurut Prayitno dalam Tohirin menjelaskan:

Secara umum tujuan layanan konseling kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa, khususnya kemampuan berkomunikasi. Melalui layanan konseling kelompok, hal-hal yang dapat menghambat atau mengganggu sosialisasi dan komunikasi siswa diungkap dan didinamikakan melalui berbagai teknik, sehingga kemampuan sosialisasi dan berkomunikasi siswa berkembang secara optimal. Melalui layanan konseling kelompok juga dapat dientaskan masalah klien (siswa) dengan memanfaatkan dinamika kelompok.¹⁷

Selanjutnya menurut Prayitno secara khusus yaitu fokus layanan konseling kelompok adalah masalah pribadi individu peserta layanan,

¹⁵ Amla Salleh dkk, *Op. Cit*, hlm. 128

¹⁶ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*, Raja Grafindo Persada, Jakarta, 2007 hlm 180

¹⁷Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*, Raja Grafindo Persada, Jakarta, 2007, hlm. 180

maka layanan konseling kelompok yang intensif dalam upaya pemecahan masalah tersebut, para peserta memperoleh dua tujuan sekaligus, yaitu:

1. Berkembangnya perasaan, pikiran, persepsi, wawancara dan bersosialisasi dan komunikasi.
2. Berpecahnya masalah individu yang bersangkutan dan diperolehnya pemecahan masalah tersebut bagi individu lain yang menjadi peserta layanan.¹⁸

Jadi, dapat disimpulkan bahwa tujuan konseling kelompok adalah untuk pengembangan potensi, melatih sosialisasi, komunikasi dengan orang lain, mengekspresikan diri dan mampu mengelola emosi peserta didik serta bertujuan untuk pengentasan masalah yang dialami anggota kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok.

6. Pendekatan Realitas

a. Pengertian Konseling Realitas

Konseling realitas merupakan suatu bentuk hubungan pertolongan yang praktis, relatif sederhana dan bentuk bantuan langsung kepada konseli, yang dapat dilakukan oleh guru atau konselor di sekolah dalam rangka mengembangkan dan membina kepribadian/kesehatan mental konseli secara sukses, dengan cara memberi tanggung jawab kepada konseli yang bersangkutan.¹⁹

Konseling realitas atau terapi realitas dikembangkan oleh William Glasser, seorang insinyur kimia sekaligus psikiater pada tahun 1950-an.²⁰ Adapun fokus konseling realitas ini adalah tingkah laku sekarang yang ditampilkan

¹⁸*Ibid*, hlm. 81

¹⁹ Geral Corey, *Op. Cit.* h. 269

²⁰ DR. Namora Lamongga Lubis, M. SC, *Memahami Dasar-dasar Konseling Dalam Teori dan Praktik*, (Jakarta KENCANA Prenada Media Group, 2011), hal. 183

individu.²¹Reality terapi yang dikembangkan oleh William Glasser. Yang dimaksudkan dengan istilah reality ialah suatu standar atau patokan obyektif, yang menjadi kenyataan atau realitas yang harus diterima. Realitas atau kenyataan itu dapat berwujud suatu realitas praktis, realitas sosial, atau realitas moral. Sesuai dengan pandangan behavioristik, yang terutama disoroti pada seseorang adalah tingkah lakunya yang nyata. Tingkah laku itu dievaluasi menurut kesesuaian atau ketidaksesuaian dengan realitas yang ada. Glasser memfokuskan perhatian pada perilaku seseorang pada saat sekarang, dengan menitikberatkan tanggung jawab 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 indikasi / gejala adanya gangguan dalam kesehatan mental menurut konsepsi tradisional. Bagi Glasser, bermental sehat adalah menunjukkan rasa tanggung jawab dalam semua perilaku.²²Manusia dapat menentukan dan memilih tingkah lakunya sendiri. Ini berarti bahwa setiap individu harus bertanggung jawab dan bersedia menerima konsekuensi dari tingkah lakunya. Bertanggung jawab disini maksudnya

²¹Ibid. hal. 183

²² W.S. Winkel & MM. Sri Hastuti, *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. (Yogyakarta : Media Abadi, 2004) hal. 459

adalah bukan hanya pada apa yang dilakukannya melainkan juga apa yang dipikirkannya.²³

b. Definisi Pendekatan Realitas

Pendekatan realitas dikembangkan oleh William Glasser, seorang psikologi dari California. Dalam pendekatan ini, konselor bertindak aktif, direktif, dan didaktif. Dalam konteks ini, konselor berperan sebagai guru dan sebagai model bagi konseli. Disamping itu, konselor juga membuat kontrak dengan konseli untuk mengubah perilakunya. Ciri yang sangat khas dengan pendekatan ini adalah tidak terpaku pada kejadian-kejadian di masa lalu, tetapi lebih mendorong konseli untuk menghadapi realitas.

Pendekatan ini juga tidak memberi perhatian pada motif-motif bawah sadar sebagaimana pandangan kaum psikoanalisis. Akan tetapi lebih menekankan pada pengubahan tingkah laku yang lebih bertanggung jawab merencanakan dan melakukan tindakan-tindakan tersebut.²⁴

Terapi realitas adalah suatu sistem yang difokuskan pada tingkah laku sekarang. Terapis berfungsi sebagai guru dan model serta mengonfrontasikan klien dengan cara-cara yang bisa membantu klien menghadapi kenyataan dan memenuhi kebutuhan-kebutuhan dasar tanpa merugikan dirinya sendiri ataupun orang lain. Tujuan terapi ini ialah membantu seseorang untuk mencapai otonomi.

²³ Namora Lamongan, Lubis M.Sc. *Memahami Dasar-dasar Konseling Dalam Teori dan Praktik*, (Jakarta : KENCANA Prenada Media Group, 2011), hal. 185.

²⁴ Gantina kumalasari dkk, Jakarta barat, 2014, *Teori dan Teknik Konseling*, PT INDEKS Permata Puri Media, hlm: 235

Terapi Realitas adalah suatu bentuk modifikasi tingkah laku karena dalam penerapan-penerapan institusionalnya, merupakan tipe pengkondisian operan yang tidak ketat. Glasser mengembangkan terapi realitas dan meraih popularitasnya karena berhasil menerjemahkan sejumlah konsep modifikasi tingkah laku ke dalam model praktek yang relatif sederhana dan tidak berbelit-belit.

Menurut Glasser dalam Corey dasar dari terapi realitas adalah membantu para konseli dalam memenuhi kebutuhan untuk mencintai dan dicintai serta kebutuhan untuk merasakan bahwa kita berguna baik bagi diri kita sendiri maupun bagi orang lain. "kekuatan pertumbuhan" mendorong kita untuk berusaha mencapai suatu identitas keberhasilan. Penderitaan pribadi bisa diubah hanya dengan perubahan identitas. Pandangan terapi realitas menyatakan bahwa, karena individu-individu bisa mengubah identitasnya. Perubahan identitas bergantung pada perubahan tingkah laku.²⁵

Jadi dapat disimpulkan bahwa perilaku manusia didorong oleh kebutuhannya. Jika kebutuhannya terpenuhi maka seseorang akan mengembangkan identitas berhasil dan sebaliknya jika gagal memenuhi kebutuhannya maka seseorang akan mengembangkan identitas gagal.

c. Tujuan Pendekatan Realitas

Menurut Gunarsa tujuan konseling realitas untuk memberikan kemungkinan dan kesempatan kepada klien, agar peserta didik dapat mengembangkan kekuatan-

²⁵Gerrad Corey, *Teori Dan Praktek Konseling Dan Psikoterapi*, Bandung ; Rafeka Aditama 2005 hlm 245

kekuatan fisikis yang dimilikinya untuk menilai perilaku sekarang dan apabila perilakunya tidak dapat memenuhi kebutuhan-kebutuhannya, maka memperoleh perilaku baru yang lebih efektif, menurut Latipun kualitas pribadi sebagai tujuan konseling realitas adalah individu yang memahami dunia riilnya dan harus memenuhi kebutuhan dalam kerangka kerja meskipun memandang dunia realitasnya antara individu satu dengan yang lain dapat berbeda tetapi realita itu berbeda dengan cara membandingkan dengan orang lain.²⁶

Menurut Latipun secara umum tujuan konseling realitas sama dengan tujuan hidup yaitu untuk individu mencapai kehidupan dengan sukses untuk itu dia harus bertanggung jawab yaitu memiliki mencapai kepuasan terhadap kebutuhan personalnya²⁷, sedangkan menurut Corey tujuan umum terapi realitas adalah membantu seseorang untuk mencapai otonomi, pada dasarnya otonomi adalah kematangan yang diperlukan bagi kemampuan seseorang untuk mengganti dukungan lingkungan dengan dukungan internal kematangan ini menyiratkan bahawa orang-orang mampu bertanggung jawab atas siapa mereka dan ingin menjadi apa mereka serta mengembangkan rencana-rencana yang bertanggung jawab dan realitas guna mencapai tujuan-tujuan mereka terapi membantu klien menentukan alternatif-alternatif dalam mencapai tujuan, tetapi klien sendiri yang menetapkan tujuan terapi.²⁸

²⁶ Latipun, *Psikologi Konseling*, (Malang: UMM) Press 2016, hlm 125

²⁷ *Ibid* 126

²⁸ Corey, Gerald, *Teori dan Praktek: Konseling dan Psikoterapi*, Bandung: Rafika Paditama, hlm 78

Dalam uraian diatas dapat diambil kesimpulan bahwa tujuan konseling realitas adalah membangun klien dalam mengembangkan kekuatas-kekuatan psikis dan dapat memecahkan masalahnya, dan menilai tingkah lakunya secara bertanggung jawab sehingga klien dapat memahami dirinya dan dapat memenuhi kebutuhan dengan menjadi individu yang berhasil serta memperoleh perilaku yang lebih efektif.

d. Ciri-ciri Konseling Realitas

Karakteristik Konseling Realitas Menurut Corey menyebutkan bahwa ada delapan ciri yang menentukan konseling realitas yaitu:

1. Terapi realitas menolak konsep tentang penyakit mental, yang berasumsi bahwa bentuk-bentuk gangguan tingkah laku yang spesifik adalah akibat dari ketidakbertanggungjawaban.
 2. Terapi relitas berfokus pada tingkah laku sekarang alih-alih pada perasaan dan sikap. Terapi realita juga tidak tergantung pada pemahaman untuk merubah sikap-sikap, tetapi menekankan bahwa perubahan sikap mengikuti perubahan tingkah laku.
 3. Terapi realitas berfokus pada sekarang bukan pada masa lampau, karena masa lampau seseorang itu telah tetap dan tidak dapat dirubah, maka yang bisa diubah hanyalah saat sekarang dan masa yang akan datang.
 4. Terapi realitas menekankan pada pertimbangan nilai, konseling realita menempatkan pokok kepentingannya pada peran klien dalam menilai kualitas tingkah lakunya sendiri dalam menentukan apa yang membantu kegagalan yang dialaminya.
 5. Terapi realitas tidak menekankan transferensi, yang memandang transferensi sebagai satu cara bagi terapis untuk tetap bersembunyi sebagai pribadi. Terapi realita menghimbau agar para terapis menempuh cara beradanya yang sejati
-

yakni bahwa mereka menjadi diri, tidak memainkan peran sebagai ayah atau ibu klien.

6. Terapi realitas menekankan pada aspek-aspek kesadaran. Terapi realita menekankan kekeliruan yang dilakukan oleh klien sekarang sehingga dia tidak mendapatkan apa yang diinginkannya, dan bagaimana dia bisa terlibat suatu rencana bagi tingkah laku berhasil yang berlandaskan tingkah laku yang bertanggungjawab dan realistis.
7. Terapi realitas menghapus hukuman. Glasser mengingatkan bahwa pemberian hukuman guna mengubah tingkah laku tidak efektif dan bahwa hukuman untuk kegagalan melaksanakan rencana-rencana melibatkan perkuatan identitas kegagalan pada klien dan merusak hubungan terapeutik.
8. Terapi realitas menekankan tanggungjawab, yang oleh Glasser didefinisikan sebagai kemampuan untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan sendiri dan melakukannya dengan cara tidak mengurangi kemampuan orang lain dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhan mereka.²⁹

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa karakteristik konseling realitas yaitu terapi realitas menolak konsep tentang penyakit mental, terapi realitas berfokus pada tingkah laku sekarang alih-alih pada perasaan dan sikap, terapi realitas berfokus pada sekarang bukan pada masa lampau, terapi realitas menekankan pada pertimbangan nilai, terapi realitas tidak menekankan transferensi, terapi realitas menekankan pada aspek-aspek kesadaran, terapi realitas menghapus hukuman, terapi realitas menekankan tanggungjawab, yang oleh Glasser didefinisikan sebagai kemampuan untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan sendiri dan melakukannya

²⁹ Corey.*Op. Cit.*, hal. 166

dengan cara tidak mengurangi kemampuan orang lain dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhan mereka.

1. Teknik-teknik Dalam Konseling Realitas

Teknik konseling realitas menurut Glasser dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut:

a. Keterlibatan

Konseling realitas harus dapat melibatkan diri dari klien yang akan dibantunya, karena itu konselor harus memperlihatkan sikap hangat, bersifat pribadi dan ramah. Kehangatan dan sikap memahami dan menerima adalah hal penting yang harus ada dan diperlihatkan agar dapat membantu klien. Maka keterlibatan dengan klien menjadi landasan pada teknik konseling ini.

b. Perilaku Sekarang

Sebagai kelanjutan dari sikap hangat dan kesediaan melibatkan diri dari konselor dan kliennya, klien akan merasa dibantu untuk menyadari perilakunya sendiri sekarang. Mengetahui perilaku sekarang dianggap penting, orang sering menghindari dari perilakunya sekarang dengan menekankan bagaimana ia merasakan daripada bagaimana ia berbuat. Pandangan pada konseling realitas terhadap pada kehidupan perasaan seseorang sebagai sesuatu yang cukup penting, namun yang lebih penting lagi ialah apa yang dilakukan sekarang ? seseorang merasakan perasaan tertekan dan mempengaruhi perilakunya yang tertekan.

c. Menilai Diri Sendiri

Klien harus melihat perilakunya sendiri secara kritis dan menilainya apakah pilihannya memang yang terbaik. Konselor menanyakan apakah penilaiannya terhadap perilakunya didasarkan pada kepercayaan bahwa perilaku tersebut baik baginya dan baik bagi orang lain, bagi lingkungan sosialnya dan masyarakatnya. Konselor tidak menilai menerangkan bahwa apa yang dilakukan oleh klien adalah salah. Konselor membimbing klien untuk menilai perilakunya sendiri dan menentukan sendiri. Selanjutnya setelah klien melakukan penilaian terhadap perilakunya, konselor kemudian membantu menyusun rencana mengenai apa yang akan dilakukan klien. Namun pernyataan “ saya harus berubah” harus ada dan dinyatakan oleh pasien.

d. Merencanakan Tindakan Yang Bertanggung Jawab

Segera setelah pasien melakukan penilaian ia dibantu dalam menyusun rencana, kenyataannya pengaruh pengalaman dan pengalaman hidup konselor cukup besar yang sedikit banyak mempengaruhi objektivitasnya. Rencana tindakan sebaiknya harus cukup realistis, tidak terlalu tinggi, terlalu banyak dan majemuk, sehingga sulit dicapai. Sebaliknya perubahan sedikit demi sedikit harus dilihat sesuai dengan rencana yang ada. Rencana yang telah disusun bukan merupakan rencana yang kaku dan kalau perlu bisa disusun kembali. Namun dalam melakukan tindakan, tindakan berarti terlalu bebas untuk tidak mengikutilangkah-langkah dan rencana yang telah bulat.

e. Perjanjian (*Commitment*)

Rencana tindakan yang telah disusun harus dilakukan. Konselor memberikan dorongan lebih besar kepada pasiennya untuk memenuhi rencana tindakannya dengan jalan meminta pasien berjanji dengan konselor, bahwa ia melakukannya. Perjanjian yang dilakukan terhadap diri sendiri dalam kenyataannya, kurang meyakinkan untuk benar-benar dilakukan, berbeda kalau perjanjian dilakukan terhadap konselor.

f. Tidak Menerima Alasan

Jika seseorang tidak memenuhi perjanjiannya, dan penyusunan rencana perlu diperiksa kembali. Jika penyusunan rencana benar, perlu dilihat pada perjanjian klien untuk melakukan rencana. Jika perjanjian dan keterlibatan klien untuk melakukan sesuatu sesuai rencana masih ada, konselor mendorongnya.

g. Tidak memberikan hukuman sama pentingnya dengan tidak menerima alasan.

Menurut Glasser dengan hukuman akan mengurangi keterlibatan seseorang dan menyebabkan kegagalan untuk mengidentifikasi kegagalan secara lebih rinci. Dengan menerima tanggung jawab terhadap perilakunya, seseorang menemukan dirinya sendiri, tidak lagi merasa tersisih dan gejala perilakunya yang patologis mulai diatasi, penghargaan dan menemukan identitas diri.³⁰

e. Prosedur Konseling Realitas

³⁰ Singgih D Gunarsa, *Konseling dan Psikoterapi*, (Jakarta : BPK Gunung Mulia, 1996), hal. 245-248

Menurut Latipun dikutip pada pendapat Glasser untuk mencapai tujuan-tujuan konseling ada 8 prosedur yang harus diperhatikan oleh konselor realitas.³¹ prosedur yang harus diperhatikan adalah sebagai berikut :

a. Berfokus pada klien

Prosedur utama adalah mengkomunikasikan perhatian konselor kepada klien, perhatian itu ditandai pada hubungan hangat dan pemahaman ini merupakan kunci keberhasilan konseling.

b. Berfokus pada prilaku

Konseling realitas berfokus pada prilaku tidak pada perasaan dan sikap, hal ini menurut Glasser karena prilaku dapat diubah dan dapat mudah dikendalikan jika dibandingkan dengan perasaan dan sikap.

c. Berfokus pada saat ini

Konseling realitas memandang tidak perlu melihat masa lampau dia, masa lalu tidak dapat diubah dan membuat klien tidak bertanggung jawab terhadap keadaanya.

³¹ Latipun, *Psikologi Konseling* (Malang UMM) Press 2016 hlm 95

d. Pertimbangan nilai

konseling realitas menganggap pentingnya melakukan pertimbangan nilai. klien perlu menilai kualitas perilakunya sendiri apakah perilakunya bertanggung jawab, rasional, realistis dan benar atau justru sebaliknya.

e. Pentingnya perencanaan

Kesadaran klien tentang perilaku yang tidak bertanggung jawab harus dilanjutkan perencanaan untuk mengubah menjadi perilaku yang bertanggung jawab.

f. Komitmen

Perencanaan saja tidak cukup, perencanaan tidak akan mampu mengubah keadaan perilaku yang tidak bertanggung jawab klien harus memiliki komitmen atau ketertarikan untuk melaksanakan rencana itu.

g. Tidak menerima dalil

Adakalanya rencana yang telah disusun dan telah ada komitmen kepada klien, tetapi tidak dapat dilaksanakan atau mengalami kegagalan, ketika klien melaporkan alasan-alasan kegagalan ini, sebaliknya konselor menolak dan tidak menerima dari atau alasan-alasan yang dikemukakan oleh klien, justru saat itu konselor perlu membuat rencana dan membuat komitmen baru untuk melaksanakan upaya lebih lanjut.

h. Menghilangkan hukuman

Hukuman harus diabaikan konseling realitas tidak memperlakukan hukuman bagi konseli

f. Langkah-langkah Dalam Konseling Realitas

Dalam menerapkan prosedur konseling realitas, Wubbolding (dalam Corey) mengembangkan sistem WDEP. Setiap huruf dari WDEP mengacu pada kumpulan strategi: W = *wants and needs* (keinginan-keinginan dan kebutuhan-kebutuhan), D = *direction and doing* (arah dan tindakan), E = *self evaluation* (evaluasi diri), dan P = *planning* (perencanaan). Di samping itu, perlu untuk diingat bahwa dalam konseling realitas harus terlebih dulu diawali dengan pengembangan keterlibatan.³²

Oleh karenanya sebelum melaksanakan tahapan dari sistem WDEP harus didahului dengan tahapan keterlibatan (*involvement*).

Berikut ini bahasan mengenai langkah-langkah konseling realitas :

1. Pengembangan Keterlibatan

Dalam tahap ini konselor mengembangkan kondisi fasilitatif konseling, sehingga klien terlibat dan mengungkapkan apa yang dirasakannya dalam proses konseling.

2. Eksplorasi Keinginan, Kebutuhan dan Persepsi (*wants and needs*)

Dalam tahap eksplorasi keinginan, kebutuhan dan persepsi konselor berusaha mengungkapkan semua kebutuhan dan kebutuhan klien beserta persepsi klien terhadap kebutuhannya. Eksplorasi kebutuhan dan keinginan dilakukan terhadap kebutuhan dan keinginan dalam segala bidang, meliputi kebutuhan dan keinginan terhadap keluarga, orang tua, guru, teman-teman sebaya, sekolah, guru, kepala

³² Corey, *Op.Cit* hlm 145

sekolah, dan lain-lain. Konselor, ketika mendengarkan kebutuhan dan keinginan klien, bersifat menerima dan tidak mengkritik.

Berikut ini beberapa pertanyaan yang dapat digunakan untuk panduan mengeksplorasi kebutuhan dan keinginan klien.

- a. Kepribadian seperti apa yang kamu inginkan?
- b. Jika kebutuhanmu dan keluargamu sesuai, maka kamu ingin keluargamu seperti apa?
- c. Apa yang kamu lakukan seandainya kamu dapat hidup sebagaimana yang kamu inginkan?
- d. Apakah kamu benar-benar ingin mengubah hidupmu?
- e. Apa keinginan yang belum kamu penuhi dalam kehidupan ini?

3. Eksplorasi Arah dan Tindakan (*direction and doing*)

Eksplorasi tahap ini dilakukan untuk mengetahui apa saja yang telah dilakukan klien guna mencapai kebutuhannya. Tindakan yang dilakukan oleh klien yang dieksplorasi berkaitan dengan masa sekarang. Tindakan atau perilaku masa lalu juga boleh dieksplorasi asalkan berkaitan dengan tindakan masa sekarang dan membantu individu membuat perencanaan yang lebih baik di masa mendatang.

Dalam melakukan eksplorasi arah dan tindakan, konselor berperan sebagai cermin bagi klien. Tahap ini difokuskan untuk mendapatkan esadaran akan total perilaku klien. Membicarakan perasaan klien bisa dilakukan asalkan dikaitkan dengan

tindakan yang dilakukan oleh klien. Beberapa bentuk pertanyaan yang dapat digunakan dalam tahap ini:

- 1) Apa yang kamu lakukan?
- 2) Apa yang membuatmu berhenti untuk melakukan yang kamu inginkan?
- 3) Apa yang akan kamu lakukan besok?
3. Evaluasi Diri (*self evaluation*)

Tahap ini dilakukan untuk mengevaluasi tindakan yang dilakukan konselor dalam rangka memenuhi kebutuhan dan keinginannya: keefektifan dalam memenuhi kebutuhan.

Beberapa pertanyaan yang dapat digunakan untuk memandu tahapan ini:

- 1) Apakah yang kamu lakukan menyakiti atau membantumu memenuhi kebutuhan?
- 2) Apakah yang kamu lakukan sekarang seperti yang ingin kamu lakukan?
- 3) Apa perilakumu sekarang bermanfaat bagi kamu?
- 4) Apakah ada kesesuaian antara yang kamu lakukan dengan yang kamu inginkan?
- 5) Apakah yang kamu lakukan melanggar aturan?
- 6) Apakah yang kamu inginkan dapat dicapai atau realistik?
- 7) Apakah kamu menguji keinginanmu; apakah keinginanmu benar-benar keinginan terbaikmu dan orang lain?

Setelah proses evaluasi diri ini diharapkan klien dapat melakukan evaluasi diri bagi dirinya secara mandiri.

4. Rencana dan Tindakan (*planning*)

Ini adalah tahap terakhir dalam konseling realitas. Di tahap ini konselor bersama klien membuat rencana tindakan guna membantu klien memenuhi keinginan dan kebutuhannya. Perencanaan yang baik harus memenuhi prinsip SAMIC , yaitu:

- 1) Sederhana (*simple*)
- 2) Dapat dicapai (*attainable*)
- 3) Dapat diukur (*measureable*)
- 4) Segera dilakukan (*immediate*)
- 5) Keterlibatan klien (*involeved*)
- 6) Dikontrol oleh pembuat perencanaan atau klien (*controlled by planner*)
- 7) Komitmen (*committed*)
- 8) Secara terus-menerus dilakukan (*continuously done*)

Ciri-ciri rencana yang bisa dilaksanakan klien:

- 1) Rencana itu didasari motivasi dan kemampuan klien
- 2) Rencana yang baik sederhana dan mudah dipahami
- 3) Rencana berisi runtutan tindakan yang positif
- 4) Konselor mendorong klien untuk melaksanakan rencana secara independen
- 5) Rencana yang efektif dilaksanakan dalam kegiatan sehari-hari dan berulang-ulang
- 6) Rencana merupakan tindakan yang berpusat pada proses, bukan hasil.
- 7) Sebelum rencana dilaksanakan, dievaluasi terlebih dahulu apakah realistis dan dapat dilaksanakan

- 8) Agar klien berkomitmen terhadap rencana, rencana dibuat tertulis dan klien bertanda tangan di dalamnya.³³

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa tahapan yang harus dilakukan konselor saat mengadakan konseling realitas adalah dengan menggunakan WDEP system, yaitu: *Want and Need, Direction and Doing, Self Evaluation, dan Planning*.

7. Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban yang bersifat sementara terhadap rumusan masalah penelitian, di mana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan.³⁴ Artinya bias si tentukan benar atau salahnya melalui pengujian atau pembuktian secara empiris. Adapun hipotesis yang di ajukan dalam penelitian ini adalah “Evektifitas Konseling Kelompok Dengan pendekatan Realitas Unruk Meningkatkan Aktifitas Belajar Peserta didik kelas VIII Di SMP PGRI 6 Bandar Lampung TP.2017/2018”

Berdasarkan konsep hipotesis penelitian yang di ajukan maka:

Ha : Konseling kelompok dengan pendekatan realitas efektif dalam meningkatkan aktivitas belajar peserta didik kelas VIII A SMP PGRI 6 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018 ;

Ho: Konseling kelompok dengan pendekatan realitas tidak efektif dalam meningkatkan aktivitas belajar peserta didik kelas VIII A SMP PGRI 6 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018 ;

Sedangkan Hipotesis Statistik sebagai berikut :

³³ *Ibid*, hal.53-56

³⁴ Sugiyono, *Metodelogi Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*, (Bandung; Alfa Beta, 2011), hlm.60

$$H_0 : \mu_1 = \mu_2$$

$$H_a : \mu_1 \neq \mu_2$$

8. Kajian Relevan

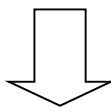
1. Penelitian yang dilakukan oleh Nila Puspita Sari dengan judul “*Penerapan Konseling Kelompok dengan Pendekatan Realitas Untuk Meningkatkan Baca Siswa*”, berdasarkan hasil analisis dengan menggunakan nonparametrik dengan menggunakan uji jumlah jenjang (wilcoxon rank sum test) menunjukkan $n_1 = 6$ dan $n_2 = 6$. Dari tabel nilai R diperoleh $R < R_{0.05} = 26$ dan $R_{0.01} = 23$ pada $\alpha = 0.05$ ternyata $R = 21 < R_{0.05} = 26$. Jika nilai hitung
2. Penelitian yang dilakukan oleh Putriana dengan judul “*Penggunaan Konseling Kelompok Untuk Mengurangi Sikap Dan Kebiasaan Belajar Yang Tidak Baik Pada Siswa Kelas X Di SMA Negeri 1 Natar Tahun Ajaran 2016/2017*”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok dapat mengurangi sikap dan kebiasaan belajar siswa yang tidak baik. Hal ini ditunjukkan dari hasil uji wilcoxon diperoleh $Z_{hitung} = -2.524 < Z_{tabel} = 1.645$ maka H_0 di tolak dan H_a diterima.

9. Kerangka Berfikir Penelitian

Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Konseling Realitas Dengan Teknik Untuk Meningkatkan Aktifitas Belajar

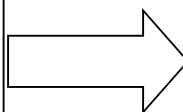
Atifitas belajar rendah yang ditemui di lapangan:

1. Mendengarkan : dalam aktifitas mendengarkan,peserta didik kurang aktif mendengarkan penjelasan guru
2. Memandang : peserta didik kurang memperhatikan saat guru menjelaskan
3. Menulis atau mencatat : peserta didik terlihat malas untuk mencatat
4. Membaca : peserta didik terlihat malas untuk membaca
5. Membuat ringkasan : peserta didik malas untuk membuat ringkasan
6. Mengingat : peserta didik terlihat sulit mengingat penjelasan guru
7. Berfikir : peserta didik malas untuk berfikir menggerjakan tugas
8. Latihan atau peraktek : peserta didik malas mengerjakan tugas latihan



konseling kelompok dengan teknik realitas :

- Konseling kelompok merupakan suatu proses pencegahan dan penyelesaian masalah, sementara bimbingan kelompok lebih bersifat pemberian bantuan dan program-program pencegahan.
 - Konseling realitas merupakan suatu sistem yang difokuskan pada tingkah laku sekarang. Konselor dalam konseling realitas mengajarkan tingkah laku yang bertanggung jawab agar mampu menghadapi segala kenyataan yang harus dijalani dan memenuhi kebutuhan dasar tanpa merugikandirinya sendiri ataupun orang lain.
- 1) Konseling realitas dilakukan dalam beberapa tahap, yaitu : Tahap pertama: Guru pembimbing atau konselormenunjukkan keterlibatan dengan peserta didik (*Be Friend*)
 - 2) Tahap kedua : Fokus pada perilakusekarang
 - 3) Tahap ketiga : Mengeplorasi totalbehavior peserta didik
 - 4) Tahap keempat: Peserta didik menilai diri sendiri atau melalukan evaluasi
 - 5) Tahap kelima: Merencanakan tindaka yang bertanggung jawab
 - 6) Tahap keenam: Membuat komitmen
 - 7) Tahap ketujuh: Tidak menerima permintaan maaf atau alasan peserta didik
 - 8) Tahap kedelapan: Menghilangkan hukuman



Aktifitas belajar yang tinggi antara lain :

- 1.mendengarkan : dalam aktifitas mendengarkan,peserta didik antusias mendengarkan penjelasan guru
- 2.memandang : peserta didik antusias memperhatikan saat guru menjelaskan
- 3.menulis atau mencatat : peserta didik kemauan untuk mencatat
- 4.membaca : peserta didik memiliki semangat untuk membaca
- 5.membuat ringkasan : peserta didik tidak malas untuk membuat ringkasan
- 6.mengingat : peserta didik mampu mengingat penjelasan guru
- 7.berfikir : peserta didik bersaing untuk berfikir mengerjakan tugas
- 8.latihan atau peraktek : peserta didik antusias mengerjakan tugas latihan