

**EFEKTIVITAS KONSELING SEBAYA DI SEKOLAH DALAM
MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR PESERTA DIDIK
KELAS XI SMA NEGERI 8 BANDAR LAMPUNG
TAHUN AJARAN 2016/2017**

SKRIPSI

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam Memperoleh Gelar
Sarjana Pendidikan (S.Pd) Dalam Bidang Bimbingan Dan Konseling (BK)**

Oleh:

RISNASARI Z

(1211080083)

Jurusan: Bimbingan dan Konseling (BK)

Pembimbing I : Dr.Andi Thahir, M.A,M.Ed

Pembimbing II : Hardiyansyah Masya, M. Pd

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)
RADEN INTAN LAMPUNG**

1438 H/2017 M

ABSTRAK

EFEKTIVITAS KONSELING TEMAN SEBAYA DI SEKOLAH DALAM MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR PESERTA DIDIK SMA NEGERI 8 BANDAR LAMPUNG TAHUN AJARAN 2016-2017

Oleh

Risnasari Z

Motivasi belajar bagi setiap peserta didik sangatlah penting mengingat proses pembelajaran harus berdasarkan adanya dorongan dari dalam diri dan diwujudkan dengan adanya perbuatan. Untuk itu motivasi belajar dapat berpengaruh terhadap keberhasilan peserta didik dimasa yang akan datang. Untuk meningkatkan motivasi belajar tersebut peneliti menggunakan layanan konseling teman sebaya dikarenakan usia remaja akhir lebih merasa nyaman untuk melakukan hal apapun dengan teman sebaya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas layanan konseling teman sebaya dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik di SMA Negeri 8 Bandar Lampung tahun pelajaran 2016/2017.

Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain penelitian *Pre-Experimental*. Jenis penelitian ini merupakan penelitian *one-group pretest and post-test design*. Populasi dalam penelitian ini adalah 15 peserta didik kelas XI SMA Negeri 8 Bandar Lampung tahun pelajaran 2016/2017 yang terindikasi mengalami motivasi belajar rendah. Pengambilan sampel penelitian menggunakan teknik *purposive sampling*. Data penelitian ini diperoleh dengan membagikan instrumen penelitian (angket motivasi belajar) dan dianalisis menggunakan program *SPSS 16.0 for windows*.

Analisis data menggunakan analisis *t-test paired sample* menunjukkan perubahan skor pada angket motivasi belajar peserta didik dari rata-rata hasil *pre-test* sebesar 64.8 menjadi 76.33, hal ini dapat dilihat dari hasil pengujian hipotesis didapatkan

hasil perhitungan sebagai berikut ketentuan $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($8.739 > 1.771$) dengan taraf signifikan α 0,05. Dengan demikian peneliti menyimpulkan bahwa hipotesis yang menyatakan “efektivitas layanan konseling teman sebaya dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik di SMA Negeri 8 Bandar Lampung tahun pelajaran 2016/2017” terbukti kebenarannya.

Kata Kunci : Konseling Teman Sebaya, Motivasi Belajar.

MOTTO

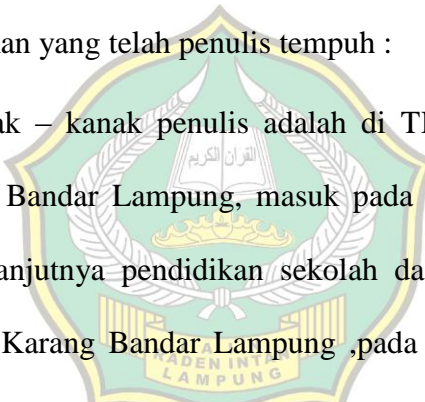
يَرْفَعُ اللَّهُ الَّذِينَ ءَامَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ ﴿١١﴾

*Artinya: Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat. dan Allah Maha mengetahui apa yang kamu kerjakan.*¹ (Q.S Al Mujadalah: 11)

¹ Al-quran dan terjemahan, CV Mikraj Khazanah Ilmu, Bandung, 2011. h 273

RIWAYAT HIDUP

Penulis dilahirkan di Bandar Lampung, Lampung, pada tanggal 28 Mei 1994, sebagai anak ke empat dari empat bersaudara dari pasangan Bapak Zulbachri dan Ibu Hj Yulina SPd(Almh). Achmad Hariza Z S.IP, Anita Zulistiana Z Amd Keb, Reni Aprida Z S.Pd merupakan saudara dan saudari kandung penulis. Pendidikan yang telah penulis tempuh :



Taman Kanak – kanak penulis adalah di TK Shandy Putera (Telkom) Tanjung Karang Bandar Lampung, masuk pada tahun 1999 dan lulus pada tahun 2000. Selanjutnya pendidikan sekolah dasar penulis mengenyam di MIN 1 Tanjung Karang Bandar Lampung ,pada tahun 2000 dan lulus pada tahun 2006. Sekolah Menengah Pertama Penulis habiskan di Mts Negeri 2, Sukarame Bandar Lampung pada tahun 2006 kemudian lulus pada tahun 2009. Pendidikan penulis tingkat atas ditempuh di SMA Negeri 10 Bandar Lampung, pada tahun 2009 dan kemudian lulus pada tahun 2012.

Pada tahun 2012 penulis memutuskan masuk ke perguruan tinggi Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Raden Intan Lampung Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, dengan memilih Program Studi Bimbingan Dan Konseling yang merupakan angkatan ke lima. Penulis menjalankan Kuliah Kerja Nyata di Desa Tanjung Jaya, Kecamatan Bangun Rejo, Kabupaten Lampung Tengah, dan selesai pada tahun 2015. Penulis menjalankan Praktek Pengalaman Lapangan di SMA Negeri 8 Bandar Lampung dan selesai pada

tahun 2015. Saat menimba ilmu di Prodi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan IAIN Raden Intan Lampung penulis aktif dalam Organisasi Himpunan Mahasiswa Bimbingan dan Konseling sebagai anggota divisi Kaderisasi pada tahun 2012-2014, lalu penulis sempat diberikan amanah menjadi wakil bupati (PJS) pada kala itu.



PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan Syukur kepada Allah SWT, kupersembahkan Skripsi ini kepada:

1. Kedua Orangtua, Ayah ku Zulbachri yang telah berjuang, merelakan tenaga, mengasihi dengan tulus hati, juga materi, memotivasi, untuk terus mengejar ilmu dan menggapai gelar sarjana ini. Terimakasih atas perjuangan dan doa mu, Yah. Teruntuk ibuku Hj Yulina SP.d yang telah di syurga engkau telah mengajarkan ku arti sebuah kedewasaan perjalanan hidup yang kuat serta kasih sayang yang begitu luar biasa yang telah tumpah dari dirimu Terima kasih atas pengorbananmu dan segala kebaikan mu kelak kita berkumpul kembali di syurga Bu.
2. Ketiga kakak-kakak ku Achmad Hariza Z S.IP, Anita Zulistiana Z Amd.Keb., Reni Aprida Z S.Pd yang telah mencurahkan segala nya teruntuk adik mu ini, terimakasih segala kebaikan kalian yang telah membimbing adik bungsu mu ini.
3. Teruntuk kakak ipar dan mbak ipar ku Eliza Fitria S.Pt dan Sulaiman terimakasih atas kebaikan nya selama ini. Dan juga keponakan-keponakan ku M.Zikri Alkhalifi, Amanta Khanza Kalila, Chyntia Almahyra Putri Z.
4. Almamaterku tercinta Institut Agama Islam Negeri Raden Intan Lampung.

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Warohmatullohi Wabarokatuh

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena atas berkah dan rahmatnya penulis dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul “Efektivitas Konseling Sebaya Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik SMA Negeri 8 Bandar Lampung” Tak lupa penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. H. Chairul Anwar, M. Pd., selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Institut Agama Islam Negeri Raden Intan Negeri Raden Intan Lampung.
2. Andi Thahir, M.A.,Ed.D., selaku Ketua Prodi Bimbingan Konseling Institut Agama Islam Negeri Raden Intan Lampung dan selaku pembimbing I yang telah meluangkan waktu, tenaga dan kesabaran dalam membimbing penulisan skripsi ini.
3. Dr. Ahmad Fauzan, M.Pd Selaku Sekertaris Prodi Bimbingan Dan Konseling Institut Agama Islam Negeri Raden Intan Lampung.
4. Hardiyansyah Masya, M. Pd., selaku pembimbing II yang telah bersedia dengan tulus hati meluangkan waktu, dan tenaga, dengan penuh kesabaran dan ketelitian dalam memberikan pengarahan dan bimbingan dalam penulisan skripsi ini.



5. Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Bimbingan Konseling. Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Institut Agama Islam Negeri Raden Intan Lampung yang telah membekali ilmu pengetahuan, memberi bimbingan, mendidik, mengarahkan, memberi teladan, serta memberi motivasi selama peneliti menempuh pendidikan sarjana.
6. Seluruh Staff Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Institut Agama Islam Negeri Raden Intan Raden Intan Lampung, serta seluruh staff perpustakaan yang telah memberikan fasilitas berupa peminjaman buku untuk literatur.
7. Sahabat-sahabatku Rima, Ririn, Ismi, Senja, Retno, Aisyah, Afandi, Jefri, Gilang, Aldyan, Septa, Enriko, Bowo yang tidak bisa aku sebut satu persatu terimakasih sudah menjadi penyemangat dalam proses kehidupan hampir 10 tahun selalu menemani di dalam hidup ku.
8. Sahabat SMA ku Shara Anbia, Rahajeng Utami, Rindi Ayu, Veni Septiyani yang selalu mewarnai hidupku, terimakasih atas kebaikannya selama ini.
9. Teman-teman akrabku yang senantiasa rela berbagi ilmu dan pengalaman selama perkuliahan berlangsung, Nia Voniati, Fitri Ayu Lestari, Latifah Eka Putri, Uswatun Sa'diah, Ayu Fitrianthamy, Egik Nopriyando, Ari Hermansyah, Mery Handayani Suhendra, M. Hamdan Bashori Alwi, Ruslan Abdul Gani, Tri Handayani, Luluk Hidayati, Heni Febriani, Erlangga dan seluruh keluarga besar kelas BK C semoga kita bertemu ketika kita sukses kelak.

10. Rekan-rekan seperjuangan, Ganta Swarafika, Dimas Ardiantiarno, Jery Prafitia dan seluruh rekan mahasiswa Bimbingan Konseling Institut Agama Islam Negeri Raden Intan Lampung angkatan 2012, baik kelas C, A maupun B, Dan sahabat yang bertemu saat KKN dan PPL dan seluruh pihak yang terlibat atas terselesaikannya skripsi ini yang tak bisa penulis sebutkan satu per satu.
11. Teruntuk adik adik yang tersayang Febrina, Fernanda, Anggi, Maya, Maysaroh, Ega , Eko, Veri, Faris, dan untuk anggota HMJ lain nya yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu terimakasih selama ini atas kebaikan yang telah diberikan, semoga ikatan silaturahmi kita bisa tetap terjaga.

Penulis menyadari sepenuhnya akan keterbatasan yang dimiliki, untuk itu saran atau masukan sangat diharapkan dari berbagai pihak, dan akhir kata semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis pribadi dan juga bagi pembaca.

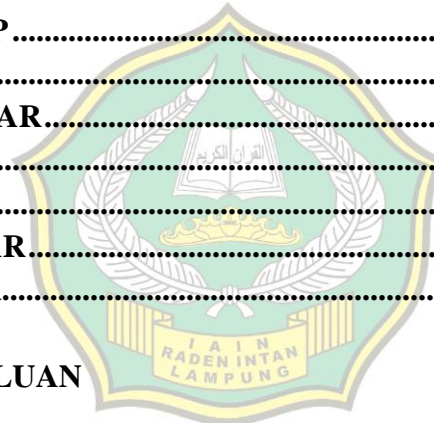
Wassalamualaikum Warohmatullohi Wabarokatuh

Bandar Lampung, Maret 2016
Penulis

Risnasari Z
NPM.1211080083

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
MOTTO	vi
RIWAYAT HIDUP	vii
PERSEMBAHAN	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTARLAMPIR	xvii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
1. Identifikasi Masalah	9
2. Batasan Masalah.....	10
3. Rumusan Masalah	10
4. Tujuan dan Kegunaan Penelitian.....	11
5. Ruang Lingkup Penelitian	12
BAB II LANDASAN TEORI	
A. Bimbingan dan Konseling.....	13
1. Pengertian Bimbingan dan Konseling.....	13
2. Fungsi Bimbingan dan Konseling.....	15
3. Bidang-Bidang Bimbingan dan Konseling.....	16
B. Konseling Sebaya.....	18
1. Pengertian Konseling Sebaya.....	18
2. Fungsi Konseling Sebaya	20
3. Karakteristik Konseling Sebaya	20
4. Elemen Pokok Konseling Sebaya.....	22
5. Prinsip-Prinsip Konseling Sebaya.....	23



C. Motivasi Belajar	23
1. Definisi Motivasi	23
2. Teori-Teori Motivasi	25
3. Fungsi Motivasi	30
4. Macam-Macam Motivasi	31
D. Bentuk-Bentuk Motivasi Di Sekolah	34
E. Ciri-Ciri Motivasi Belajar	37
F. Peranan Motivasi Belajar	39
G. Teknik-Teknik Motivasi Belajar	34
H. Unsur-Unsur Yang Mempengaruhi Motivasi Belajar	40
I. Penelitian Yang Relevan	43
J. Keangka Berfikir	44
K. Hipotesis	46

BAB III METODELOGI PENELITIAN

A. Metode Penelitian	47
B. Desain Penelitian	47
C. Variabel Penelitian	49
D. Definisi Operasional	50
E. Populasi Sampel dan Teknik Sampling	52
F. Metode Pengumpulan Data	53
G. Validitas dan Uji Reliabilitas	61
H. Teknik Pengolahan dan Analisis Data	66
I. Langkah-langkah Pemilihan Konselor Sebaya	70
J. Langkah-langkah <i>Treatment</i> Konseling Sebaya	72

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	75
1. Profil Umum Motivasi Belajar	75
2. Gambaran Hasil Motivasi Belajar	76
3. Pelaksanaan Kegiatan Pemberian <i>Treatment</i>	86
4. Uji Hipotesis	91
5. Perbandingan Nilai <i>Pretest, Posttest, Gain Score</i>	101
B. Pembahasan	103

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	109
B. Saran	110

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN

DAFTAR GAMBAR

1. Gambar Pola <i>One Group Pretest-Posttest</i>	48
2. Kerangka Berfikir	50
3. Peningkatan Rata-Rata Pretest Dan Posttest Pada Indikator Adanya Hasrat Dan Keinginan Berhasil	98
4. Peningkatan Rata-Rata Pretest dan Posttest Pada Indikator adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar	100
5. Peningkatan Rata-Rata Pretest dan Posttest Pada Indikator adanya harapan dan cita-cita masa depan.....	102
6. Peningkatan Rata-Rata Pretest dan Posttest Pada indikator adanya kegiatan yang menarik dalam belajar.	104
7. Peningkatan Rata-Rata Pretest dan Posttest Pada indikator adanya penghargaan dalam belajar	105
8. Peningkatan Rata-Rata Pretest dan Posttest Pada indikator adanya lingkungan belajar yang kondusif	107
9. Grafik Peningkatan Motivasi Belajar Nilai <i>Pretest</i> dan Nilai <i>Posttest</i>	108

DAFTAR TABEL

1. Daftar Peserta Didik Data Awal	5
2. Definisi Operasi	50
3. Skor Alternatif Jawaban.....	54
4. Kriteria Motivasi Belajar	56
5. Kisi-kisi Instrument Penelitian	59
6. Kisi-kisi Instrument Penelitian Validasi	62
7. Langkah-langkah Konseling Sebaya dalam Meningkatkan Motivasi Belajar	72
8. Gambaran Umum Motivasi Belajar Peserta Didik	76
9. Gambaran Motivasi Belajar pada Indikator Adanya Hasrat dan Keinginan Berhasil.....	78
10. Gambaran Motivasi Belajar Pada Indikator Adanya Dorongan Dan Kebutuhan Dalam Belajar	79
11. Gambaran Motivasi Belajar Pada Indikator Adanya Harapan Dan Cita-Cita Masa Depan	80
12. Gambaran Motivasi Belajar pada Indikator Adanya Kegiatan yang Menarik dalam Belajar.....	81
13. Gambaran Motivasi Belajar pada Indikator Adanya Penghargaan dalam Belajar	82
14. Gambaran Motivasi Belajar pada Indikator Adanya Lingkungan Belajar yang Kondusif	83
15. Gambaran Motivasi Belajar Berdasarkan Indikator	84
16. Tabel Hasil <i>Paired Samples T-Test</i>	97
17. Hasil Uji T indikator Adanya Hasrat dan Keinginan Berhasil.....	98
18. Hasil Uji T Motivasi Belajar Peserta Didik Pada Indikator Adanya Dorongan dan Kebutuhan dalam Belajar.....	99
19. Hasil Uji T Motivasi Belajar Peserta Didik pada Indikator adanya Harapan dan Cita-Cita Masa Depan	101
20. Hasil Uji T Motivasi Belajar Peserta Didik pada Indikator adanya	

Kegiatan yang Menarik dalam Belajar	103
21. Hasil Uji T Motivasi Belajar Peserta Didik pada Indikator Adanya Penghargaan dalam Belajar	104
22. Hasil Uji T Motivasi Belajar Peserta Didik Pada Indikator adanya Lingkungan Belajar yang Kondusif.....	106
23. Deskripsi Data <i>Pretest, Posttest, Gain Score</i>	107



BAB 1 PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Belajar atau menuntut ilmu merupakan kewajiban bagi setiap manusia baik laki-laki atau perempuan. Tanpa belajar seseorang akan tertinggal oleh cepatnya arus perubahan zaman dan kemajuan dunia yang serba modern, oleh karena itu kita diwajibkan senantiasa menuntut ilmu. Hal ini tertulis di Al-Qur'an Surat Al-Mujadalah ayat 11;



يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِذَا قِيلَ لَكُمْ تَفَسَّحُوا فِي الْمَجَالِسِ فَافْسَحُوا يَفْسَحِ اللَّهُ لَكُمْ وَإِذَا قِيلَ
أَنْشُرُوا فَأَنْشُرُوا يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ ءَامَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ ۗ وَاللَّهُ بِمَا
تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ

Artinya: Hai orang-orang yang beriman, apabila dikatakan kepadamu: "Berlapang-lapanglah dalam majelis", maka lapangkanlah, niscaya Allah akan memberi elapangan untukmu. Dan apabila dikatakan: "Berdirilah kamu, maka berdirilah, niscaya Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman diantaramu dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat. Dan Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan.² (Q.S Al Mujadalah: 11)

Ayat tersebut menegaskan betapa pentingnya dalam menuntut ilmu pengetahuan, maka ayat ini menegaskan bahwa orang yang beriman dan berilmu pengetahuan akan diangkat derajatnya oleh Allah SWT. Oleh karena itu kita

² Al-quran dan terjemahan, CV Mikraj Khazanah Ilmu, Bandung, 2011. h 273

diwajibkan menuntut ilmu agar kita tergolong kaum yang akan diangkat derajatnya oleh Allah SWT.

Setiap manusia tentunya membutuhkan ilmu pengetahuan yang memadai agar dapat mengatasi setiap permasalahan yang mungkin timbul dalam kesehariannya. Hal seperti ini adalah sebuah keniscayaan yang harus dihadapi oleh umat manusia yang masih memiliki harapan dan impian dalam kehidupannya. Untuk itu sebagai manusia yang diciptakan oleh Allah sebagai makhluk yang paling sempurna dibanding makhluk yang lain, maka dalam kehidupan ini tak bisa kita hindari bahwa kita membutuhkan berbagai macam pendidikan yang dapat mengantarkan dirinya pada kehidupan yang lebih baik.

Salah satu dari faktor-faktor yang mempengaruhi belajar adalah motivasi. Motivasi adalah daya penggerak atau pendorong, untuk melakukan sesuatu pekerjaan. Motivasi yang berasal dari dalam diri (*intrinsik*) yaitu dorongan yang datang dari hati sanubari, umumnya karena kesadaran akan pentingnya sesuatu. Motivasi yang berasal dari luar (*ekstrinsik*) yaitu dorongan yang datang dari luar diri seperti lingkungan misalnya dari orang tua, teman-teman dan anggota masyarakat. Seseorang yang belajar dengan motivasi kuat, akan melaksanakan semua kegiatan belajarnya dengan sungguh-sungguh, penuh gairah atau semangat. Karena itu motivasi belajar perlu diusahakan terutama yang berasal dari dalam diri dengan cara senantiasa memikirkan masa depan yang penuh tantangan dan harus dihadapi untuk mencapai cita-

cita senantiasa memasang tekad bulat dan selalu optimis bahwa cita-cita dapat dicapai dengan belajar.³

Motivasi belajar berfungsi sebagai pendorong usaha dan pencapaian prestasi. Adanya motivasi yang baik dalam belajar akan menunjukkan hasil yang baik dengan kata lain, dengan adanya usaha yang tekun dan terutama disadari adanya motivasi, maka seseorang yang belajar itu akan dapat melahirkan prestasi yang baik. Intensitas motivasi seseorang peserta didik akan sangat menentukan tingkat pencapaian prestasi belajarnya.⁴

Secara umum tujuan motivasi adalah untuk menggerakkan atau menggugah seseorang agar timbul keinginan dan kemauannya untuk melakukan sesuatu sehingga dapat memperoleh hasil atau mencapai tujuan tertentu. Makin jelas tujuan yang diartikan atau yang akan dicapai, makin jelas pula bagaimana tindakan memotivasi itu dilakukan. Tindakan memotivasi akan lebih dapat berhasil jika tujuannya jelas dan disadari oleh yang dimotivasi serta sesuai dengan kebutuhan orang yang dimotivasi. Oleh karena itu, setiap orang yang akan memberikan motivasi harus mengenal dan memahami benar-benar latar belakang kehidupan, kebutuhan dan kepribadian orang yang akan dimotivasi.⁵

Dalam kegiatan belajar mengajar hal terpenting yang harus dimiliki dari dalam diri setiap individu atau peserta didik yaitu motivasi karena, motivasi lah yang akan membangkitkan semangat peserta didik untuk mencapai cita-cita. Tak lepas dari itu

³ Dalyono, *psikologi pendidikan*, rineka cipta, jakarta 2012.h 48 dan 57

⁴ Sardiman, *interaksidanmotivasi belajarmengajar*, rajagrafindopersada , jakarta 2012 h 84

⁵ Ngalim Purwanto , *psikologi pendidikan*, PT Remaja Rosdakarya, Bandung , 2011, h73

peran orang tua sebagai motivator dirumah harus dengan baik memberikan arahan masa depan mereka.

Berdasarkan hasil pengamatan peneliti pada saat praktik pengalaman lapangan(PPL) di SMA Negeri 8 Bandar Lampung, mengenai motivasi belajar peserta didik yang sering dijumpai. Dari pengamatan langsung yang terlihat banyak peserta didik yang tidak memberikan respon yang baik saat proses belajar mengajar berlangsung dan tidak adanya ketekunan dalam belajar.

Untuk melihat berapa banyak peserta didik yang mengalami motivasi belajar rendah peneliti melakukan penyebaran instrumen penelitian (angket) kepada empat kelas atau 150 peserta didik. Hasil dari penyebaran angket tersebut didapatkan 30 peserta didik yang mengalami rendahnya motivasi belajar dan peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut mengenai motivasi belajar peserta didik di SMA N 8 Bandar Lampung yang nantinya diharapkan dengan adanya layanan konseling sebaya dapat meningkatkan motivasi belajar peserta didik. dan diperjelas dengan tabel sebagai berikut:

Tabel 1
Masalah Motivasi Belajar Pada Kelas XI di SMA Negeri 8 Bandar Lampung

No	Masalah Motivasi Belajar	Jumlah Peserta didik	Persentase
1	Kurang adanya hasrat dan keinginan berhasil	7orang	23%
2	Kurang adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar	5 orang	16.7%
3	Kurang adanya harapan dan cita-cita masa depan	6orang	20%

4	Kurang adanya penghargaan dalam belajar	5orang	16.7%
5	Kurang adanya kegiatan yang menarik dalam belajar	3orang	10%
6	Kurang adanya lingkungan belajar yang kondusif	4orang	13.3%
Total		30 orang	99.7%

Dari keterangan tabel tersebut yang di dapatkan dari hasil penyebaran angket motivasi belajar dapat disimpulkan bahwa 30 peserta didik mengalami rendahnya motivasi belajar . peserta didik tersebut tidak sesuai dengan adanya indikator belajar seperti; (1) adanya hasrat dan keinginan berhasil; (2) adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar; (3) adanya harapan dan cita-cita masa depan; (4) adanya penghargaan dalam belajar; (5) adanya kegiatan yang menarik dalam belajar; dan (6) adanya lingkungan belajar yang kondusif. Untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik memerlukan peranan penting dari semua pihak yang ada di sekolah khususnya guru bimbingan dan konseling dan guru mata pelajaran.

Motivasi belajar merupakan permasalahan yang seringkali dialami peserta didik pada setiap jenjang pendidikan dan merupakan permasalahan yang penting untuk ditangani bersama oleh pihak sekolah. Dalam hal ini bimbingan dan konseling memiliki peranan penting dalam menangani permasalahan belajar dengan memiliki prinsip bahwa layanan bimbingan dan konseling diperuntukan bagi semua siswa baik yang memiliki permasalahan ataupun tidak di sekolah. Salah satu tugas dari bimbingan dan konseling

adalah mengarahkan dan membantu peserta didik dalam menghadapi dan menyelesaikan masalah-masalah akademik.⁶

Guru BK memiliki tanggung jawab yang sama seperti guru mata pelajaran dan semua personil sekolah yang terkait dengan peningkatan motivasi belajar peserta didik. Guru BK dapat dengan rutin mengadakan pertemuan dengan orang tua, guna sharing mengenai perkembangan anak pada saat di rumah, mengingat motivasi belajar peserta didik dipengaruhi oleh dua faktor yaitu internal dan eksternal, maka orang tua/keluarga menjadi bagian terkait yang tidak dapat dipisahkan dalam motivasi belajar peserta didik di sekolah. Sehingga orang tua memiliki andil yang sama seperti semua personil sekolah dalam peningkatan motivasi belajar. Guru BK di sekolah tidak bisa memberikan tugas dan kewajibannya secara maksimal di karenakan jumlah peserta didik yang melebihi kapasitas sehingga konselor di sekolah tidak bisa memberikan perhatian secara baik terhadap peserta didik yang ada.

Pemenag No 16 bab 2 pasal 5 ayat 3 tahun 2009 yang menyatakan bahwa;

“Beban kerja Guru bimbingan dan konseling konselor adalah mengampu bimbingan dan konseling paling sedikit 150 (seratus lima puluh) peserta didik dalam I (satu) tahun.”⁷

Dari pengamatan di lapangan undang-undang tersebut tidak berjalan dengan baik, masih banyak sekolah yang belum menerapkan undang-undang tersebut

⁶ Sakinah melissa, *efektivitas bimbingan teman sebaya untuk meningkatkan motivasi belajar siswa*, Universitas Pendidikan Indonesia, 2004, h.5
http://repository.upi.edu/6613/4/S_PPB_0900602_Chapter1.pdf

⁷ [file:///c:/users/microsoft/downloads/permenpan2009_016%20\(2\).pdf](file:///c:/users/microsoft/downloads/permenpan2009_016%20(2).pdf) diakses pada tanggal 1 mei 2016 13.00

dan belum menyadari akan pentingnya undang-undang tersebut. Fakta di lapangan bahwasannya rata-rata sekolah-sekolah masih kekurangan guru BK dikarenakan di dalam sekolah tersebut jumlah peserta didik dengan guru BK tidak seimbang dan tidak sesuai dengan peraturan perundang-undangan. Dengan adanya masalah tersebut, maka perlu adanya alternatif dalam menanggulangi permasalahan yang terjadi. Dalam bimbingan dan konseling memiliki cara untuk mengatasi masalah tersebut dengan cara dibentuknya konseling sebaya.

Konseling sebaya adalah layanan bantuan konseling yang diberikan oleh teman sebayanya yang telah terlebih dahulu diberikan pelatihan-pelatihan untuk menjadi konselor sebaya sehingga dapat memberikan bantuan baik secara individual maupun kelompok kepada teman-temannya yang bermasalah ataupun mengalami berbagai hambatan dalam perkembangan kepribadiannya. Dengan adanya layanan konseling sebaya, menyiapkan peserta didik tertentu untuk menjadi konselor nonprofesional dalam membantu masalah teman-temannya. Para peserta didik calon konselor sebaya akan mendapatkan pelatihan yang memadai untuk jadi konselor sebaya, sehingga diharapkan meningkatkan kemampuan peserta didik dalam menghadapi masalah.⁸

⁸ Agus Akhmadi , *konseling sebaya dalam bimbingan konseling komprehensif*, <https://hanifmuallifah.files.wordpress.com/2013/05/jurnal.pdf> di akses pada tanggal 2 mei 2016

Konseling sebaya dianggap mampu membantu guru BK dalam memecahkan sebuah permasalahan yang sedang dihadapi peserta didik yang lain, karena nyatanya peserta didik lebih sering membicarakan masalah mereka dengan teman sebaya dibandingkan dengan orang tua dan guru pembimbing. Masalah serius pun mereka membicarakan nya dengan teman sebaya, bukan dengan orang tua atau guru. Dengan demikian *peer counseling* dianggap sangatlah penting karena berdasarkan pengamatan peneliti sebagian remaja sering membicarakan permasalahan yang di alami dengan teman sebaya dibandingkan dengan orang tua pembimbing atau guru sekolah. Mencermati fakta tersebut maka perlu dikembangkan layanan konseling yang dilakukan oleh tenaga non profesional dibawah pengawasan konselor profesional.

Sebagaimana yang diungkapkan oleh para ahli sebagai berikut;

“Hans Sebald (Sigelman dan Shafer) mengemukakan “Bahwa teman sebaya lebih memberikan pengaruh dalam memilih: cara berpakaian, hobi, perkumpulan (club) dan kegiatan-kegiatan sosial lainnya peranan kelompok teman sebaya bagi remaja adalah memberikan kesempatan untuk belajar tentang :bagaimana berinteraksi dengan orang lain, mengontrol tingkah laku sosial, mengembangkan keterampilan dalam minat yang relevan dengan usianya dan dan saling bertukar perasaan dan masalah.”⁹

Clasen dan Brown mengemukakan “para orang tua, guru dan orang dewasa lainnya dapat membantu remaja dalam mengatasi desakan dari kawan-kawan sebaya”¹⁰

Remaja membutuhkan banyak kesempatan untuk bercakap- cakap dengan kawan-kawan sebaya dan orang-orang dewasa mengenai dunia sosial mereka

⁹ Yusuf Syamsu , *psikologi perkembangan anak dan remaja*, PT Remaja Rosdakarya ,2009 h.59- 61

¹⁰ *Ibid* h 61

dan berbagai tekanan yang dialami. Perubahan perkembangan yang dialami di masa remaja sering menimbulkan perasaan tidak aman. Sebagaimana yang kita ketahui konselor atau guru Bimbingan dan Konseling harus menciptakan situasi agar peserta didik termotivasi dengan memanfaatkan konseling sebaya sebagai satu upaya dalam menghadapi masalahnya di sekolah. Memahami motivasi belajar peserta didik merupakan satu hal yang sangat penting bagi guru Bimbingan dan Konseling dalam membantu proses keberhasilan belajar peserta didik dengan bekerja sama dengan guru-guru serta para tenaga kependidikan yang ada di sekolah.¹¹ Dalam hal ini, maka peneliti mengambil keputusan untuk melakukan penelitian tentang “Efektivitas Konseling Sebaya Di Sekolah Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik Kelas XI di SMA Negeri 8 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2016-2017”

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, permasalahan penelitian dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. kurang adanya hasrat dan keinginan berhasil didalam diri peserta didik 23%
2. kurang adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar didalam diri peserta didik 16.7%
3. kurang adanya harapan dan cita-cita masa depan didalam diri peserta didik 20%
4. kurang adanya penghargaan dalam belajar didalam diri peserta didik 16.7%

¹¹ John . Santrock, *remaja jilid2* , PT Gelora Aksara Pratama, 2007 h.. 61

5. kurang adanya kegiatan yang menarik dalam belajar didalam diri peserta didik
10%
6. kurang adanya lingkungan belajar yang kondusif didalam diri peserta didik
13.3%.
7. belum adanya pemanfaatan konseling sebaya didalam sekolah.

C. Batasan Masalah

Agar diperoleh suatu kedalaman pada penarikan kesimpulan diakhir penelitian maka diperlukan adanya batasan masalah. Adapun masalah dalam penelitian ini adalah untuk menghindari masalah yang terlalu meluas dan menyimpang, maka dalam penelitian ini peneliti hanya membatasi masalah “Efektivitas Konseling Sebaya di Sekolah Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik Kelas XI Di SMA Negeri 8 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2016-2017”

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang maka dirumuskan permasalahan adalah sebagai berikut:
“Apakah Konseling Teman Sebaya Efektif Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik di SMA Negeri 8 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2016-2017”

E. Tujuan dan Kegunaan Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui “Efektivitas Konseling Sebaya di Sekolah dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik Kelas XI SMA Negeri 8 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2016-2017”. Sedangkan tujuan khusus dalam penelitian ini adalah untuk mendapatkan gambaran tentang motivasi belajar peserta didik setelah mendapatkan konseling sebaya.

2. Kegunaan Penelitian

a. Manfaat teoritis

Penelitian ini di harapkan dapat menjadi tambahan untuk mengembangkan ilmu pengetahuan dalam memberikan konseling sebaya (*peer counseling*) dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik kelas XI di Sekolah Menengah Atas Negeri 8 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2016-2017.

b. Manfaat praktik

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi motivasi konseling sebaya (*peer counseling*) agar semakin memperkaya khasanah ilmu pengetahuan pentingnya konseling sebaya dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik kelas XI di Sekolah Menengah Atas Negeri 8 Bandar Lampung.

c. Manfaat Peneliti

Menambah wawasan dan pengetahuan tentang konseling sebaya yang dapat meningkatkan motivasi belajar peserta didik.

F. Ruang Lingkup Penelitian

Untuk menghindari kesalahpahaman, kesimpangsiuran dalam penelitian yang akan dilakukan, maka ruang lingkup penelitian ini adalah;

1. Objek dalam penelitian yang akan dilakukan ini menitik beratkan pada bagaimana “Efektivitas Konseling Sebaya Di Sekolah Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik Kelas XI SMA Negeri 8 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2016-2017”
2. Subjek penelitian ini adalah peserta didik kelas XI SMAN 8 Bandar Lampung.
3. Wilayah penelitian ini adalah SMAN 8 Bandar Lampung.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kajian Teori

1. Pengertian Bimbingan dan Konseling

Secara etimologis kata bimbingan merupakan terjemahan dari kata “*Guidance*” berasal dari kata kerja “*to guide*” yang mempunyai arti menunjukkan, membimbing menuntun, ataupun membantu. Sesuai dengan istilahnya, maka secara umum bimbingan dapat diartikan sebagai suatu bantuan atau tuntunan. Jones, Staffire dan Stewart dalam Prayitno mendefinisikan bimbingan sebagai berikut;

Bimbingan adalah bantuan yang diberikan kepada individu dalam membuat pilihan-pilihan dan penyesuaian yang bijaksana. Bantuan itu berdasarkan atas prinsip demokrasi yang merupakan tugas dan hak setiap individu untuk memilih jalan hidupnya sendiri sejauh tidak mencampuri hak orang lain. Kemampuan membuat pilihan seperti itu tidak diturunkan(diwarisi), tetapi dikembangkan.

Dewa Ketut Sukardi dan Desak P.E Nila Kusumawati mendefinisikan bimbingan sebagai berikut;

Bimbingan adalah proses pemberian bantuan yang diberikan kepada seseorang atau kelompok orang secara terus-menerus dan sistematis oleh pembimbing agar individu atau sekelompok individu menjadi pribadi yang mandiri.¹²

Sedangkan Prayitno mendefinisikan bimbingan sebagai berikut:

¹² Dewa ketut sukardi dan Desak PE Nila Kusumawati, *proses bimbingan dan konseling di sekolah*, Rineka Cipta , Jakarta 2008 h.2

Bimbingan adalah bantuan yang dilakukan oleh seorang yang ahli kepada seorang atau beberapa orang individu, baik anak-anak, remaja, maupun dewasa agar orang yang dibimbing dapat mengembangkan kemampuan dirinya sendiri dan mandiri dengan memanfaatkan kekuatan individu dan sarana yang ada dan dapat dikembangkan berdasarkan norma-norma yang berlaku.¹³

Berdasarkan definisi bimbingan yang dikemukakan oleh para ahli dapat disimpulkan bahwa pengertian bimbingan adalah proses pemberian bantuan dalam rangka membantu mengembangkan seluruh potensi yang dimiliki oleh individu secara optimal. Bimbingan selalu dirangkaikan dengan istilah Konseling. Hal ini disebabkan karena Bimbingan dan Konseling itu merupakan suatu kegiatan yang integral.

Secara etimologis, istilah konseling berasal dari bahasa Latin, yaitu “*consilium*” yang berarti “dengan” atau “bersama” yang dirangkaikan dengan “menerima” atau “memahami”. Sedangkan dalam bahasa Anglo-Saxon, istilah konseling berasal dari “*sellan*” yang berarti “menyerahkan” atau “menyampaikan”.¹⁴ Dewa Ketut Sukardi dan Desak P.E Nila Kusumawati mendefinisikan konseling sebagai berikut;

Konseling adalah suatu upaya bantuan yang dilakukan dengan empat mata atau tatap muka, antara konselor dan konseli yang berisi usaha yang laras unik dan manusiawi yang dilakukan dalam suasana keahlian dan didasarkan atas norma-norma yang berlaku. Agar konseli memperoleh konsep diri dan kepercayaan diri sendiri dalam memperbaiki tingkah lakunya pada saat ini dan mungkin pada masa yang akan datang.¹⁵

¹³ Prayitno dan Erman Amti, *OpCit* h. 99

¹⁴ *Ibid*, h. 99.

¹⁵ Dewa ketut sukardi dan Desak P.E Nila Kusumawati, *Opcit*, h.5

2. Fungsi Bimbingan dan Konseling

Fungsi-fungsi dalam Bimbingan dan Konseling diantaranya adalah fungsi pemahaman, fungsi pencegahan, fungsi pengentasan, fungsi pemeliharaan dan pengembangan dan fungsi advokasi.

- a. fungsi pemahaman, yaitu fungsi bimbingan dan konseling yang akan menghasilkan pemahaman tentang sesuatu oleh pihak-pihak tertentu sesuai dengan krpntingsn pengembangan peserta didik;
- b. fungsi pencegahan yaitu fungsi bimbingan dan konseling yang akan menghasilkan tercegahnya atau terhindarnya peserta didik dari berbagai permasalahan yang mungkin timbul, yang akan dapat mengganggu menghambat ataupun menimbulkan kesulitan dan kerugian-kerugian tertentu dalam proses perkembangannya;
- c. fungsi pengentasan yaitu fungsi bimbingan dan konseling yang akan menghasilkan terentasnya atau teratasinya berbagai permasalahan yang dialami oleh peserta didik;
- d. fungsi pemeliharaan dan pengembangan, yaitu fungsi bimbingan dan konseling yang akan menghasilkan terpelihara dan terkembangnya berbagai potensi dan kondisi positif peserta didik dalam rangka perkembangan dirinya secara mantap berkelanjutan; dan

- e. fungsi advokasi yaitu fungsi Bimbingan dan Konseling yang akan menghasilkan teradvokasinya atau pembelaan terhadap peserta didik dalam rangka upaya pengembangan seluruh potensi secara optimal.¹⁶

3. Bidang-bidang Bimbingan dan Konseling

Kegiatan Bimbingan dan Konseling secara menyeluruh meliputi empat bidang bimbingan, yaitu bimbingan pribadi, bimbingan sosial, bimbingan belajar dan bimbingan karier.

a. bimbingan pribadi

Dalam bidang bimbingan pribadi, pelayanan bimbingan dan konseling di SMP, SMA,/SMK membantu peserta didik dalam mengembangkan pribadi yang beriman dan bertakwa terhadap Tuhan Yang Maha Esa, mantap dan mandiri, serta sehat jasmani dan rohani. Bidang ini dapat dirinci menjadi pokok-pokok berikut;

- 1) pemantapan sikap dan kebiasaan serta pengembangan wawasan dalam beriman dan bertakwa terhadap Tuhan Yang Maha Esa;
- 2) pemantapan pemahaman tentang kekuatan diri dan pengembangannya untuk kegiatan-kegiatan yang kreatif dan produktif baik dalam kehidupan sehari-hari maupun untuk peranannya di masa depan;
- 3) pemantapan pemahaman tentang baat dan minat pribadi serta penyaluran dan pengembangannya pada atau melalui kegiatan-kegiatan yang kreatif dan produktif;
- 4) pemantapan pemahaman tentang kelemahan diri dan usaha-usaha penanggulangannya;
- 5) pemantapan kemampuan mengambil keputusan;
- 6) pemantapan kemampuan mengarahkan diri sesuai dengan keputusan yang telah diambilnya; dan
- 7) pemantapan dalam perencanaan dan penyelenggaraan hidup sehat, baik secara rohaniah maupun jasmaniah.

¹⁶*Ibid*, h. 7-8

b. bimbingan sosial

Dalam dalam bidang bimbingan sosial, pelayanan bimbingan dan konseling SMP, SMA/SMK membantu peserta didik mengenal dan berhubungan dengan lingkungan sosialnya yang dilandasi budi pekerti luhur, tanggung jawab kemasyarakatan dan keanegaraan. Bidang ini dapat dirinci menjadi pokok-pokok berikut;

- 1) Pemantapan kemampuan berkomunikasi, baik melalui ragam lisan maupun secara efektif;
- 2) Pemantapan kemampuan menerima dan menyampaikan pendapat serta berargumentasi secara dinamis, kreatif dan produktif;
- 3) Pemantapan kemampuan bertingkah laku dan berhubungan sosial, baik di rumah, di sekolah maupun di masyarakat luas dengan menjunjung tinggi tata krama, sopan santun, serta nilai-nilai agama, adat, hukum, ilmu dan kebiasaan yang berlaku;
- 4) Pemantapan hubungan yang dinamis, harmonis, dan produktif dengan teman sebaya, baik di sekolah yang sama, di sekolah yang lain, di luar sekolah, maupun di masyarakat pada umumnya;
- 5) Pemantapan pemahaman kondisi dan peraturan sekolah serta upaya pelaksanaannya secara dinamis dan bertanggung jawab dan;
- 6) Orientasi tentang hidup berkeluarga.

c. bimbingan belajar

Dalam bidang bimbingan belajar, pelayanan bimbingan dan konseling di SMP, SMA/SMK membantu peserta didik mengembangkan diri, sikap dan kebiasaan belajar yang baik untuk menguasai pengetahuan dan keterampilan serta menyiapkannya melanjutkan pendidikan pada tingkat yang lebih tinggi. Bidang ini dapat dirinci menjadi pokok-pokok berikut;

- 1) Pemantapan sikap dan kebiasaan belajar dan efektif dan efisien serta produktif, baik dalam mencari, informasi dari berbagai sumber belajar, bersikap terhadap guru dan narasumber lainnya, mengembangkan,

keterampilan belajar, mengerjakan tugas-tugas pelajaran dan menjalani program penilaian hasil belajar;

- 2) Pemantapan disiplin belajar dan berlatih, baik secara mandiri maupun berkelompok;
- 3) Pemantapan penguasaan materi program belajar di sekolah menengah umum sesuai dengan perkembangan ilmu, teknologi, dan kesenian;
- 4) Pemantapan, pemahaman dan pemanfaatan kondisi fisik, sosial, dan budaya yang ada di sekolah, lingkungan sekitar dan masyarakat untuk pengembangan pengetahuan dan kemampuan serta pengembangan pribadi; dan
- 5) Orientasi belajar di sekolah sambungan / perguruan tinggi.

d. bimbingan karier

Dalam bidang bimbingan karier, pelayanan bimbingan dan konseling di SMP, SMA/ SMK membantu peserta didik merencanakan dan mengembangkan masa depan karier. Bidang ini dapat dirinci menjadi pokok-pokok sebagai berikut;

- 1) Pemantapan pemahaman diri berkenaan dengan kecenderungan karier yang hendak dikembangkan;
- 2) Pemantapan orientasi dan informasi karier pada umumnya, khususnya karier yang hendak dikembangkan;
- 3) Orientasi dan informasi terhadap dunia kerja dan usaha memperoleh penghasilan untuk memenuhi kebutuhan hidup dan;
- 4) Orientasi dan informasi terhadap pendidikan yang lebih tinggi, khususnya sesuai dengan karier yang hendak dikembangkan.¹⁷

B. Konseling Sebaya

1. Pengertian Konseling Sebaya

Konseling sebaya adalah layanan konseling yang diberikan oleh teman sebayanya (biasanya seusia/ tingkatan pendidikannya hampir sama) yang telah terlebih dahulu diberikan pelatihan-pelatihan untuk menjadi konselor sebaya sehingga

¹⁷ *Ibid*, h.12-14

diharapkan dapat memberikan bantuan baik secara individual maupun kelompok kepada teman-temannya yang bermasalah ataupun mengalami berbagai hambatan dalam perkembangan kepribadiannya.¹⁸

Agus Akhmadi mendefinisikan sebagai berikut;

“Konseling sebaya adalah layanan bantuan konseling yang diberikan oleh teman sebayanya yang telah terlebih dahulu diberikan pelatihan-pelatihan untuk menjadi konselor sebaya sehingga dapat memberikan bantuan baik secara individual maupun kelompok kepada teman-temannya yang bermasalah ataupun mengalami berbagai hambatan dalam perkembangan kepribadiannya. Dengan adanya layanan konseling sebaya, menyiapkan peserta didik tertentu untuk menjadi konselor nonprofesional dalam membantu masalah teman-temannya. Para peserta didik calon konselor sebaya akan mendapatkan pelatihan yang memadai untuk jadi konselor sebaya, sehingga diharapkan meningkatkan kemampuan peserta didik dalam menghadapi masalah.”¹⁹

Neni Noviza mengemukakan sebagai berikut;

“Konseling sebaya adalah layanan bantuan konseling yang diberikan oleh teman sebayanya (biasanya seusia/tingkatan pendidikannya hampir sama) yang telah terlebih dahulu diberikan pelatihan-pelatihan untuk menjadi konselor sebaya sehinggadiharapkan dapat memberikan bantuan baik secara individual maupun kelompok kepada teman-temannya yang bermasalah ataupun mengalami berbagai hambatan dalam perkembangan kepribadiannya. Mereka yang menjadi konselor sebaya bukanlah seorang yang profesional di bidang konseling tapi mereka diharapkan dapat menjadi perpanjangan tangan konselor profesional.”

Menurut Varenthorst dalam Hunainah mengemukakan;

“Konseling sebaya merupakan suatu upaya mempengaruhi perubahan(intervention) sikap dan perilaku yang cukup efektif untuk

¹⁸ Erhamwilda, *konseling sebaya alternatif kreatif layanan bimbingan konseling di sekolah*, Yogyakarta: Media akademi, cet pertama 2015, h. 43-44

¹⁹ Agus Akhmadi , *konseling sebaya dalam bimbingan konseling komprehensif*, <https://hanifmuallifah.files.wordpress.com/2013/05/jurnal.pdf> di akses pada tanggal 2 mei 2016

membantu masalah peserta didik yang mengikuti pembekalan dalam menyelesaikan masalah diri mereka sendiri.”²⁰

2. Fungsi Konseling Sebaya

Rogation (dalam kartika nur fathiyah dan farida harahap) mengemukakan fungsi konselor sebaya sebagai berikut ;

- a. sahabat yang bersedia membantu, mendengarkan, memahami;
- b. fasilitator yang bersedia membantu remaja untuk tumbuh dan berkembang bersama kelompoknya; dan
- c. sebagai pemimpin yang karena kepeduliannya pada orang lain menjadi penggerak perubahan sosial.²¹

3. Karakteristik Konseling Teman Sebaya

Calon pembimbing sebaya dengan karakteristik sebagai berikut;

- a. memiliki minat, kemauan, dan perhatian untuk membantu teman secara sukarela;
- b. terbuka dan mampu berempati;
- c. memiliki disiplin yang baik ;
- d. memiliki prestasi akademik tinggi atau minimal rerata;
- e. memiliki *self regulated learning* atau pengelolaan diri yang baik;
- f. memiliki kontrol diri dan akhlak yang baik;

²⁰ Hunainah, *teori dan implementasi model konseling sebaya*, Bandung: Rizqi press, cet pertama, 2011, h.81

²¹ Kartika nur fathiyah, farida harahap, *konseling sebaya untuk meningkatkan efikasi diri remaja terhadap perilaku berisiko*, universitas negeri yogyakarta. h.4-5 [http://staff.uny.ac.id/sites/default/files/132206561/Konsebaya%20untuk%20Efikasi%20Remaja%20terhadap%20Perilaku%20Berisiko%20\(2\).pdf](http://staff.uny.ac.id/sites/default/files/132206561/Konsebaya%20untuk%20Efikasi%20Remaja%20terhadap%20Perilaku%20Berisiko%20(2).pdf) diakses pada tanggal 5 mei 2016 pukul 20.30

- g. mampu menjaga rahasia;
- h. mampu bersosialisasi dan menjadi model yang baik bagi teman-temannya; dan
- i. memahami norma sosial, hukum dan agama.

Kompetensi guru BK dalam penyelenggaraan KTS sebagai berikut;

- a. berpikiran terbuka;
- b. menguasai keterampilan memberikan bantuan yang dibekalkan kepada pembimbing sebaya;
- c. memahami bahwa pembimbing sebaya bukanlah profesional yang menggantikan peran guru BK tetapi merupakan salah satu media bimbingan yang tetap berkolaborasi dengan guru BK; dan
- d. mampu mengorganisasikan dan mendampingi pembimbing sebaya dalam menjalankan tugasnya maupun dalam *case conference*.

Sedangkan peran guru BK dalam implementasi model bimbingan teman sebaya yaitu sebagai berikut ;

- a. menjaring calon pembimbing sebaya melalui seleksi;
- b. melatih calon pembimbing sebaya terpilih;
- c. mensosialisasikan pembimbing sebaya;
- d. mengorganisasikan dan mendampingi pembimbing sebaya, dan
- e. melakukan tindak lanjut sebagai program rutin tiap angkatan.

Materi dalam pelatihan bimbingan teman sebaya yaitu sebagai berikut :

- a. Keterampilan menjalin hubungan sosial, mendekati dan meningkatkan interaksi sosial khususnya dengan siswa yang memerlukan bantuan;
- b. Keterampilan mendengar, memahami dan merespon secara tepat dan positif; dan
- c. Keterampilan *attending*, berempati, merangkum, bertanya, berperilaku genuin, berperilaku asertif, konfrontasi dan pemecahan masalah.²²

Menurut Tindall dan Gray dalam Hunainah materi pelatihan (pembekalan) konseling sebaya meliputi delapan keterampilan komunikasi dasar yaitu ;

- a. Keterampilan Menghampiri (*Attending*);
- b. Keterampilan Empati (*Empathizing*);
- c. Keterampilan Merangkum (*Summarizing*);
- d. Keterampilan Bertanya (*Questioning*);
- e. Keterampilan Bersikap Apa Adanya (*Genuiness*);
- f. Keterampilan Asertif (*Assertiveness*);
- g. Keterampilan Konfrontasi (*Confrontation*); Dan
- h. Keterampilan Memecahkan Masalah (*Problem Solving*).²³

4. Elemen Pokok Konseling Sebaya

Kan dalam Hunainah mengemukakan elemen-elemen pokok dari konseling sebaya sebagai berikut;

- a. premis dasar yang mendasari konseling sebaya adalah bahwa pada umumnya individu mampu menemukan solusi-solusi dari berbagai kesulitan yang dialami, dan mampu menemukan cara mencapai tujuan masing-masing;

²² Muskilah, suwarjo, galuh wijayanti, *bimbingan teman sebaya untuk mengembangkan sikap negatif terhadap perilaku seks tidak sehat*, universitas negeri semarang.2013 h.14-15 (file:///C:/Users/microsoft/Downloads/1231-2386-2-PB%20(2).pdf) diakses pada tanggal 30 april 2016 pukul 20.00

²³ Hunainah, *bimbingan teknis implementasi model konseling sebaya*, Bandung: Rizqi Press, cet pertama. 2012 h. 13

- b. kenyataan bahwa konselor sebaya adalah seorang teman sebaya dari konseli yang menyediakan kontak diantara keduanya. Mereka memiliki pengalaman hidup yang sama yang memungkinkan membuat rileks dalam bertukar pengalaman dan menjaga rahasia tentang apa yang dibicarakan dan dikerjakan dalam pertemuan tersebut;
- c. terdapat kesamaan kedudukan (*equality*) antara konselor sebaya dengan konseli, meskipun peran masing-masing berbeda. Mereka berbagai pengalaman dan bekerja berdampingan;
- d. semua pihak yang digunakan dalam konseing sebaya membantu konseli dalam memperoleh pemahaman dan pengalaman tentang dirinya, mendorong sumber-sumber kreativitas, membantu konseli menyadari emosi, keinginan dan kebutuhan-kebutuhannya.
- e. keputusan tentang kapan akan memulai dan mengakhiri serta di mana akan dilakukan konseling sebaya terletak pada konseli; dan
- f. seorang teman sebaya dapat berupa seseorang dalam situasi atau kondisi yang sama, atau seseorang dengan usia sebaya, atau seseorang dengan latar belakang, dan budaya yang sama.²⁴

5. Prinsip-Prinsip Konseling Sebaya

Menurut Kan dalam Erhamwilda konseling sebaya memiliki prinsip-prinsip sebagai berikut;

- a. informasi (termasuk masalah) yang dibahas dalam sesi-sesi konseling sebaya adalah rahasia. Demikian juga, apa yang dibahas dalam kelompok haruslah menjadi rahasia kelompok dan apa yang dibahas oleh sepasang tema menjadi rahasia yang tidak boleh dibagikan kepada orang lain;
- b. harapan, hak-hak, nilai-nilai dan keyakinan-keyakinan konseli dihormati;
- c. tidak ada penilaian (*judgment*) dalam sesi konseling teman sebaya;
- d. pemberian informasi dapat menjadi bagian dari konsling teman sebaya, sedangkan pemberian nasehat tidak;
- e. teman yang dibantu(konseli) bebas untuk membuat pilihan, dan kapan akan mengakhiri pemberian nasehat tidak;
- f. konseling sebaya dilakukan atas dasar kesetaraan (*equality*); dan
- g. setiap saat konseli membutuhkan dukungan yang tidak dapat dipenuhi melalui konseling teman sebaya, dia dialihtanggankan kepada konselor ahli, lembaga, atau organisasi yang lebih tepat.²⁵

²⁴ Hunainah, *OpCit* .h 82

²⁵ Erhamwilda, *OpCit*. h. 58

C. Motivasi Belajar

1. Definisi motivasi

Kata “motif” diartikan sebagai daya upaya mendorong seseorang untuk melakukan sesuatu. Motif dapat dikatakan sebagai daya penggerak dari dalam dan dalam subjek untuk melakukan aktivitas-aktivitas tertentu demi mencapai suatu tujuan. Bahkan motif dapat diartikan sebagai suatu kondisi *intern*. Motif dapat diartikan sebagai daya penggerak yang telah menjadi aktif. Motif menjadi aktif pada saat-saat tertentu terutama bila kebutuhan untuk mencapai tujuan sangat dirasakan/mendesak.

Mc Donald mengemukakan motivasi adalah perubahan energi dalam diri seseorang yang ditandai dengan munculnya “feeling” dan didahului dengan tanggapan terhadap adanya tujuan.

Dari pengertian yang di kemukakan Mc Donald ini mengandung tiga elemen penting yaitu ;

- a. bahwa motivasi itu mengawali terjadinya perubahan energi pada diri setiap individu manusia;
- b. motivasi ditandai dengan munculnya rasa atau *feeling* afeksi seseorang; dan
- c. motivasi akan dirangsang karena adanya tujuan. Jadi motivasi dalam hal ini sebenarnya merupakan respons dari suatu aksi yaitu tujuan.

Motivasi dapat juga dikatakan serangkaian usaha untuk menyediakan kondisi-kondisi tertentu, sehingga seseorang mau dan ingin melakukan sesuatu dan bila ia tidak suka, maka akan berusaha untuk meniadakan atau mengelakan perasaan

tidak suka itu. Jadi motivasi itu dapat dirangsang oleh faktor dari luar tetapi motivasi itu adalah tumbuh di dalam diri seseorang. Dalam kegiatan belajar, motivasi dapat dikatakan sebagai keseluruhan daya penggerak di dalam diri peserta didik yang menimbulkan kegiatan-kegiatan belajar yang menjamin kelangsungan dari kegiatan belajar dan yang memberikan arah pada kegiatan belajar, sehingga tujuan yang dikehendaki oleh subjek belajar itu dapat tercapai.

26

Motivasi belajar merupakan faktor penentu dan berfungsi menimbulkan, mendasari dan mengarahkan perbuatan belajar. Motivasi dapat menentukan baik tidaknya dalam mencapai tujuan sehingga semakin besar motivasinya akan semakin besar kesuksesannya, tampak gigih, tidak mau menyerah, giat belajar untuk meningkatkan prestasi belajarnya.²⁷

2. Teori-Teori Motivasi

Morgan, dan kawan-kawan mengemukakan empat teori motivasi, yaitu: teori *Drive*, teori *Insentif*, teori *Opponent-process*, dan teori *Optimal-level*;

a) Teori *Drive*

Teori ini digambarkan sebagai teori dorongan motivasi. Menurut teori ini perilaku “didorong” kearah tujuan dengan kondisi *drive* (tergerak) dalam diri manusia atau hewan. Menurut teori ini motivasi terdiri dari: (1) kondisi tergerak, (2) perilaku diarahkan ke tujuan yang diawali dengan kondisi

²⁶ Sardiman, *Op.Cit*, h 74-75

²⁷ Alimudin S Miru, *hubungan antara motivasi belajar terhadap prestasi belajar mata diklat instalasi listrik siswa smk n 3 makasar, universitas negeri makasar*. 2009 h. 3 http://elektro.unm.ac.id/jurnal/jurnal_medtek_vol.1.%20no.%201_2009/alimuddin%20sm.pdf diakses pada tanggal 13mei 2016 pukul 19.00

tergerak, (3) pencapaian tujuan secara tepat, (4) reduksi kondisi tergerak dan kepuasan subjektif dan kelegaan tatkala tujuan tercapai;

b) Teori *Insentif*

Berbeda dengan teori *drive*, teori ini digambarkan sebagai teori pull (tarikan). Menurut teori ini, objek tujuan menarik perilaku kearah mereka. Bagian terpenting teori insentif adalah individu mengharapkan kesenangan dari pencapaian dari apa yang disebut insentif positif dan menghindari apa yang disebut sebagai insentif negatif;

c) Teori *Opponent-process*

Teori ini mengambil pandangan hedonistik tentang motivasi, yang memandang bahwa manusia dimotivasi untuk mencari tujuan yang member perasaan emosi senang dan menghindari tujuan yang menghasilkan ketidaksenangan dan;

d) Teori *Optimal-level*

Menurut teori ini individu dimotivasi untuk berperilaku dengan cara tertentu untuk menjaga level optimal pembangkitan yang menyenangkan.²⁸

Sardiman A.M mengemukakan ada teori-teori lain yang perlu diketahui:

a) teori *insting*

Menurut teori ini tindakan setiap diri manusia diasumsikan seperti tingkan jenis binatang. Tindakan manusia itu dikatakan selalu berkait dengan insting atau pembawaan. Dalam memberikan respins terhadap adanya kebutuhan seolah-olah tanpa dipelajari. Tokoh dari teori ini adalah Mc. Dougall;

b) teori *fisiologis*

Teori ini juga disebutnya "*Behavior theories*". Menurut teori ini semua tindakan manusia itu berakar pada usaha memenuhi kepuasan dan kebutuhan untuk kepentingan fisik. Atau disebut sebagai kebutuhan prime, seperti kebutuhan tentang makanan, minuman, udara dan lain-lain yang diperlukan untuk kepentingan tubuh seseorang; dan

c) teori *psikoanalitik*

Teori ini mirip dengan teori insting, tetapi lebih ditekankan pada unsure kejiwaan yang ada pada diri manusia. Bahwa setiap tindakan manusia karena adanya unsur pribadi manusia yakni *id* dan *ego*. Tokoh dari teori ini adalah Freud.²⁹

²⁸ Nyayu Khodijah, *Op. Cit*, h. 153-154.

²⁹ Sardiman A,M, *Op. Cit*, h. 8juyt2-83.

a. model pembelajaran ARCS

Keller mengemukakan Model pembelajaran ARCS merupakan suatu bentuk pendekatan pemecahan masalah untuk merancang aspek motivasi serta lingkungan belajar dalam mendorong dan mempertahankan motivasi peserta didik untuk belajar. Model pembelajaran ini berkaitan erat dengan motivasi peserta didik terutama motivasi untuk memperoleh pengetahuan yang baru. ARCS sendiri adalah akronim dari bentuk sikap peserta didik yakni *attention* (perhatian), *relevance* (relevansi), *confidence* (percaya diri), dan *satisfaction* (kepuasan).

b. Komponen Model Pembelajaran ARCS

Seperti yang telah dikemukakan sebelumnya, model pembelajaran ARCS terdiri dari empat komponen. Keempat komponen model pembelajaran ARCS tersebut yaitu sebagai berikut:

a) *attention* (perhatian)

Perhatian adalah bentuk pengarahan untuk dapat berkonsultasi/ pemusatan pikiran dalam menghadapi siswa dalam peristiwa proses belajar mengajar di kelas. Konsentrasi/perasaan siswa dan minat dalam belajar bisa dilihat dari siswa yang perasaannya senang akan membantu dalam konsentrasi belajarnya dan sebaliknya siswa dalam kondisi tidak senang maka akan kurang berminat dalam belajarnya dan mengalami kesulitan untuk berkonsentrasi terhadap pelajaran yang sedang berlangsung. Gangguan belajar siswa ini biasanya bersumber dari dua faktor yaitu faktor eksternal dan faktor internal. Faktor

internal yaitu faktor dari luar diri siswa dan faktor internal yaitu faktor yang timbul dari dalam diri siswa. Perhatian diharap dapat menimbulkan minat yaitu kecenderungan subjek yang menetap untuk merasa tertarik pada pelajaran/pokok bahasan tertentu dan merasa senang mempelajari materi itu yang baru dan dapat berperan positif dalam proses belajar mengajar selanjutnya.

b) *relevance* (relevan)

Relevance yang dimaksud di sini dapat diartikan sebagai keterkaitan atau kesesuaian antara materi pembelajaran yang disajikan dengan pengalaman belajar peserta didik. Dari keterkaitan atau kesesuaian ini otomatis dapat menumbuhkan motivasi belajar di dalam diri peserta didik karena peserta didik merasa bahwa materi pelajaran yang disajikan mempunyai manfaat langsung secara pribadi dalam kehidupan sehari-hari peserta didik. Motivasi siswa akan bangkit dan berkembang apabila mereka merasakan bahwa apa yang dipelajari itu memenuhi kebutuhan pribadi, bermanfaat serta sesuai dengan nilai yang diyakini atau dipegangnya. strategi untuk menunjukkan relevansi adalah sebagai berikut:

- 1) sampaikan kepada siswa apa yang dapat mereka peroleh dan lakukan setelah mempelajari materi pembelajaran ini berarti guru harus menjelaskan tujuan intruksional.

- 2) jelaskan manfaat pengetahuan, keterampilan atau sikap serta nilai yang akan dipelajari dan bagaimana hal tersebut dapat diaplikasikan dalam pekerjaan dan kehidupan nanti.
- 3) Berikan contoh, latihan atau tes yang langsung berhubungan dengan kondisi siswa.

c) *confidence* (percaya diri)

Menurut Keller strategi yang dapat digunakan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa adalah sebagai berikut:

- 1) meningkatkan harapan siswa untuk berhasil dengan memperbanyak pengalaman siswa, misal dengan menyusun materi pembelajaran agar dengan mudah difahami, di urutkan dari materi yang mudah ke sukar. Dengan demikian, siswa merasa mengalami keberhasilan sejak awal proses pembelajaran;
- 2) susunlah kegiatan pembelajaran ke dalam bagian-bagian yang lebih kecil, sehingga siswa tidak dituntut untuk mempelajari terlalu banyak konsep baru dengan sekaligus;
- 3) meningkatkan harapan untuk berhasil, hal ini dapat dilakukan dengan menyampaikan tujuan pembelajaran dan kriteria tes pada awal pembelajaran. Hal ini akan membantu siswa mempunyai gambaran yang jelas mengenai apa yang diharapkan;
- 4) meningkatkan harapan untuk berhasil dengan menggunakan strategi yang memungkinkan kontrol keberhasilan di tangan siswa sendiri;
- 5) tumbuh kembangkan kepercayaan diri siswa dengan menganggap siswa telah memahami konsep ini dengan baik serta menyebut kelemahan siswa sebagai hal-hal yang masih perlu dikembangkan;
- 6) berilah umpan balik yang relevan selama proses pembelajaran agar siswa mengetahui pemahaman dan prestasi belajar mereka sejauh ini.

d) *satisfaction* (kepuasan)

Kepuasan yang dimaksud di sini adalah perasaan gembira, perasaan ini dapat menjadi positif yaitu timbul kalau orang mendapatkan penghargaan terhadap

dirinya. Perasaan ini dapat meningkat kepada perasaan percaya diri siswa nantinya dengan membangkitkan semangat belajar diantaranya dengan;

- 1) Mengucapkan “baik”, “bagus” dan seterusnya bila peserta didik menjawab atau mengajukan pertanyaan;
- 2) Memuji dan memberi dorongan, dengan senyuman, anggukan dan pandangan yang simpatik atas partisipasi siswa;
- 3) Memberi tuntunan pada siswa agar dapat memberi jawaban yang benar;
- 4) Memberi pengarahan sederhana agar siswa memberi jawaban yang benar.³⁰

3. Fungsi Motivasi

Ada tiga fungsi motivasi yaitu;

- a. mendorong manusia untuk berbuat, jadi sebagai penggerak atau motor yang melepaskan energi. Motivasi dalam hal ini merupakan motor penggerak dari setiap kegiatan yang akan dikerjakan;
- b. menentukan arah perbuatan, yakni ke arah tujuan yang hendak dicapai. Dengan demikian motivasi akan dapat memberikan arah dan kegiatan yang harus dikerjakan sesuai dengan rumusan tujuannya; dan
- c. menyeleksi perbuatan, yakni menentukan perbuatan-perbuatan apa yang harus dikerjakan yang serasi guna mencapai tujuan dengan menyisihkan perbuatan-perbuatan yang tidak bermanfaat bagi tujuan tersebut.

Selain itu ada fungsi- fungsi lain yaitu motivasi berfungsi sebagai pendorong usaha dan pencapaian prestasi. Seseorang melakukan suatu usaha karena adanya

³⁰ <https://learningtheori.wordpress.com/2010/03/08/model-arcs-keller/>

motivasi. Adanya motivasi yang baik dalam belajar akan menunjukkan hasil yang baik.³¹

4. Macam- Macam Motivasi

a. Motivasi dapat dilihat dari berbagai jenis sudut pandang sebagai berikut;

1. motivasi dilihat dari dasar pembentukannya ;

a) Motif-motif bawaan

Yang dimaksud dengan motif bawaan adalah motif yang dibawa sejak lahir, jadi motivasi itu ada tanpa dipelajari.sebagai contoh misalnya dorongan untuk makan, dorongan untuk minum.

b) Motif-motif yang dipelajari

Maksudnya motif-motif yang timbul karena dipelajari, sebagai contoh dorongan untuk belajar suatu cabang ilmu pengetahuan, dorongan untuk mengajar sesuatu dalam masyarakat. Motivasi ini seringkali disebut dengan motif-motif yang diisyratkan secara sosial. Sebab manusia hidup dalam lingkungan sosial dengan sesama manusia yang lain sehingga motivasi itu terbentuk.

Frandsen mengemukakan jenis-jenis motif sebagai berikut ;

a) *cognitive motives*

motivasi ini menunjuk pada gejala *intrinsic* yakni menyangkut kepuasan individual. Kepuasan individual yang berada didalam diri manusia dan

³¹ *Ibid, h.85*

biasanya berwujud proses dan produk mental. Jenis motif ini adalah yang sangat primer dalam kegiatan belajar di sekolah, terutama yang berkaitan dengan pengembangan intelektual.

b) self expression

Penampilan diri adalah sebagian dari perilaku manusia yang penting kebutuhan individu itu tidak sekedar tahu mengapa dan bagaimana sesuatu itu terjadi, tetapi juga mampu membuat suatu kejadian. Untuk ini memang diperlukan kreativitas penuh imajinasi.

c) Self-enhancement

Melalui aktualisasi diri dan pengembangan kompetensi akan meningkatkan kemajuan diri seseorang. Ketinggian dan kemajuan diri menjadi salah satu keinginan bagi setiap individu. Dalam belajar dapat diciptakan suasana kompetensi yang sehat bagi anak didik untuk mencapai suatu prestasi.

b) Jenis Motivasi Menurut Pembagian dari Wodworth dan Marquis ;

- 1) motif atau kebutuhan organis, meliputi misalnya; kebutuhan untuk minum, makan, bernapas, seksual, berbuat dan kebutuhan untuk beristirahat;
- 2) motif-motif darurat, yang termasuk dalam jenis motif ini antara lain; dorongan untuk menyelamatkan diri, dorongan untuk membalas, untuk berusaha, untuk memburu. Jelasnya motivasi ini timbul karena rangsangan dari luar; dan

3) motif-motif objektif dalam hal ini menyangkut kebutuhan untuk melakukan eksplorasi, melakukan manipulasi, untuk menaruh minat.

c) Motivasi Jasmaniah dan Rohaniah

Ada beberapa ahli yang menggolongkan jenis motivasi itu menjadi dua jenis yaitu motivasi jasmaniah dan motivasi rohaniah. Yang termasuk motivasi jasmani seperti misalnya refleks, insting, otomatis, nafsu. Sedangkan yang termasuk motivasi rohaniah adalah kemauan.³²

d) Motivasi Intrinsik dan Ekstrinsik

1) motivasi intrinsik

motivasi intrinsik adalah motif-motif yang menjadi aktif atau berfungsinya tidak perlu dirangsang dari luar, karena dalam diri setiap individu sudah ada dorongan untuk melakukan sesuatu. Sebagai contoh seseorang yang senang membaca, tidak usah ada yang menyuruh atau mendorongnya membaca ia sudah rajin mencari buku-buku untuk dibacanya. Jadi memang motivasi itu muncul dari kesadaran diri sendiri dengan tujuan secara esensial, bukan sekedar simbol seremonial.

2) motivasi ekstrinsik.

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

³² *Ibid* h.86-88

juga dikatakan sebagai bentuk motivasi yang di dalamnya aktivitas belajar dimulai dan diteruskan berdasarkan dorongan dari luar yang tidak secara mutlak berkaitan dengan aktivitas belajar.

D. Bentuk-Bentuk Motivasi Di Sekolah

Ada beberapa bentuk dan cara untuk menumbuhkan motivasi dalam kegiatan belajar di sekolah;

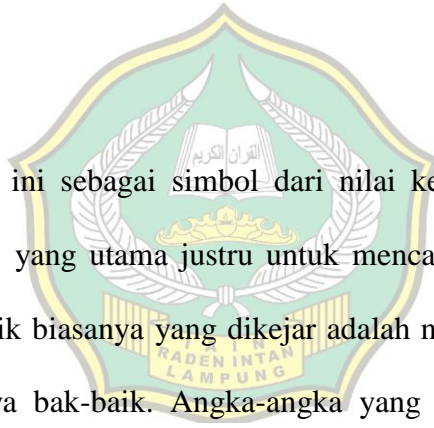
1. Memberi Angka

Angka dalam hal ini sebagai simbol dari nilai kegiatan belajarnya. Banyak peserta didik belajar, yang utama justru untuk mencapai angka/nilai yang baik. Sehingga peserta didik biasanya yang dikejar adalah nilai ulangan atau nilai-nilai pada raport angkanya baik-baik. Angka-angka yang baik itu bagi peserta didik merupakan motivasi yang kuat. Tetapi ada juga, bahkan banyak para peserta didik belajar hanya ingin mengejar pokoknya naik kelas saja ini menunjukkan motivasi kurang berbobot bila dibandingkan dengan peserta didik yang menginginkan angka baik;

2. Hadiah

Hadiah dapat juga dikatakan sebagai motivasi, tetapi tidaklah selalu demikian. Karena hadiah untuk suatu pekerjaan, mungkin tidak akan menarik bagi seseorang yang tidak senang dan tidak berbakat untuk sesuatu pekerjaan tersebut;

3. Saingan atau Kompetisi



Saingan atau kompetisi dapat digunakan sebagai alat motivasi untuk mendorong belajar peserta didik. Persaingan baik persaingan individual maupun persaingan kelompok dapat meningkatkan prestasi belajar peserta didik. Memang unsur persaingan ini banyak dimanfaatkan di dalam dunia industri atau perdagangan, tetapi juga sangat baik digunakan untuk meningkatkan kegiatan belajar peserta didik;

4. *Ego-Involvement*

Menumbuhkan kesadaran kepada peserta didik agar merasakan pentingnya tugas dan menerimanya sebagai tantangan sehingga bekerja keras dengan mempertaruhkan harga diri adalah sebagai satu bentuk motivasi yang cukup penting. Seseorang akan berusaha dengan segenap tenaga untuk mencapai prestasi yang baik dengan menjaga harga dirinya. Penyelesaian tugas dengan baik adalah simbol kebanggaan dan harga diri, begitu juga untuk peserta didik si subjek belajar. Para peserta didik akan belajar dengan keras bisa jadi karena harga dirinya;

5. Memberi Ulangan

Para peserta didik akan menjadi giat belajar kalau mengetahui akan ada ulangan. Oleh karena itu, memberi ulangan ini juga merupakan sarana motivasi. Tetapi yang harus diingat oleh guru adalah jangan terlalu sering (misalnya setiap hari) karena bisa membosankan dan bersifat rutinitas. Dalam hal ini guru harus

juga terbuka, maksudnya kalau akan ulangan harus diberitahukan kepada peserta didik.

6. Mengetahui Hasil

Dengan mengetahui hasil pekerjaan apalagi kalau terjai kemajuan, akan mendorong peserta didik untuk lebih giat belajar. Semakin mengetahui bahwa grafik hasil belajar meningkat, maka motivasi pada diri peserta didik untuk terus belajar, dengan suatu harapan hasilnya terus meningkat.

7. Pujian.

Apabila ada peserta didik yang sukses yang berhasil menyelesaikan tugas dengan baik, perlu diberikan pujian. Pujian ini adalah bentuk *reinforcement* yang positif dan sekaligus merupakan motivasi yang baik. Oleh karena itu, supaya pujian ini merupakan motivasi, pemberiannya harus tepat. Dengan pujian yang tepat akan memupuk suasana yang menyenangkan dan mempertinggi gairah belajar serta sekaligus akan membangkitkan harga diri;

8. Hukuman.

Hukuman sebagai *reinforcement* yang negatif tetapi kalau memberikan secara tepat dan bijak bisa menjadi alat motivasi. Olehkarena itu guru harus memahami prinsip-prinsip pemberian hukuman;

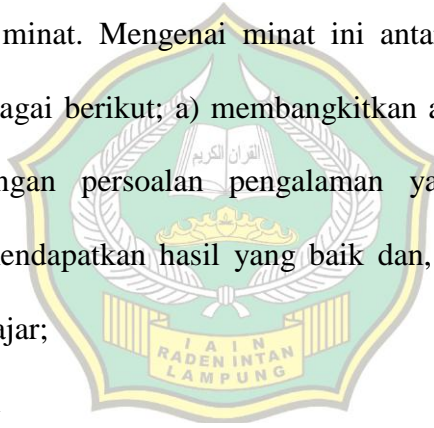
9. Hasrat Untuk Belajar.

Hasrat untuk belajar, berarti ada unsur kesengajaan ada maksud untuk belajar. hal ini akan lebih baik bila dibandingkan segala sesuatu kegiatan yang tanpa

maksud. Hasrat untuk belajar berartipada diri anak didik itu memang ada motivasi untuk belajar, sehingga barang tentu hasilnya akan lebih baik;

10. Minat.

Motivasi muncul karena ada kebutuhan, begitu juga minat sehingga tepatlah kalau minat merupakan alat motivasi yang pokok. Proses belajar itu akan berjalan lancar kalau disertai minat. Mengenai minat ini antara lain dapat dibangkitkan dengan cara-cara sebagai berikut; a) membangkitkan adanya suatu kebutuhan; b) menghubungkan dengan persoalan pengalaman yang lampau; c) memberi kesempatan untuk mendapatkan hasil yang baik dan, d) menggunakan berbagai macam bentuk mengajar;



11. Tujuan yang di akui

Rumusan tujuan yang diakui dan diterima baik oleh peserta didik akan merupakan alat motivasi yang sangat penting. Sebab dengan memahami tujuan yang harus dicapai, dirasa sangat berguna dan menguntungkan, maka akan timbul gairah untuk terus belajar.³³

E. Ciri-Ciri Motivasi Belajar

Abin Syamsudin M mendefinisikan indikator motivasi antara lain;

- 1) durasi kegiatan;
- 2) frekuensi kegiatan;
- 3) persistensinya pada tujuan kegiatan;
- 4) ketabahan, keuletan dan kemampuannya dalam menghadapi kegiatan dan kesulitan untuk mencapai tujuan;
- 5) pengabdian dan pengorbanan untuk mencapai tujuan;
- 6) tingkatan aspirasi yang hendak dicapai dengan kegiatan yang dilakukan;

³³ *Ibid* h. 92-95

- 7) tingkat kualifikasi prestasi; dan
- 8) arah sikapnya terhadap sasaran kegiatan. ³⁴

Menurut Hamzah B Uno indikator motivasi belajar sebagai berikut;

- 1) adanya hasrat dan keinginan berhasil;
- 2) adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar;
- 3) adanya harapan dan cita-cita masa depan;
- 4) adanya penghargaan dalam belajar;
- 5) adanya kegiatan yang menarik dalam belajar; dan
- 6) adanya lingkungan belajar yang kondusif, sehingga memungkinkan seseorang peserta didik dapat belajar dengan baik. ³⁵

Menurut Sardiman A.M motivasi yang ada pada diri setiap orang itu memiliki ciri-ciri sebagai berikut;

- 1) tekun menghadapi tugas (dapat bekerja terus-menerus dalam waktu yang lama, tidak pernah berhenti sebelum selesai);
- 2) ulet menghadapi kesulitan (tidak lekas putus asa). Tidak memerlukan dorongan dari luar untuk berprestasi sebaik mungkin (tidak cepat puas dengan prestasi yang telah dicapainya);
- 3) menunjukkan minat terhadap bermacam-macam masalah “untuk orang dewasa (misalnya masalah pembangunan agama, politik, ekonomi, keadilan, pemberantasan korupsi, penentangan terhadap setiap tindak criminal, moral, dan sebagainya);
- 4) lebih senang berkerja mandiri;
- 5) cepat bosan pada tugas-tugas yang rutin (hal-hal yang bersifat mekanis, berulang-ulang begitu saja, sehingga kurang kreatif);
- 6) dapat mempertahankan pendapatnya (kalau sudah yakin akan sesuatu);
- 7) tidak mudah melepaskan hal yang diyakini itu; dan
- 8) senang mencari dan memecahkan masalah soal-soal. ³⁶

³⁴ Ghullam Hamdu, Lisa Agustina, *pengaruh motivasi belajar siswa terhadap prestasi belajar ipa di sekolah dasar*, tasikamalaya. http://www.academia.edu/4650138/pengaruh_motivasi_belajar_siswa_terhadap_pestasi_belajar_ipa_di_sekolah_dasar_studi_kasus_terhadap_siswa_kelas_iv_sdn_tarumanagara_kecamatan_tawang_kota_tasikmalaya diakses pada tanggal 28a pril 2016 pukul 15.00

³⁵ Uno B.Hamzah, *teori motivasi dan pengukurannya analisis di bidang pendidikan*, PT Bumi aksara, 2012 h. 23

³⁶ Sardiman A.M, *Op. Cit*, h. 83.

F. Peranan Motivasi Belajar

Menurut Hamzah B. Uno ada beberapa peranan penting dari motivasi dalam dan pembelajaran, antara lain;

- 1) peran motivasi dalam menentukan hal-hal yang dapat dijadikan penguat belajar;
- 2) peran motivasi dalam memperjelas tujuan belajar yang hendak dicapai;
- 3) peran motivasi dalam menentukan ragam kendali terhadap rangsangan belajar; dan
- 4) peran motivasi dalam menentukan ketekunan belajar.³⁷

G. Teknik-Teknik Motivasi Belajar

Menurut Mujib dan Mudzakir, berbagai bentuk motivasi yang dikemukakan oleh para psikolog hanya bersifat pendek, juga tidak menyentuh aspek-aspek spiritual dan ilahiah. Dalam islam, motivasi diakui berperan penting dalam belajar. Teknik-teknik dalam Al-Qur'an mencakup tiga bentuk, yaitu:

- 1) janji dan ancaman. Al-Qur'an menjanjikan pahala yang akan diperoleh orang-orang beriman dalam surga, dan ancaman yang akan menimpa orang-orang kafir dalam neraka. Janji dan ancaman ini menimbulkan harapan dan rasa takut yang merupakan jaminan bagi tumbuhnya dorongan yang kuat bagi dari kaum muslimin untuk melakukan amal yang baik selama hidup di dunia, termasuk belajar;
- 2) kisah, yaitu menyajikan berbagai peristiwa, kejadian dan pribadi yang dapat menarik perhatian dan menimbulkan daya tarik bagi pendengarnya untuk mengikutinya, dan membangkitkan berbagai kesan dan perasaan yang membuat mereka terlibat secara psikis serta terpengaruh secara emosional; dan
- 3) pemanfaatan peristiwa penting, yaitu menggunakan beberapa peristiwa atau persoalan penting yang terjadi yang bisa menggerakkan emosi, menggugah perhatian dan menyibukkan pikiran. Al-Qur'an menggunakan peristiwa-peristiwa penting yang dialami kaum muslimin sebagai suri teladan yang berguna dalam kehidupan mereka hal itu membuat mereka lebih siap dan leluh menerima untuk mempelajari dan menguasai keteladanan tersebut.³⁸

³⁷ Uno B.Hamzah *Op Cit*

³⁸ Nyayu Khodijah, *Op. Cit*, h. 161.

Menurut Hamzah B. Uno ada beberapa teknik motivasi yang dapat dilakukan dalam pembelajaran sebagai berikut;

- 1) pernyataan penghargaan secara verbal;
- 2) menggunakan nilai ulangan sebagai pemacu keberhasilan;
- 3) menimbulkan rasa ingin tahun;
- 4) memunculkan sesuatu yang tidak diduga oleh peserta didik;
- 5) menjadikan tahap dini dalam belajar mudah bagi peserta didik;
- 6) menggunakan materi yang dikenal peserta didik sebagai contoh dalam belajar;
- 7) gunakan kaitan yang unik dan tak terduga untuk menerapkan suatu konsep dan prinsip yang telah dipahami;
- 8) menuntut peserta didik untuk menggunakan hal-hal yang telah dipelajari sebelumnya;
- 9) menggunakan simulasi dan permainan;
- 10) memberi kesempatan kepada peserta didik untuk memperlihatkan kemahirannya di depan umum;
- 11) mengurangi akibat tidak menyenangkan dan keterlibatkan peserta didik dalam kegiatan belajar;
- 12) memahami iklim sosial dalam sekolah;
- 13) memanfaatkan kewibawaan guru secara tepat;
- 14) memperpadukan motif-motif yang kuat;
- 15) memperjelas tujuan belajar yang hendak dicapai;
- 16) merumuskan tujuan-tujuan sementara;
- 17) memberitahukan hasil kerja yang telah dicapai;
- 18) membuat suasana persaingan yang sehat di antara para peserta didik;
- 19) mengembangkan persaingan dengan diri sendiri; dan
- 20) memberikan contoh yang positif.³⁹

H. Unsur-unsur yang Mempengaruhi Motivasi Belajar

Dimiyati dan Mudjiono menjelaskan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi belajar, sebagai berikut;

- 1) cita-cita atau aspirasi peserta didik
keberhasilan mencapai keinginan menumbuhkan kemauan bergiat, bahkan dikemudian hari menimbulkan cita-cita dalam kehidupan. Cita-cita akan memperkuat motivasi belajar intrinsik maupun ekstrinsik. Sebab tercapainya suatu cita-cita akan mewujudkan aktualisasi diri;

³⁹ Hamzah B.Uno, *Op. Cit*, h. 34-37.

- 2) kemampuan peserta didik
keinginan seorang anak perlu dibarengi dengan kemampuan atau kecakapan mencapainya. Kemampuan akan memperkuat motivasi anak untuk melaksanakan tugas-tugas perkembangan;
- 3) kondisi peserta didik
kondisi peserta didik yang meliputi kondisi jasmani dan rohani mempengaruhi motivasi belajar. Seorang peserta didik yang sedang sakit, laper, atau marah-marah akan mengganggu perhatian belajar. Sebaliknya, seseorang peserta didik yang sehat, kenyang, dan gembira akan mudah memusatkan perhatian;
- 4) kondisi lingkungan peserta didik
lingkungan kondisi peserta didik dapat berupa keadaan alam, lingkungan tempat tinggal, pergaulan sebaya, dan kehidupan kemasyarakata. Sebagai anggota masyarakat maka peserta didik dapat terpengaruh oleh lingkungan. Sebaliknya, tempat sekolah yang indah, pergaulan peserta didik yang rukun, akan memperkuat motivasi belajar. Oleh karena itu kondisi lingkungan sekolah yang sehat, kerukunan hidup, ketertiban pergaulan perlu dipertinggi, mutunya. Dengan lingkungan yang aman tenteram, tertib, dan indah, maka semangat dan motivasi belajar mudah diperkuat;
- 5) unsur-unsur dinamis dalam belajar dan pembelajaran
Peserta didik memiliki perasaan, perhatian, kamauan, ingatan, dan pikiran yang mengalami perubahan berkat pengalaman hidup. Lingkungan peserta didik yang berupa lingkungan alam, lingkungan tempat tinggal, dan pergaulan juga mengalami perubahan. Lingkungan budaya peserta didik yang berupa surat kabar, majalah, radio, televisi, dan film semakin menjangkau peserta didik. Kesemua lingkungan tersebut mendinamiskan motivasi belajar; dan
- 6) upaya guru dalam membelajarkan peserta didik
upaya guru dalam membelajarkan peserta didik terjadi di sekolah dan di luar sekolah. upaya pembelajaran di sekolah meliputi hal-hal berikut; (1) menyelenggarakan tertib belajar di sekolah; (2) membina disiplin belajar dalam tiap kesempatan, seperti pemanfaatan waktu dan pemeliharaan fasilitas sekolah; (3) membina belajar tertib pergaulan; dan (4) membina belajar tertib lingkungan sekolah. Guru professional dituntut menjalin kerja sama pedagogis dengan pusat-pusat pendidikan tersebut. Upaya mendidikkan belajar “tertib hidup” merupakan kerja sama sekolah dan luar sekolah.⁴⁰

Motivasi memiliki beberapa pengaruh lain terhadap pembelajaran dan perilaku peserta didik antara lain;

⁴⁰ Dimiyati, Mudjiono, *Belajar dan Pembelajaran*, Jakarta: PT Rineka Cipta, 2006, Cetakan 3, h. 97-100.

- 1) motivasi mengarahkan perilaku ke tujuan tertentu
motivasi menentukan tujuan-tujuan yang spesifik yang menjadi arah usaha peserta didik, jadi motivasi memengaruhi pilihan yang dibuat peserta didik misalnya apakah akan mendaftar di kelas fisika atau studio seni, apakah akan menghabiskan malam hari untuk menyelesaikan tugas PR yang sulit atau bermain *videogame* dengan teman-teman;
- 2) Motivasi meningkatkan usaha dan energi
Motivasi meningkatkan jumlah usaha dan energi yang dikeluarkan peserta didik diberbagai aktivitas yang secara langsung berkaitan dengan kebutuhan dan tujuan mereka. Motivasi menentukan apakah mereka mengejar suatu tugas secara antusias dan sepenuh hati atau secara apatis dan malas-malasan;
- 3) Motivasi meningkatkan prakarsa (inisiasi) dan kegigihan terhadap berbagai aktivitas
Peserta didik lebih cenderung memulai suatu tugas yang benar-benar mereka inginkan mereka juga lebih cenderung melanjutkan pekerjaan yang diinginkan sampai mereka menyelesaikannya meskipun terkadang diganggu atau erasa frustrasi selama mengerjakannya. Secara umum, motivasi meningkatkan waktu mengerjakan tugas (*time on task*), suatu faktor penting yang mempengaruhi pembelajaran dan prestasi mereka;
- 4) Motivasi memengaruhi proses-proses kognitif
Motivasi memengaruhi apa yang diperhatikan oleh peserta didik dan beberapa efektif mereka memprosesnya. Misalnya para peserta didik yang termotivasi sering berusaha secara bersama-sama untuk benar-benar memahami materi di kelas, mempelajarinya secara bermakna dan mempertimbangkan bagaimana mereka dapat menggunakan materi yang telah mereka pelajari itu dalam kehidupan sehari-hari;
- 5) Motivasi menentukan konsekuensi mana yang memberi penguatan dan menghukum
Semakin besar motivasi peserta didik mencapai kesuksesan akademik semakin besar kecenderungan mereka untuk bangga terhadap nilai A atau kecewa dengan nilai rendah. Semakin besar keinginan peserta didik untuk diterima dan dihargai oleh teman-temannya, semakin mereka menghargai keanggotaan di kelompok “dalam” dan sedih dengan ejekan teman sekelasnya;
- 6) Motivasi sering meningkatkan performa
Karena pengaruh-pengaruh lain yang baru saja diidentifikasi perilaku yang terarah pada tujuan, usaha dan energi, prakarsa dan kegigihan, pemrosesan kognitif dan dampak konsekuensi motivasi sering meningkatkan performa.⁴¹

⁴¹ Jeanne Ellis Ormrod, *Psikologi pendidikan membantu siswa tumbuh dan berkembang*, PT Gelora aksara pratama 2008 , h 58-59

I. Penelitian Yang Relevan

Berdasarkan telaah pustaka dan kajian penulis ditemukan penelitian yang relevan dengan penelitian penulis yaitu: “Peningkatan Motivasi Belajar siswa melalui konseling sebaya pada siswa sekolah menengah atas”. Dalam penelitian ini metode yang digunakan adalah metode eksperimen murni dengan menggunakan desain “*one group pretest-posttest*”. Desain ini melibatkan satu kelompok yang diberi pretest (T1) lalu diberi satu perlakuan (X) dan selanjutnya diberi posttest (T2). Perlakuan yang dimaksud adalah adalah konseling teman sebaya. Keberhasilan treatment ditentukan dengan membandingkan nilai pretest dan post test. Subjek penelitian diketahui melalui penyebaran angket. Melalui penyebaran angket yang dilakukan kepada siswa kelas X SMA YP Unila Bandar Lampung. Berdasarkan hasil penyebaran angket yang telah dilakukan kepada siswa diketahui yang menjadi subyek dalam penelitian ini adalah 4 orang siswa yang memiliki motivasi belajar rendah. Variabel dalam penelitian ini terbagi menjadi dua, yaitu;

- a. Variabel bebas, merupakan variabel yang mempengaruhi atau dapat disebut dengan variabel X yaitu konseling sebaya.
- b. Variabel terikat, merupakan variabel yang dipengaruhi atau dapat disebut dengan variabel Y yaitu motivasi belajar.

Hasil daripada penelitian ini adalah; a) Hasil *pretest* dan *posttest* subyek penelitian pada perlakuan pertama menunjukkan bahawa ada peningkatan antara pre test dan posttest sebelum dan setelah diberikannya perlakuan

konseling sebaya; b) Hasil pretest dan posttest subyek penelitian pada perlakuan kedua menunjukkan bahawa ada peningkatan antara *pretest* dan *posttest* sebelum dan setelah diberikannya perlakuan konseling sebaya; c) Hasil pretest dan posttest subyek penelitian pada perlakuan ketiga menunjukkan bahawa ada peningkatan antara pre test dan posttest sebelum dan setelah diberikannya perlakuan konseling sebaya.

Maka dapat ditarik kesimpulan bahwa secara keseluruhan selama tiga kali pertemuan siswa yang memiliki motivasi belajar rendah dapat ditingkatkan menjadi tinggi melalui konseling sebaya. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan motivasi belajar. Setelah melaksanakan konseling dengan teman sebaya motivasi belajar peserta didik menjadi meningkat kearah yang positif. Hal ini menunjukkan motivasi belajar siswa kelas X SMA YP Unila Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2007/2008 dapat ditingkatkan dengan konseling sebaya.⁴²

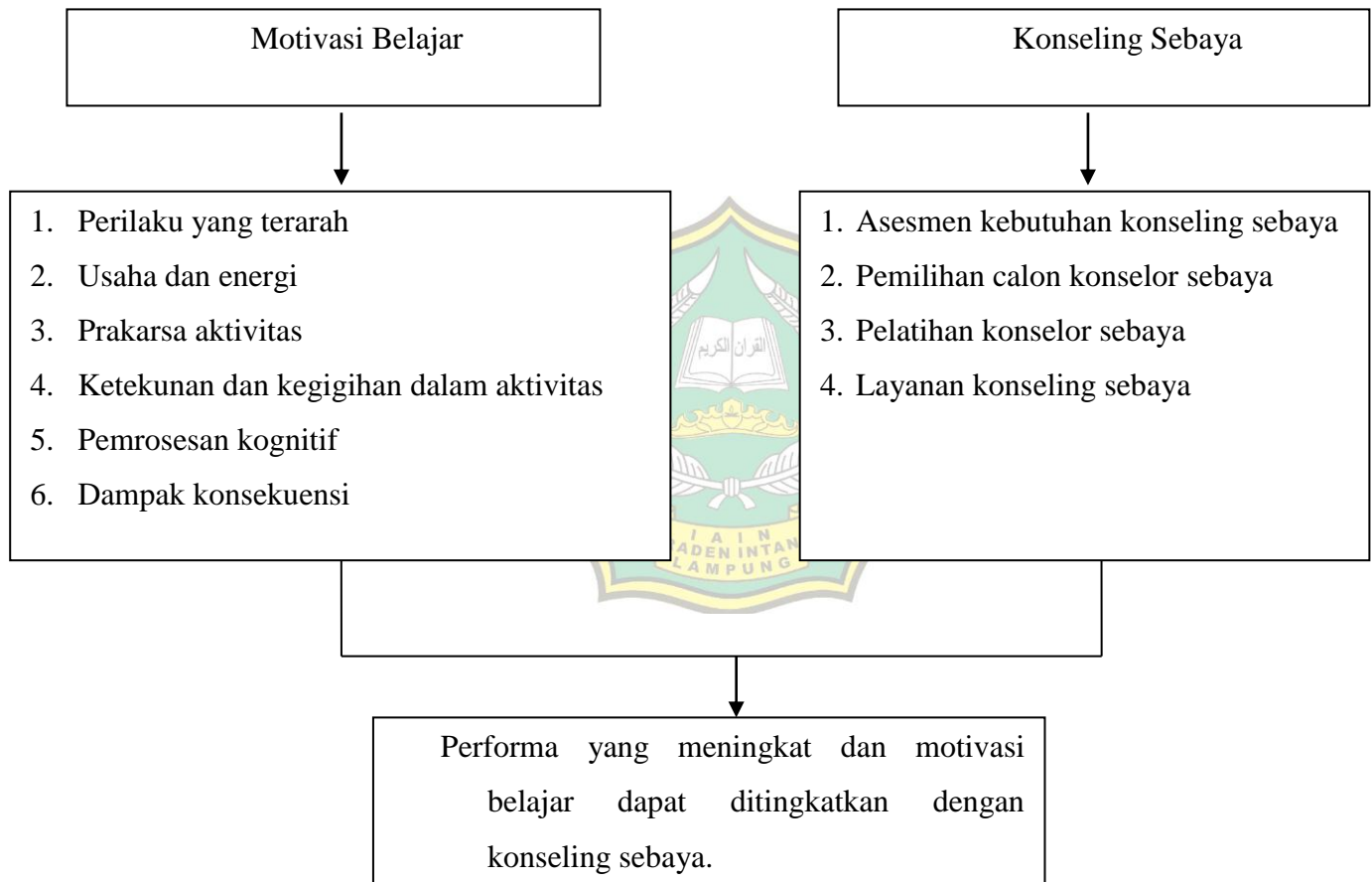
J. Kerangka Berfikir

Menurut Sugiyono, kerangka pemikiran merupakan sintesa tentang hubungan antara variabel yang disusun dari berbagai teori yang telah dideskripsikan.⁴³ Kerangka berpikir dalam penelitian ini adalah efektivitas

⁴²Ranni Rahmayanthi, *peningkatan motivasi belajar siswa melalui konseling sebaya pada siswa sekolah menengah atas*, Universitas lampung, <http://jurnal.fkip.unila.ac.id/index.php/A LIB/article/view/3158/1987> diakses pada tgl 15 mei 2016 pukul 20.15

⁴³ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D)*, (Bandung: Alfabeta , 2011) , h. 60.

konseling sebaya dalam meningkatkan motivasi belajar. Berikut ini kerangka berpikir dalam penelitian ini;



Gambar 1
Kerangka Pikir Motivasi Belajar

K. Hipotesis

Hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini untuk mengetahui Efektivitas konseling sebaya di sekolah dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik kelas XI di SMAN 8 Bandar Lampung

Ha : Hubungan efektivitas konseling sebaya di sekolah dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik kelas XI di SMAN 8 Bandar Lampung

Ho : Tidak adanya efektivitas konseling sebaya dalam meningkatkan motivasi belajar kelas XI di SMAN 8 Bandar Lampung tahun pelajaran 2016/2017

$$H_0 : \mu_1 = \mu_0$$

$$H_a : \mu_1 \neq \mu_0$$

Untuk pengujian hipotesis, selanjutnya nilai $t(t_{hitung})$, dibandingkan dengan nilai-t dari tabel distribusi $t(t_{tabel})$. Cara penentuan nilai t_{tabel} didasarkan pada taraf signifikansi tertentu (misal $\alpha = 0, 05$) dan $d k = n-1$. Kriteria pengujian hipotesis untuk uji satu pihak kanan, yaitu:

Tolak H_0 , jika $t_{hitung} > t_{tabel}$ dan

Terima H_0 , jika $t_{hitung} < t_{tabel}$.⁴⁴

⁴⁴Allofyousearch. Pengujian Hipotesis Dua Sampel, (on-line) blogspot: Palembang. tersedia: <http://allofyousearch.blogspot.com/2014/11/pengujian-hipotesis-komparatif-dua.html>, Diakses Pada Tanggal 18 mei 2016 Jam 21.45

BAB III METODE PENELITIAN

A. Metode Penelitian

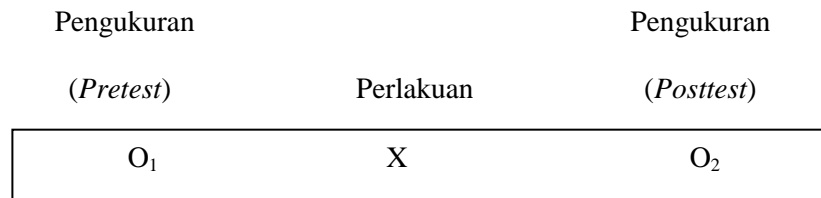
Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian *pre-experimental*. Alasan peneliti menggunakan metode ini karena dalam rancangan metode *pre-experimental*, peneliti mengamati satu kelompok utama dengan melakukan intervensi didalamnya sepanjang penelitian, selain itu di dalam metode ini tidak menggunakan kelompok kontrol untuk dibandingkan dengan kelompok eksperimen.

B. Desain Penelitian

Jenis desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *One Group Pretest and Post-test Design* yaitu pada rancangan penelitian ini mula-mula suatu kelompok subjek diberikan pretest kemudian dilaksanakan perlakuan dalam jangka waktu tertentu kemudian dilakukan pengukuran kembali *post-test* untuk membandingkan keadaan sesudah dan sebelum perlakuan..

Pada desain ini terdapat pretest sebelum dan sesudah diberi perlakuan. Dengan demikian hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum diberi perlakuan.⁴⁵ Desain ini dapat digambarkan sebagai berikut ;

⁴⁵ Sugiyono, *Metode penelitian administrasi* , Bandung: alfabeta 2010.Hlm 83



Gambar 2
Pola One Group Pretest-Posttest Design

Keterangan:

- 01 : Pengukuran awal motivasi belajar pada peserta didik kelas XI di SMA Negeri 8 Bandar Lampung sebelum diberikan perlakuan akan diberikan *pretest*. Pengukuran dilakukan dengan memberikan angket motivasi belajar. Jadi, pada *pretest* ini merupakan pengumpulan data peserta didik yang memiliki rendah nya motivasi belajar.
- X : pemberian perlakuan dengan menggunakan konseling sebaya kepada peserta didik.
- 02 : pemberian *post-test* untuk mengukur motivasi belajar pada peserta didik setelah diberikan perlakuan (X), dalam *post-test* akan didapatkan data hasil dari pemberian perlakuan konseling sebaya pada peserta didik menjadi meningkat atau tidak meningkat sama sekali.

Berdasarkan pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa penelitian eksperimen merupakan penelitian yang mencari pengaruh sebelum diberikan perlakuan. Desain penelitian *eksperimen pre-test and post-test one group design* rancangan penelitian dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Tahap *Pretest*

Tujuan dari *pre-test* dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui peserta didik kelas XI SMAN 8 Bandar Lampung yang mempunyai motivasi belajar rendah sebelum diberikan perlakuan (*treatment*).

2. Pemberian layanan

Rencana pemberian layanan dalam penelitian diberikan kepada beberapa konseli atau peserta didik yang telah dipilih. Selanjutnya dengan menggunakan layanan konseling sebaya dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik kelas XI SMA N 8 Bandar Lampung.

3. Tahap *Post-test*

Dalam kegiatan ini penelitian memberikan angket kepada peserta didik setelah pemberian layanan. Setelah itu membandingkan persentase hasil dari angket dengan indikator dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik, antara sebelum dan sesudah pemberian layanan.

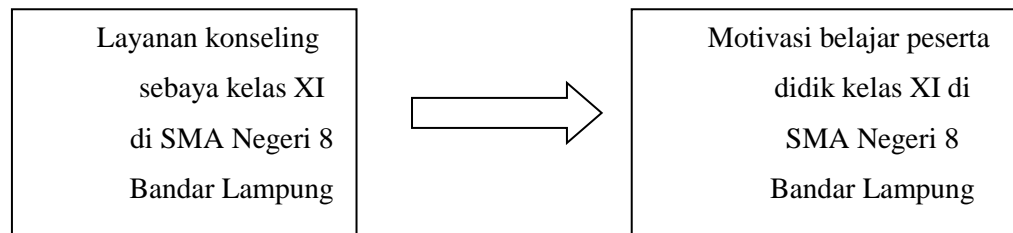
C. Variabel Penelitian

1. Variabel Independen/ bebas (X)

Variabel independen/bebas adalah variabel yang mempengaruhi atau penyebab. Pada penelitian sebagai variabel bebas adalah layanan konseling sebaya.

2. Variabel Dependen/terikat (Y)

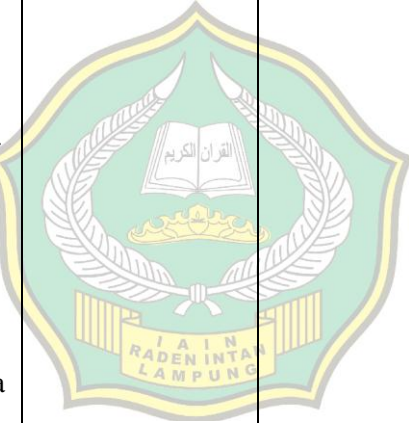
Variabel dependen/terikat adalah variabel yang keberadaannya bergantung pada variabel bebas. Pada penelitian ini sebagai variabel terikat adalah motivasi belajar.



Gambar 3
Variabel Penelitian

D. Definisi Operasional

Tabel 2
Definisi Operasional Konseling Sebaya dengan Motivasi Belajar

No	Variabel	Defenisi Oprasional	Indikator	Hasil Ukur	Alat Ukur	Skala Ukur
1	Variabel bebas (X) adalah konseling teman sebaya	Proses konseling yang dilakukan oleh teman sebaya yang terlebih dahulu telah mendapatkan pelatihan-pelatihan untuk menjadi konselor sebaya, sehingga dapat memberikan bantuan baik secara individu maupun kelompok kepada teman-temannya yang bermasalah ataupun mengalami hambatan dalam perkembangan kepribadiannya.				
2	Variabel terikat (Y) adalah motivasi belajar peserta didik	Motivasi belajar adalah suatu kondisi psikologis yang mendorong seseorang ke dalam bentuk aktivitas untuk belajar.	<ul style="list-style-type: none"> a. Adanya hasrat dan keinginan berhasil b. Adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar c. Adanya harapan dan cita-cita masa depan d. Adanya penghargaan 	Skala penilaian motivasi belajar peserta didik dari sangat rendah-sangat tinggi 45-225	Angket (kuesioner) motivasi belajar sejumlah 45 item pernyataan SS= Sangat	Interval

			<p>dalam belajar</p> <p>e. Adanya kegiatan yang menarik dalam belajar</p> <p>f. Adanya lingkungan belajar yang kondusif, sehingga memungkinkan seseorang peserta didik dapat belajar dengan baik</p>		<p>Setuju</p> <p>S= Setuju</p> <p>RG= Ragu-ragu</p> <p>TS= Tidak Setuju</p> <p>STS= Sangat Tidak Setuju</p>	
--	--	--	--	--	---	--

E. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling

1. Populasi

Populasi menurut Sugiyono adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas : obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.⁴⁶ Populasi dalam penelitian ini adalah kelas XI IPA 5, XI IPA 6, Kelas XI IPS 6 dan XI IPS 7. Dalam pengambilan populasi penelitian ini peneliti mendapat rekomendasi dari guru bimbingan konseling di SMAN 8 Bandar Lampung peserta didik kelas XI SMA Negeri 8 Bandar Lampung tahun pelajaran 2016- 2017 yang terindikasi memiliki motivasi belajar rendah.

2. Sampel

Menurut Sugiyono “sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut.”⁴⁷ Maka sampel adalah sebagian atau wakil

⁴⁶ Sugiyono, *Op.Cit.* 117

⁴⁷ Sugiyono, *Op.Cit.* 118

populasi yang diteliti .⁴⁸ Menurut Sutrisno Hadi, sampel atau contoh adalah sebagian individu yang diselidiki dari keseluruhan individu penelitian.⁴⁹ Dari penyebaran angket pretest di dapatkan 30 peserta didik yang mengalami motivasi belajar rendah dan untuk memudahkan peneliti dan keterbatasan waktu peneliti memilih hanya 15 peserta didik yang dijadikan sampel penelitian.

Teknik pengambilan sampel yang peneliti gunakan adalah *Purposive Sampling*. dalam penentuan sampel adalah ;

- a. Peserta didik kelas XI SMA Negeri Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2016-2017
- b. Peserta didik yang terindikasi memiliki motivasi rendah.
- c. Bersedia menjadi responden dalam penelitian efektivitas layanan konseling sebaya dalam meningkatkan motivasi belajar pada peserta didik kelas XI di SMA Negeri 8 Bandar Lampung.

F. Metode Pengumpulan Data

Metode atau teknik yang digunakan dalam pengumpulan data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut;

1. Kuesioner

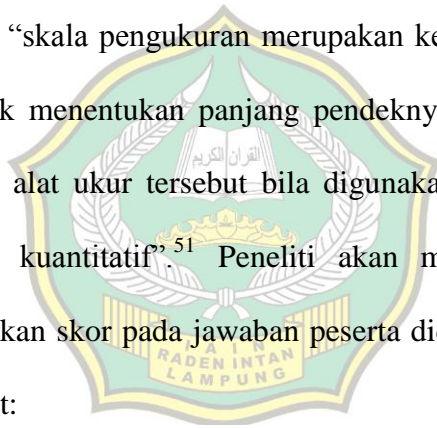
Kuesioner adalah teknik pengumpulan data melalui pemberian daftar pertanyaan atau pernyataan yang disusun secara sistematis sesuai dengan tujuan penelitian. Teknik ini merupakan salah satu teknik yang berdasarkan pada laporan tentang diri sendiri atau self-report atau setidak-tidaknya pada

⁴⁸ Suharismi Arikunto. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis*, Jakarta, Rineka Cipta, 2010, Hlm. 174

⁴⁹ Cholid Narbuko, Abu Ahmadi. *Metodologi Penelitian*, Jakarta, Bumi Aksara, 2015. Hlm.107

pengetahuan dan/atau keyakinan pribadi.⁵⁰ Alasan peneliti menggunakan kuesioner ini adalah untuk mendapatkan data/ informasi tentang hasil yang berkaitan dengan efektivitas konseling teman sebaya terhadap motivasi belajar kelas XI di SMAN 8 Bandar Lampung. Penelitian ini menggunakan skala pengukuran.

Menurut Sugiyono, “skala pengukuran merupakan kesepakatan yang digunakan sebagai acuan untuk menentukan panjang pendeknya interval yang ada dalam alat ukur, sehingga alat ukur tersebut bila digunakan dalam pengukuran akan menghasilkan data kuantitatif”.⁵¹ Peneliti akan menggunakan skala likerts dengan memperhatikan skor pada jawaban peserta didik dengan memperhatikan tabel sebagai berikut:



Tabel 3
Alternatif Jawaban

Jenis Pernyataan	Alternatif Jawaban				
	Sangat setuju (SS)	Setuju (S)	Ragu-ragu (RG)	Tidak Setuju (TS)	Sangat Tidak Setuju (STS)
<i>Favorable</i>	5	4	3	2	1
<i>Unfavorable</i>	1	2	3	4	5

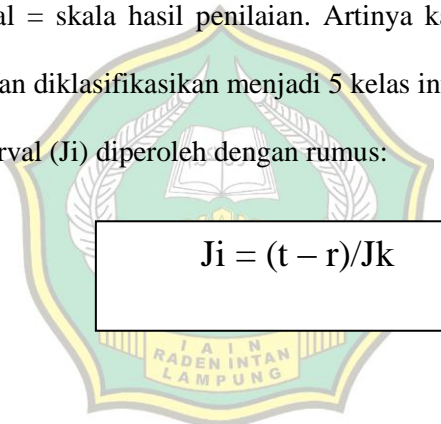
Penilaian Efektivitas Konseling Teman Sebaya dan Motivasi Belajar dalam penelitian ini menggunakan rentang skor dari 1- 5 motivasi belajar 45.

⁵⁰ Nyayu Khodijah, *Op. Cit*, h. 32.

⁵¹ Sugiyono, *metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D*, h. 92. Bandung : Alfabeta, 2011 cet ke 13, h.92

Menurut Eko dalam aturan pemberian skor dan klasifikasi hasil penilaian adalah sebagai berikut:

- a. skor pernyataan negatif kebalikan dari pernyataan yang positif;
- b. jumlah skor tertinggi ideal = jumlah pernyataan atau aspek penilaian x jumlah pilihan;
- c. skor akhir = (jumlah skor yang diperoleh : skor tertinggi ideal) x jumlah kelas interval;
- d. jumlah kelas interval = skala hasil penilaian. Artinya kalau penilaian menggunakan skala 5, hasil penilaian diklasifikasikan menjadi 5 kelas interval; dan
- e. penentuan jarak interval (J_i) diperoleh dengan rumus:


$$J_i = (t - r) / J_k$$

Keterangan :

t = skor tertinggi ideal dalam skala

r = skor terendah ideal dalam skala

Jk = Jumlah kelas interval.⁵²

Sedangkan kriteria motivasi belajar dapat ditentukan dengan cara sebagai berikut;

- a. Skor tertinggi : 5 X 45 = 225
- b. Skor terendah : 1 X 45 = 45
- c. Rentang : 225 – 45 = 180
- d. Jarak interval : 180 : 5 = 36

Berdasarkan keterangan tersebut maka kriteria efektivitas konseling teman sebaya dalam meningkatkan motivasi belajar adalah sebagai berikut;

⁵² Eko Putro Widoyoko, *Penilaian Hasil Pembelajaran Di Sekolah*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2014), h. 144.

Tabel 4
Kriteria Motivasi Belajar

Interval	Kriteria	Deskriptif
193-225	Sangat tinggi	Dalam kategori sangat tinggi peserta didik memiliki ciri-ciri adanya hasrat dan keinginan berhasil, adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar didalam diri peserta didik, adanya harapan cita-cita masa depan didalam diri, adanya penghargaan dalam belajar didalam diri, adanya kegiatan yang menarik dalam diri,adanya lingkungan belajar yang kondusif didalam diri
156-192	Tinggi	Peserta didik yang masuk dalam kategori tinggi telah menunjukkan motivasi nya namun belum sepenuhnya
119-155	Sedang	Peserta didik dalam kategori sedang cenderung belum terlalu termotivasi dalam belajar belum terlalu ada dorongan keinginan belajar dari dalam diri.
82-118	Rendah	Dalam kategori sangat rendah peserta didik memiliki ciri-ciri tidak adanya hasrat dan keinginan berhasil,tidak adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar didalam diri peserta didik, tidak adanya harapan cita-cita masa depan didalam diri, tidak adanya penghargaan dalam belajar didalam diri, tidak adanya kegiatan yang menarik dalam diri, tidak adanya lingkungan belajar yang kondusif didalam diri.
45-81	Sangat rendah	Peserta didik yang katagori sangat rendah biasanya cenderung seperti mau-tidak mau mengikuti pelajaran, dan belajar bukan berdasarkan keinginan dari hatinya. Belajar merasa terpaksa karna bukan dari

⁵³ Alimudin S Miru, *hubungan antara motivasi belajar terhadap prestasi belajar mata diklat instalasi listrik siswa smk n 3 makasar, universitas negeri makasar*. 2009 h. 5
http://elektro.unm.ac.id/jurnal/jurnal_medtek_vol.1.%20no.%201_2009/alimuddin%20sm.pdf
diakses pada tanggal 13mei 2016 pukul 19.00

2. Metode Observasi

Observasi sebagai teknik pengumpulan data mempunyai ciri yang spesifik bila dibandingkan dengan teknik yang lain, yaitu wawancara dan kuesioner. Kalau wawancara dan kuesioner selalu berkomunikasi dengan orang, maka observasi tidak terbatas pada orang tetapi juga obyek-obyek alam yang lain.⁵⁴ Alasan peneliti menggunakan observasi partisipan adalah karena *observee* tidak mengetahui bahwa mereka sedang diobservasi, sehingga perilaku yang nampak diharapkan wajar atau tidak dibuat-buat. Namun, dalam sebagian kegiatan peneliti tidak terlibat langsung hanya mengamati ketika proses pembelajaran berlangsung.

3. Metode Dokumentasi

Teknik ini digunakan untuk memperoleh data mengenai subjek penelitian. Metode dokumentasi yaitu mencari data mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah, prasasti, notulen rapat, dan sebagainya.⁵⁵ Dokumen yang dimaksud didalam skripsi ini adalah semua surat-surat atau bukti tertulis yang ditemukan dilokasi.. Alasan peneliti menggunakan metode dokumentasi ini adalah untuk mempermudah dalam mengecek kebenaran suatu peristiwa, sehingga suatu penelitian menjadi valid adanya.

⁵⁴ Sugiyono, OpCit, h.145

⁵⁵ Suharsimi Arikunto. *Op. Cit.* h. 274.

4. Metode Wawancara

Wawancara adalah sebuah dialog yang dilakukan oleh pewawancara untuk memperoleh informasi dari terwawancara.⁵⁶ Wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data untuk melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti dan juga untuk mengetahui hal-hal yang lebih mendalam dari responden.⁵⁷ Adapun jenis wawancara yang peneliti gunakan dalam penelitian ini adalah wawancara bebas terpimpin, yaitu “kombinasi antara wawancara tak terpimpin dan terpimpin. Jadi pewawancara hanya membuat pokok-pokok masalah yang akan diteliti, selanjutnya dalam proses wawancara berlangsung mengikuti situasi pewawancara harus pandai mengarahkan yang diwawancarai apabila ternyata ia menyimpang”.⁵⁸ Alasan peneliti menggunakan metode wawancara ini adalah untuk memperoleh informasi dari peserta didik dan Guru Bimbingan dan Konseling SMA N 8 Bandar Lampung terkait motivasi belajar peserta didik SMA N 8 Bandar Lampung kelas XI tahun pelajaran 2016/2017.

5. Pengembangan Instrumen Penelitian

Dalam hal ini peneliti menyusun sebuah rancangan penyusunan kisi-kisi konseling sebaya dan motivasi belajar. Dengan menggunakan Likert, indikator konseling teman sebaya dan indikator motivasi belajar menggunakan teori menurut Hamzah B. Uno. Adapun kisi-kisi pengembangan instrumen adalah sebagai berikut;

⁵⁶ *Ibid.* h. 198.

⁵⁷ Sugiyono. *Op. Cit.* h. 137-138.

⁵⁸ Cholid Narbuko dan Abu Achmadi, *Metodologi Penelitian*, (Jakarta: Bumi Aksara, 1997), h. 85.

Tabel 5
Kisi-kisi Instrument Penelitian

No	Variabel	Indikator	Sub Indikator	Nomor Butir (+)	Nomor Butir (-)
1	Motivasi Belajar	Adanya hasrat dan keinginan berhasil	a. Belajar dengan harapan ingin mendapatkan hasil yang baik	1, 3, 4, 6, 7, 9	2, 5, 8
			b. Memiliki perasaan yang senang dalam belajar	1, 12, 13	10
		Adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar	a. Selalu berusaha untuk memenuhi kebutuhan dalam belajar	14, 16	15
			b. Bertanggung jawab dan melaksanakan tugas dari guru	19, 21, 22, 24	18, 20, 23, 25, 26, 27
		Adanya harapan dan cita-cita masa depan	a. Selalu belajar untuk meraih cita-cita dan masa depan	28, 30, 31	29
		Adanya penghargaan dalam belajar	a. Senang memperoleh pujian dari hasil belajar yang dicapai	33	32
	b. Belajar untuk memperoleh penghargaan dari orang lain (seperti hadiah)	34, 35			

	Adanya kegiatan yang menarik dalam belajar	a. Selalu berusaha untuk mengungguli orang lain (berkompetisi dalam belajar) b. Suka menghadapi tantangan dalam belajar	36, 38, 40 41	37, 39 42, 43
	Adanya lingkungan belajar yang kondusif, sehingga memungkinkan seseorang peserta didik dapat belajar dengan baik	a. Memiliki tempat yang nyaman untuk belajar	44	45

G. Validitas Dan Reliabilitas

1. Uji Validitas

Instrumen yang akan digunakan perlu diadakan uji coba agar mendapat validitas. Instrument yang valid berarti alat ukur yang digunakan untuk mendapat data (mengukur) itu valid. Valid berarti instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur. Dalam hal ini peneliti menggunakan program *SPSS for windows release 16.0* untuk dapat mengetahui kevalidan suatu instrument maka digunakan korelasi *product moment* sebagai berikut:

$$r_{x(y-1)} = \frac{r_{xy} s_y - s_x}{\sqrt{s_y^2 + s_x^2 - 2r_{xy}(s_y)(s_x)}}$$

Keterangan :

x_i : nilai jawaban responden pada butir/item soal ke- i

y_i : nilai total responden ke- i

r_{xy} : nilai koefisien korelasi pada butir/item soal ke- i sebelum dikoreksi

s_y : standar deviasi total

s_x : standar deviasi butir/item soal ke- i

$r_{x(y-1)}$: *corrected item-total correlation coefficient*

Nilai $r_{x(y-1)}$ akan dibandingkan dengan koefisien korelasi tabel $r_{tabel} = r_{(a,n-2)}$.

Jika $r_{x(y-1)} \geq r_{tabel}$, maka instrumen valid. Pada *output SPSS, corrected item-total correlation coefficient* $\geq r_{tabel}$, maka instrument validitas (n = banyaknya responden).⁵⁹

Setelah dilakukan uji validitas instrument dengan menggunakan program *SPSS for windows reliase 16*, maka terdapat beberapa item pernyataan yang gugur atau tidak valid, yaitu butir pernyataan nomor 1, 4,5,6,7,15,17,19,21,23,24,31,34,35,38,39,41,42, dan 43 dinyatakan tidak valid karena nilai *corrected item-total correlation* $\leq r_{tabel} = 0,444$.

Setelah validitas kriteria motivasi belajar dapat ditentukan dengan cara sebagai berikut;

- a. Skor terendah : $1 \times 25 = 225$
- b. Skor tertinggi : $5 \times 25 = 125$

⁵⁹ Novalia Dan Muhammad Syazali. *Olah Data Penelitian Pendidikan*. (Bandar Lampung : Anugrah Utama Raharja (AURA), 2014) h. 38

c. Rentang : $125 - 25 = 100$

d. Jarak interval : $100:5 = 20$

jarak interval setelah validasi:

a. Sangat rendah : 25-45

b. Rendah : 46-66

c. Sedang : 67-87

d. Tinggi : 88-108

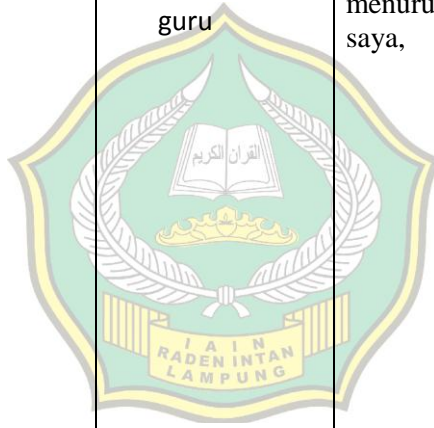
e. Sangat tinggi : 109-128

Berikut adalah kisi-kisi pengembangan instrument setelah uji coba:

Kisi-kisi Instrument Penelitian Valid

No	Variabel	Indikator	Sub Indikator	Nomor Butir (+)	Nomor Butir (-)
1	Motivasi Belajar	Adanya hasrat dan keinginan berhasil	Belajar dengan harapan ingin mendapatkan hasil yang baik	(2) Saya akan kecewa, ketika mendapatkan hasil yang tidak memuaskan (4) Prestasi akan meningkat jika saya rajin belajar	(1) Saya hanya bersikap diam dan pasif, ketika saya tidak mengerti materi, (3) Ketika ada teman yang sedang presentasi di depan kelas, jika kurang setuju saya akan langsung mengkritik
			c. Memiliki perasaan yang senang dalam belajar	(6) Belajar bersama teman-teman dalam bentuk kerja kelompok sangat bermanfaat dan menyenangkan, (7) Saya suka membaca buku-buku pengetahuan di perpustakaan	(5) Jika saya tidak menyukai suatu pelajaran, saya akan menghindari untuk belajar pelajaran tersebut
		Adanya dorongan dan	c. Selalu berusaha untuk memenuhi	(8) Membeli buku-buku pengetahuan tentang pelajaran merupakan	(10) Ketika di kelas saya suka melihat tugas-tugas teman,

		kebutuhan dalam belajar	kebutuhan dalam belajar	penunjang untuk belajar, (9) Belajar merupakan kebutuhan dalam hidup saya	daripada mengerjakannya sendiri, (11) Saya tidak pernah mengerjakan pekerjaan rumah (PR) yang diberikan oleh guru, (13) Ketika mengerjakan tugas di kelas, saya lebih sering mengobrol daripada mengerjakan tugas-tugas tersebut, (14) Ketika guru memberikan tugas untuk merangkum materi yang telah dijelaskan, saya tidak membuat rangkuman catatan-catatan tersebut, (15) Saya sering kurang fokus terhadap suatu materi pelajaran, ketika guru sedang menjelaskan
			d. Bertanggung jawab dan melaksanakan tugas dari guru	(12) Dalam mengerjakan tugas, saya berusaha dengan kemampuan menurut ukuran saya,	
		Adanya harapan dan cita-cita masa depan	b. Selalu belajar untuk meraih cita-cita dan masa depan	(16) Saya yakin bahwa apa yang saya cita-citakan akan tercapai jika saya giat belajar, (18) Saya belajar untuk mempersiapkan diri mewujudkan cita-cita dan masa depan,	(17) Saya kurang berminat membicarakan tentang cita-cita dan masa depan
		Adanya penghargaan dalam belajar	c. Senang memperoleh pujian dari hasil belajar yang dicapai	(20) Memperoleh hasil yang memuaskan membuat saya dapat perhatian yang lebih dari guru dan teman-teman	(19) Saya senang memperoleh nilai yang baik agar dapat pujian dari guru dan teman-teman



	Adanya kegiatan yang menarik dalam belajar	c. Selalu berusaha untuk mengungguli orang lain (berkompetisi dalam belajar)	(21) Saya suka berkompetisi dan bersaing dengan teman-teman dalam pelajaran, (23) Tugas-tugas yang menantang, membuat saya terdorong untuk semakin meningkatkan prestasi belajar saya	(22) Saya kurang berminat berkompetisi dan bersaing dengan teman-teman dalam pelajaran,
	Adanya lingkungan belajar yang kondusif, sehingga memungkinkan seseorang peserta didik dapat belajar dengan baik	b. Memiliki tempat yang nyaman untuk belajar	(24) Pada saat belajar di kelas, saya tidak nyaman ketika ada teman-teman yang ribut di kelas	(25) Kelas yang ribut dan gaduh, tetap membuat saya nyaman untuk belajar

2. Uji reliabilitas

Instrumen yang telah diuji validitasnya kemudian diuji reliabilitasnya. Reliabilitas menunjuk pada satu pengertian bahwa suatu instrument cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpulan data karena instrument tersebut sudah baik. Pengujian realibilitas instrument dalam penelitian ini menggunakan program SPSS statistics 17. Rumus reliabel adalah sebagai berikut:

$$r_{11} = \left[\frac{k}{k-1} \right] \left[1 - \frac{\sum s_i^2}{s_t^2} \right]$$

Keterangan :

r_{11} : reliabilitas instrument/koefisien Alfa

k : banyaknya item/butir soal

s_t^2 : *varians* total

$\sum s_i^2$: jumlah seluruh *varians* masing-masing soal

Nilai koefisien alpha (r) akan dibandingkan dengan koefisien korelasi tabel $r_{tabel} = r_{(a,n-2)}$. Jika $r_{11} > r_{tabel}$, maka instrument reliable. Pada *output* SPSS, jika *Cronbach's Alpha* $> r_{tabel}$, maka instrumen Reliabel.⁶⁰

H. Teknik Pengolahan dan Analisis Data

Analisis data hasil penelitian dilakukan melalui 2 tahap utama yaitu pengolahan data dan analisis data.

1. Tahap Pengolahan Data

a. *Editing*

Skala yang telah diisi oleh responden akan dilakukan pengecekan isian skala tentang kelengkapan isian, kejelasan, relevansi dan konsistensi jawaban yang diberikan responden. Data yang tidak lengkap dikembalikan kepada responden untuk dilengkapi pada saat itu juga dan apabila skala yang tersebar kurang dari jumlah populasi yang ada, maka peneliti menyebar kembali skala lingkungan

⁶⁰ *Ibid.* h. 39

sosial sekolah dan motivasi belajar kepada peserta didik yang belum mengisi skala lingkungan sosial sekolah dan motivasi belajar.

b. Coding

Dilakukan dengan memberi tanda pada masing-masing jawaban dengan kode berupa angka, sehingga memudahkan proses pemasukan data di komputer. Untuk skala lingkungan sosial sekolah dan motivasi belajar, jawaban untuk pernyataan *favorable* jawaban sangat Setuju kode 5, jawaban setuju kode 4, jawaban ragu-ragu kode 3, jawaban tidak setuju kode 2 dan jawaban sangat tidak setuju kode 1. Sementara pada pernyataan *unfavorable* jawaban sangat setuju kode 1, jawaban setuju kode 2, jawaban ragu-ragu kode 3, jawaban tidak setuju kode 4 dan jawaban sangat tidak setuju kode 5.

c. Processing

Pada tahap ini data yang terisi secara lengkap dan telah melewati proses pengkodean maka akan dilakukan pemrosesan data dengan memasukkan data dari seluruh skala yang terkumpul kedalam program *SPSS 16*.

d. Cleaning

Cleaning merupakan pengecekan kembali data yang sudah dientri apakah ada kesalahan atau tidak. Kesalahan tersebut kemungkinan terjadi pada saat mengentri data ke komputer.

2. Analisis Data

Analisis data merupakan salah satu langkah yang sangat penting dalam kegiatan penelitian. Dengan analisis data maka akan dapat membuktikan hipotesis dan

menarik tentang masalah yang akan diteliti. Analisa disini adalah data primer, yang bertujuan untuk menganalisa data pokok yang langsung berkaitan dengan efektivitas konseling teman sebaya sebagai variabel bebas (X) dengan motivasi belajar sebagai variabel terikat (Y). Untuk menggambarkan konseling teman sebaya dan motivasi belajar peserta didik digunakan rumus teknik analisa data yang bersifat korelasi *product-moment* “r

Analisis data merupakan kegiatan setelah data dari seluruh responden atau sumber lain terkumpul.⁶¹ Analisis data juga berarti proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, dokumentasi, dan skala *rating scale*. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan uji *t*, *t-test* sampel berpasangan (*paired samples t-test*) dengan menggunakan program bantuan SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) versi 17. Ada pun rumus uji t adalah sebagai berikut:

$$t = \frac{Md}{\sqrt{\frac{\sum xd^2}{N(N-1)}}$$

Keterangan :

t-tes : perbedaan tes awal dan tes akhir

Md : mean dari deviasi (d) antar *posttest* dan *pretest*

Xd : perbedaan deviasi dengan mean deviasi

⁶¹ *Ibid.* h. 166

N : banyak subyek

Df/db : ditentukan dengan (n-1)

I. Langkah-Langkah Pemilihan Konselor Sebaya

a. Pemilihan Konselor Sebaya

Dalam layanan konseling teman sebaya, dibutuhkan beberapa langkah dalam pemilihan konselor sebaya, pelatihan konselor teman sebaya dan pelaksanaan konseling sebaya. Langkah-langkah tersebut antara lain:

1) Pemilihan Konselor Sebaya

Dalam pemilihan konselor sebaya perlu didasarkan pada beberapa karakteristik dalam pemilihan konselor sebaya. Karakteristik tersebut adalah : (a) hangat; (b) memiliki minat dibidang pemberian bantuan; (c) dapat diterima orang lain; (d) toleran terhadap perbedaan sistem nilai; (e) energik; (f) bersedia secara sukarela membantu orang lain; (g) memiliki emosi yang stabil; (h) memiliki prestasi belajar yang cukup baik atau minimal rerata; dan (i) mampu menjaga rahasia.

Pemilihan konselor sebaya, dapat dilakukan dengan membagikan formulir kepada peserta didik. Akan sangat membantu jika para calon konselor sebaya dapat mengidentifikasi diri mereka sendiri melalui permohonan untuk menjadi sukarelawan (*volunteers*) yang tertarik dalam konseling.

Kualitas humanistik tersebut penting bagi calon “konselor” sebaya sebagai dasar untuk menguasai keterampilan-keterampilan yang akan dipelajari dalam pelatihan konselor sebaya.

2) Pelatihan Konselor Sebaya

Setelah peserta didik terpilih menjadi konselor sebaya, maka langkah selanjutnya adalah pelatihan konselor sebaya. Tujuan utama pelatihan konselor teman sebaya adalah untuk meningkatkan jumlah peserta didik yang memiliki dan mampu menggunakan keterampilan-keterampilan pemberian bantuan. Pelatihan ini tidak dimaksudkan untuk menghasilkan personal guna menggantikan fungsi dan peran konselor. Konselor sebaya dilatih untuk mampu mendengarkan dengan baik (tanpa menilai) sehingga mampu mendorong orang lain untuk mengekspresikan dan mengeksplorasi pikiran-pikiran dan perhatian mereka, kegelisahan, kecemasan, dan perasaan frustrasi mereka.

Untuk dapat menguasai berbagai kemampuan yang dipersyaratkan sebagai konselor sebaya, materi pelatihan perlu didesain secara baik. Menurut Tindall dan Gray materi pelatihan konseling teman sebaya meliputi delapan keterampilan komunikasi dasar. Keterampilan komunikasi dasar adalah sebagai berikut: (a) attending; (b) merangkul; (c) bertanya; (d) keaslian; (e) asertif; (f) konfrontasi; dan (g) pemecahan masalah.⁶²

3) Pelaksanaan konseling sebaya

Setelah proses pelatihan berakhir, konselor sebaya didorong untuk dapat mengaplikasikan hasil-hasil pelatihan guna membantu teman sebaya dalam kehidupan sehari-hari. Interaksi dan komunikasi antar individu (konseling sebaya) dapat berlangsung secara individual maupun secara kelompok. Perlu

⁶² Erhamwilda. *Op.Cit.* h. 54-55

ditandaskan bahwa interaksi konseling teman sebaya lebih banyak bersifat spontan dan informal. Spontan dalam artian interaksi tersebut dapat terjadi kapan saja dan dimana saja, tidak perlu menunda. Meskipun demikian prinsip-prinsip kerahasiaan tetap ditegakkan. Sedangkan bersifat informal karena interaksi antar teman sebaya dibangun atas dasar kesetaraan, tanpa prosedur dan struktur yang kaku.

J. Langkah- Langkah Treatment Konseling Sebaya

Tabel 6
Deskripsi Langkah-Langkah Konseling Sebaya Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik

Tahapan	Tema	Pertemuan	Deskripsi
Pemberian <i>Pretest</i>	<i>Pretest</i>	Ke 1	Pemberian angket motivasi belajar guna melihat apakah motivasi belajar mereka rendah kepada seluruh peserta didik kelas XI yang telah dipilih untuk dilakukan penelitian SMA N 8 Bandar Lampung sebelum pemberian treatment
Penentuan konselor sebaya	Penentuan konselor sebaya	Ke 2	Menentukan calon konselor teman sebaya berdasarkan beberapa kriteria seperti hangat, memiliki minat dibidang pemberian bantuan, dapat diterima orang lain, toleran terhadap perbedaan sistem nilai, energik, bersedia secara sukarela membantu orang lain, memiliki emosi yang stabil, memiliki prestasi belajar yang cukup baik atau minimal rerata, dan mampu menjaga rahasia. Dan atau dengan cara menyebarkan formulir ketersediaan menjadi konselor sebaya.
Pelatihan konselor sebaya	1. Keterampilan <i>attending</i>	Ke 3	Menyampaikan materi tentang bagaimana konselor menjadi pendengar aktif yang akan berpengaruh pada efektivitas bantuan.
	2. Keterampilan		Menyimpulkan berbagai pernyataan

	n merangkum		konseli, menjadi satu pernyataan.
	3. Keterampilan bertanya		Pertanyaan yang efektif dari konselor adalah yang tepat, bersifat mendalam untuk mengidentifikasi dan memperjelas masalah
	3. Keterampilan keaslian	Ke 4	Mengkomunikasikan secara jujur perasaan yang dialami.
	4. Keterampilan asertif		Kemampuan untuk mengekspresikan pemikiran dan perasaan secara jujur yang ditunjukkan dengan cara berterus terang, dan respek pada orang lain.
	5. Keterampilan konfrontasi		Komunikasi yang ditandai dengan ketidaksesuaian perilaku seseorang dengan yang lain
	6. Keterampilan pemecahan masalah		Mengeksplorasi satu masalah, dan memahami sebab-sebab masalah.
Teknik motivasi belajar	1. Menggunakan nilai ulangan sebagai pemacu keberhasilan	Ke 5	Menggunakan nilai ulangan atau tugas agar peserta didik merasa terpacu untuk dirinya dalam belajar
	2. memperjelas tujuan belajar yang hendak		Menjelaskan kepada peserta didik mengenai tujuan mereka belajar agar lebih terlihat <i>urgensi</i> nya.

	dicapai		Membuat suasana persaingan yang sehat bisa meningkatkan motivasi belajar peserta didik meningkat dan peserta didik lebih merasa dirinya tertantang dalam belajar.
	3. membuat suasana persaingan yang sehat di antara para peserta didik		Menanamkan dalam diri peserta didik untuk memacu dirinya sendiri dan berkomitmen untuk membangkitkan persaingan dengan diri sendiri.
	4. mengembankan persaingan dengan diri sendiri		Dengan memberikan contoh-contoh yang positif seperti memberikan gambaran ilmuan-ilmuan yang sukses agar diri peserta didik lebih terpacu dalam meningkatkan motivasi belajar yang ada didalam diri.
	5. memberikan contoh yang positif		Memberikan pemahaman kepada peserta didik agar memiliki rasa ingin tahu yang besar seperti banyak bertanya atau banyak membaca buku dengan begitu peserta didik bisa lebih terpacu untuk meningkatkan motivasi belajar.
	6. menimbulkan rasa ingin tahun		
Pelaksanaan konseling sebaya	Penerapan konseling sebaya	Ke 6	Implikasi konseling sebaya
Pemberian <i>Posttest</i>	Posttest	Ke 7	Pemberian angket setelah diberikan layanan konseling sebaya.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Penelitian dengan judul “Efektivitas Konseling Sebaya Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik Kelas XI SMA Negeri 8 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2016/2017” telah dilaksanakan pada tanggal 7-26 november tahun 2016. Pelaksanaan penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik di SMA N 8 Bandar Lampung.. Peneliti dalam menangani permasalahan yang terjadi menggunakan layanan konseling sebaya sebagai media bimbingan dan konseling.

1. Profil Umum Motivasi Belajar

Berdasarkan hasil penyebaran instrumen penelitian motivasi belajar terhadap peserta didik kelas XI SMA Negeri 8 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2016/2017 yang mengalami motivasi belajar rendah sebagaimana yang di kemukakan dalam jurnal terdapat pada tabel 7 sebagai berikut :

Tabel 7
Gambaran Umum Motivasi Belajar Peserta Didik Kelas XI SMA N 8
Bandar Lampung Tahun Ajaran 2016/2017

Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase
SangatTinggi	109-128	0	0%
Tinggi	88-108	0	0%
Sedang	67-87	5	33%
Rendah	46-66	10	67%
SangatRendah	25-45	0	0%
Jumlah		15	100 %

Tabel 7 menyatakan bahwa gambaran motivasi belajar peserta didik kelas XI SMA Negeri 8 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2016/2017 saat di berikan pretest, terdapat 0 peserta didik (0%) berada pada kategori sangat tinggi, terdapat 0% berada pada katagori tinggi , 5 peserta didik (33%) pada kategori sedang, 10 peserta didik (67%) pada kategori rendah, dan 0% pada kategori sangat rendah.

Hasil tersebut didapatkan dari penyebaran angket penelitian kepada seluruh sampel penelitian yang berjumlah 15 peserta didik. sebanyak 10 peserta didik (67%) yang berada pada kategori rendah ,dalam kategori rendah peserta didik memiliki ciri-ciri tidak adanya hasrat dan keinginan berhasil,tidak adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar didalam diri peserta didik, tidak adanya harapan cita-cita masa depan didalam diri, tidak adanya penghargaan dalam

belajar didalam diri, tidak adanya kegiatan yang menarik dalam diri, tidak adanya lingkungan belajar yang kondusif didalam diri.

Sementara itu, peserta didik yang berada pada kategori sedang yang berjumlah 5 peserta didik (3.3%) Peserta didik dalam kategori sedang cenderung belum terlalu termotivasi dalam belajar belum terlalu ada dorongan keinginan belajar dari dalam diri. Berdasarkan hasil persentase yang ditampilkan pada tabel 7 terlihat bahwa motivasi belajar peserta didik di SMA Negeri 8 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2016/2017 mengalami motivasi belajar rendah oleh sebab itu peneliti menggunakan konseling sebaya sebagai layanan yang akan di berikan guna meningkatkan motivasi belajar. Tujuan diadakan layanan konseling sebaya sebagai layanan bimbingan dan konseling agar peserta didik dapat meningkatkan motivasi belajar. indikator motivasi belajar, diantaranya: (1) adanya hasrat dan keinginan berhasil; (2) adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar; (3)adanya harapan dan cita-cita masa depan;(4)adanya penghargaan dalam belajar; (5)adanya kegiatan yang menarik dalam belajar dan (5) adanya lingkungan belajar yang kondusif, sehingga memungkinkan seseorang peserta didik dapat belajar dengan baik.⁶³

⁶³ Uno B.Hamzah, *teori motivasi dan pengukurannya analisis di bidang pendidikan*, PT Bumi aksara, 2012 h. 23

a. Gambaran motivasi belajar pada indikator adanya hasrat dan keinginan berhasil

Gambaran motivasi belajar pada indikator adanya hasrat dan keinginan berhasil pada kategori sangat tinggi sebanyak 0 (0%), kategori tinggi sebanyak 0 (0%), kategori sedang sebanyak 6 peserta didik (40%), pada kategori rendah sebanyak 7 peserta didik (46.6%), kategori sangat rendah 2 peserta didik (13.3%). Secara rinci dapat dilihat pada Tabel 8.

Tabel 8
Gambaran Motivasi Belajar Pada Indikator Adanya Hasrat dan Keinginan Berhasil

Kategori	Interval	Frekuensi	Persentase	Σ Persentase
Sangat Tinggi	$\geq 29.4-35$			30,17%
Tinggi	$\geq 23.8-29.4$			
Sedang	$\geq 18.2-23.8$	6	40%	
Rendah	$\geq 12.6-18.2$	7	46.6%	
Sangat Rendah	$\geq 7-12.6$	2	13.3%	

Berdasarkan tabel 8 persentase pada indikator adanya hasrat dan keinginan berhasil berada pada kategori rendah mengalami persentase paling tinggi sedangkan peserta didik lainnya berada pada kategori sedang, dan sangat rendah. Hal ini ditandai dengan sikap peserta didik yang masih tidak adanya hasrat keinginan berhasil.

b. Gambaran motivasi belajar pada indikator adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar

Gambaran motivasi belajar pada indikator adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar pada kategori sangat tinggi sebanyak 0 (0%), kategori tinggi sebanyak 2(13.3%), kategori sedang sebanyak 6 peserta didik (40%), pada kategori rendah sebanyak 7 peserta didik (46.6%), kategori sangat rendah 0 (0%), Secara rinci dapat dilihat pada Tabel 9.

Tabel 9
Gambaran Motivasi Belajar Pada Indikator Adanya Dorongan dan Kebutuhan Dalam Belajar

Kategori	Interval	Frekuensi	Persentase	Σ Presentase
Sangat Tinggi	$\geq 33.6-40$			33,3%
Tinggi	$\geq 27.2-33.6$	2	13.3 %	
Sedang	$\geq 20.8-27.2$	6	40%	
Rendah	$\geq 14.4-20.8$	7	46.6%	
Sangat Rendah	$\geq 8-14.4$			

Berdasarkan tabel 9 persentase pada indikator adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar berada pada kategori rendah mengalami persentase paling tinggi sedangkan peserta didik lainnya berada pada kategori sedang, dan sangat rendah. Hal ini ditandai dengan sikap peserta didik yang masih tidak memiliki dorongan dan kebutuhan dalam belajar.

c. Gambaran motivasi belajar pada indikator adanya harapan dan cita-cita masa depan.

Gambaran motivasi belajar pada indikator adanya harapan dan cita-cita masa depan. pada kategori sangat tinggi sebanyak 0 (0%), kategori tinggi sebanyak 2 peserta didik(13.3%), kategori sedang sebanyak 3 peserta didik (20%), pada kategori rendah sebanyak 4 peserta didik(26.6%) peserta didik kategori sangat rendah 6 peserta didik (40%), Secara rinci dapat dilihat pada Tabel 10.

Tabel 10
Gambaran Motivasi Belajar Pada Indikator Adanya Harapan Dan Cita-Cita Masa Depan.

Kategori	Interval	Frekuensi	Persentase	Σ Presentase
Sangat Tinggi	$\geq 12.6-15$			27,73%
Tinggi	$\geq 10.2-12.6$	2	13.3%	
Sedang	$\geq 7.8-10.2$	3	20%	
Rendah	$\geq 5.4-7.8$	4	26.6%	
Sangat Rendah	$\geq 3-5.4$	6	40%	

Berdasarkan tabel 10 persentase pada indikator adanya harapan dan cita-cita masa depan berada pada kategori sangat rendah mengalami persentase paling tinggi sedangkan peserta didik lainnya berada pada kategori tinggi, sedang, dan sangat rendah. Hal ini ditandai dengan sikap peserta didik yang masih rendah nya harapan dan cita-cita masa di masa depan.

d. Gambaran motivasi belajar pada indikator adanya kegiatan yang menarik dalam belajar

Gambaran motivasi belajar pada indikator adanya kegiatan yang menarik dalam belajar pada kategori sangat tinggi sebanyak 0 (0%), kategori tinggi sebanyak 2 peserta didik(13.3%), kategori sedang sebanyak 4 peserta didik (26.6%), pada

kategori rendah sebanyak 9 peserta didik(60%) peserta didik kategori sangat rendah 0 peserta didik (0%), Secara rinci dapat dilihat pada Tabel 11.

Tabel 11
Gambaran Motivasi Belajar Pada Indikator Adanya Kegiatan Yang Menarik Dalam Belajar

Kategori	Interval	Frekuensi	Persentase	Σ Presentase
Sangat Tinggi	$\geq 8.4-10$			32,8%
Tinggi	$\geq 6.8-8.4$	2	13.3%	
Sedang	$\geq 5.2-6.8$	4	26.6%	
Rendah	$\geq 3.6-5.2$	9	60%	
Sangat Rendah	$\geq 2-3.6$			

Berdasarkan tabel 11 persentase pada indikator indikator adanya kegiatan yang menarik dalam belajar pada kategori rendah mengalami persentase paling tinggi sedangkan peserta didik lainnya berada pada kategori tinggi, sedang, dan sangat rendah. Hal ini ditandai dengan sikap peserta didik yang masih rendah nya kegiatan yang menarik dalam belajar.

e. Gambaran motivasi belajar pada indikator adanya penghargaan dalam belajar

Gambaran motivasi belajar pada indikator adanya penghargaan dalam belajar pada kategori sangat tinggi sebanyak 0 (0%), kategori tinggi sebanyak 2 peserta didik(13.3%), kategori sedang sebanyak 9 peserta didik (60%), pada kategori rendah sebanyak 3 peserta didik(20%) peserta didik kategori sangat rendah 1 peserta didik (6.6%), Secara rinci dapat dilihat pada Tabel 12

Tabel 12
Gambaran motivasi belajar pada indikator adanya penghargaan dalam belajar

Kategori	Interval	Frekuensi	Persentase	Σ Presentase
Sangat Tinggi	$\geq 12.6-15$			34,67%
Tinggi	$\geq 10.2-12.6$	2	13.3%	
Sedang	$\geq 7.8-10.2$	9	60%	
Rendah	$\geq 5.4-7.8$	3	20%	
Sangat Rendah	$\geq 3-5.4$	1	6.6%	

Berdasarkan tabel 12 persentase pada indikator adanya penghargaan dalam belajar pada kategori sedang mengalami persentase paling tinggi sedangkan peserta didik lainnya berada pada kategori tinggi, sedang, dan sangat rendah. Hal ini ditandai dengan tidak adanya penghargaan dalam belajar.

f. Gambaran motivasi belajar pada indikator adanya lingkungan belajar yang kondusif

Gambaran motivasi belajar pada indikator adanya lingkungan belajar yang kondusif, baik pada kategori sangat tinggi sebanyak 0 (0%), kategori tinggi sebanyak 4 peserta didik (26.6%), kategori sedang sebanyak 3 peserta didik (20%), pada kategori rendah sebanyak 6 peserta didik (40%) peserta didik kategori sangat rendah 2 peserta didik (13.3%), Secara rinci dapat dilihat pada Tabel 13

Tabel 13
Gambaran Motivasi Belajar pada Indikator adanya Lingkungan Belajar yang Kondusif

Kategori	Interval	Frekuensi	Persentase	Σ Presentase
Sangat Tinggi	$\geq 8.4-10$			31,6%
Tinggi	$\geq 6.8-8.4$	4	26.6%	
Sedang	$\geq 5.2-6.8$	3	20%	
Rendah	$\geq 3.6-5.2$	6	40%	
Sangat Rendah	$\geq 2-3.6$	2	13.3%	

Berdasarkan tabel 12 persentase pada indikator adanya lingkungan belajar yang kondusif, sehingga memungkinkan seseorang peserta didik dapat belajar dengan baik pada kategori rendah mengalami persentase paling tinggi sedangkan peserta didik lainnya berada pada kategori tinggi, sedang, dan sangat rendah. Hal ini ditandai dengan tidak adanya lingkungan belajar yang kondusif, sehingga memungkinkan seseorang peserta didik dapat belajar dengan baik.

Tabel 15
Gambaran Motivasi Belajar Berdasarkan Indikator

Indikator	Kriteria	Interval	Frekuensi	Persentas i	Σ presen tasi
adanya hasrat dan keinginan berhasil	Sangat tinggi	$\geq 29.4-35$			30.17 %
	tinggi	$\geq 23.8-29.4$			
	Sedang		6	40%	
	Rendah		7	46.6%	
	Sangat rendah	$\geq 18.2-23.8$	2	13.3%	

adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar	Sangat tinggi	$\geq 33.6-40$			33.3%
	Tinggi	$\geq 27.2-33.6$	2	13.3 %	
	Sedang	$\geq 20.8-27.2$	6	40%	
	Rendah	$\geq 14.4-20.8$	7	46.6%	
	Sangat rendah	$\geq 8-14.4$			
adanya harapan dan cita-cita masa depan	Sangat tinggi	$\geq 12.6-15$			27,73 %
	Tinggi	$\geq 10.2-12.6$	2	13.3%	
	Sedang	$\geq 7.8-10.2$	3	20%	
	Rendah	$\geq 5.4-7.8$	4	26.6%	
	Sangat rendah	$\geq 3-5.4$	6	40%	
adanya kegiatan yang menarik dalam belajar	Sangat tinggi	$\geq 8.4-10$			32.8%
	Tinggi	$\geq 6.8-8.4$	2	13.3%	
	Sedang	$\geq 5.2-6.8$	4	26.6%	
	Rendah	$\geq 3.6-5.2$	9	60%	
	Sangat rendah	$\geq 2-3.6$			
adanya penghargaan dalam belajar	Sangat tinggi	$\geq 12.6-15$			34.67 %
	Tinggi	$\geq 10.2-12.6$	2	13.3%	
	Sedang	$\geq 7.8-10.2$	9	60%	
	Rendah	$\geq 5.4-7.8$	3	20%	
	Sangat rendah	$\geq 3-5.4$	1	6.6%	
adanya lingkungan belajar yang kondusif,	Sangat tinggi	$\geq 8.4-10$			31.6%
	Tinggi	$\geq 6.8-8.4$	4	26.6%	
	Sedang	$\geq 5.2-6.8$	3	20%	
	Rendah	$\geq 3.6-5.2$	6	40%	
	Sangat rendah	$\geq 2-3.6$	2	13.3%	

Secara keseluruhan gambaran motivasi belajar pada tiap indikator menunjukkan perbedaan yang tidak jauh berbeda dari setiap indikatornya. Berdasarkan persentase urutan pada indikator percaya diri adalah sebagai berikut: (1) adanya hasrat dan keinginan berhasil (30.17%); (2) adanya dorongan

dan kebutuhan dalam belajar (33.3%); (3) adanya harapan dan cita-cita masa depan (27.73%);(4) adanya kegiatan yang menarik dalam belajar (32.8%); (5) adanya penghargaan dalam belajar (34.67%) dan (6) adanya lingkungan belajar yang kondusif, sehingga memungkinkan seseorang peserta didik dapat belajar dengan baik (31.6%);

Dalam hal ini, peneliti membagi peserta didik kedalam satu kelompok. Peserta didik yang terlihat mengalami motivasi belajar rendah yang akan dijadikan sampel penelitian dan sampel penelitian menggunakan *purposive sampling*.

2. Efektivitas Konseling sebaya dalam meningkatkan motivasi belajar di SMA Negeri 8 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2016/2017

a. Pelaksanaan Konseling Sebaya Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Pada Peserta Didik Kelas XI Di SMA Negeri 8 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2016/2017

Pelaksanaan penelitian ini pertama-tama peneliti telah menyebarkan instrumen penelitian (angket) kepada empat kelas yang telah mendapatkan persetujuan untuk mengadakan penelitian di kelas tersebut. Dari keempat kelas tersebut peneliti melihat skor peserta didik yang masuk dalam katagori rendah dan terdapat 30 peserta didik. Dari 30 peserta didik peneliti kembali memilih secara acak dikarenakan keterbatasan peneliti dan peneliti menggunakan *purposive sampling*. Terpilih lah 15 peserta didik yang nantinya akan di jadikan sampel penelitian.

Pelaksanaan penelitian ini menggunakan layanan konseling teman sebaya sebagai media bimbingan dan konseling dilakukan pada sampel yang telah terpilih. Kegiatan tersebut dilaksanakan di ruang kelas SMA Negeri 8 Bandar Lampung. *Pretest* diberikan pada hari jumat, 8 November 2016 kepada sampel yang telah terpilih kelas XI SMA Negeri 8 Bandar Lampung .

Pada tahap ini bertujuan untuk membina hubungan baik dengan peserta didik, serta memberikan pengarahan tentang penelitian yang akan dilakukan tentang efektivitas konseling sebaya yang nantinya teman sebayanya lah yang akan lebih banyak berperan aktif . Hasil pelaksanaan *pretest* dapat dikatakan cukup lancar hal ini dapat dilihat dari seluruh peserta didik yang bersedia untuk mengisi instrumen penelitian yang dapat terisi sesuai dengan petunjuk pengisian. Kegiatan *pretest* dilaksanakan selama \pm 30 menit dan peneliti menggunakan *desaign onegroup pretest posttest*.

1) tahap pertama

Pertemuan pertama merupakan tahap pertama sebelum melaksanakan penelitian, terlebih dahulu peneliti mencatat daftar nama peserta didik kelas XI yang dijadikan sebagai populasi dalam penelitian. Setelah itu peneliti mencari peserta didik yang memiliki rendahnya motivasi belajar dengan menyebarkan angket (kuesioner) motivasi kepada peserta didik kelas XI SMAN 8 Bandar Lampung. Sebelum memberikan angket tersebut peneliti memberikan penjelasan tentang apa yang harus dikerjakan dan tujuan dari pengisian skala tersebut. Penyebaran skala ini dilaksanakan pada tanggal 8 November 2016. Dari penyebaran angket motivasi belajar peneliti menemukan 15 peseta didik dengan kriteria rendah yang nantinya akan menjadi responden dalam penelitian ini dan akan mendapatkan layanan konseling sebaya untuk meningkatkan motivasi belajar 15 peserta didik tersebut.

2) tahap kedua

Pada tahap kedua ini peneliti melakukan rekrutmen dan seleksi konselor sebaya. Rekrutmen dan seleksi konselor sebaya yang dilakukan pada tanggal 10-11 November 2017 dengan syarat calon konselor sebaya adalah : a) prestasi akademik 15 besar di kelasnya, b) kemampuan sosialisasi dan kepribadian baik, dan c) aktif dalam kegiatan organisasi sekolah. Pada rekrutmen dan seleksi konselor sebaya mendapatkan rekomendasi dari guru BK SMAN 8 Bandar Lampung. Berdasarkan Karakteristik yang telah ditetapkan, guru BK SMAN 8 Bandar Lampung memilih 10 peserta didik yang yang memenuhi syarat.

Metode dan materi pelatihan konselor sebaya yang digunakan peneliti merujuk pada “Modul Pelatihan Praktik Keterampilan Konseling” yang disusun oleh Dr Suwarjo, M.Si dari Universitas Negeri Yogyakarta tahun 2008. Pelatihan ini bertujuan agar konselor sebaya mampu bertindak sebagai *Peer Educator* yang memiliki keterampilan konseling dasar. Metode yang digunakan dalam pelatihan konselor sebaya meliputi ceramah, diskusi, dan *brainstroming*, serta simulasi. Materi yang diberikan berupa keterampilan Attending, Berempati, Bertanya, Konfrontasi, Merangkum, Berprilaku Genuin, Pemecahan Masalah. Pelatihan konselor sebaya dilaksanakan tanggal 10-11 November 2017 di ruang BK SMAN 8 Bandar Lampung.

3) tahap ketiga

Pada tahap ini, peneliti menjelaskan materi tentang motivasi belajar pada peserta didik yang mempunyai kriteria motivasi belajar rendah yaitu 15 peserta didik dari kelas XI. Peneliti pada tahap ini memberikan sebuah materi terkait motivasi belajar, peranan motivasi

belajar dan fungsi motivasi belajar sebagaimana yang telah dikemukakan oleh Hamzah B Uno. Pemberian materi ini dilaksanakan pada hari senin 14 dan 15 November 2016.

4) tahap keempat

Pada tahap keempat ini peneliti memasuki tahap *goal setting* atau menentukan tujuan konseling sebaya yaitu untuk meningkatkan motivasi belajar. Konselor sebaya menggunakan konseling individu sebagai metode dalam meningkatkan motivasi belajar yang dilaksanakan oleh konselor sebaya kepada 15 peserta didik yang mengalami motivasi belajar rendah, dilaksanakan pada tanggal 16-17 November 2016 yang berdurasi 45 menit. Adapun pelaksanaannya adalah, konseling individu membahas tentang motivasi belajar dan hal hal yang dapat meningkatkan motivasi belajar.

5) tahap kelima

Pada tahap ini peneliti mengadakan pertemuan dengan konselor sebaya pada senin tanggal 21 november yang telah melaksanakan konseling individu pada tanggal 16-17 november kepada ke 15 sampel yang mengalami motivasi belajar rendah. Peneliti mengawasi dan menanyakan kendala apa saja yang mereka temui dan hadapi pada saat melakukan sesi konseling individu. Setelah semua konselor sebaya dapat mengatasi kendala-kendala kecil pada saat sesi konseling dan juga peneliti melihat kegiatan konseling individu tersebut berjalan dengan baik dan lancar.

6) tahap keenam

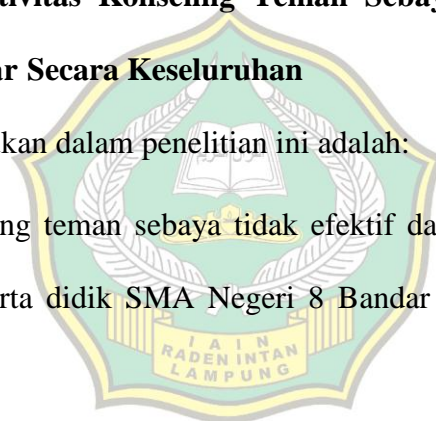
Tahap keenam merupakan tahap dan pertemuan akhir dalam penelitian ini, setelah layanan konseling sebaya dilaksanakan, kemudian dilakukan pemberian *post-test* pada hari jumat tanggal 25 November 2016 dengan tujuan untuk mengetahui motivasi belajar peserta didik setelah diberikan

perlakuan menggunakan layanan konseling sebaya. Berdasarkan hasil pengamatan, secara umum pelaksanaan *posttest* dikatakan lancar dapat dilihat dari antusias peserta didik memanfaatkan layanan konseling dengan mengisi seluruh item pernyataan angket motivasi belajar sesuai dengan petunjuk pengisian serta kegiatan ini selesai pada waktu yang telah ditentukan.

c. Hasil Uji Efektivitas Konseling Teman Sebaya Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Secara Keseluruhan

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah:

- (1) H_0 = konseling teman sebaya tidak efektif dapat meningkatkan motivasi belajar peserta didik SMA Negeri 8 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2016/2017
- (2) H_a = konseling teman sebaya dapat efektif dapat meningkatkan motivasi belajar peserta didik SMA Negeri 8 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2016/2017



	Paired Differences					t	Df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
pretest posttest	11.533 33	5.11115	1.31969	14.36379	-8.70288	8.739	14	.000

Dari tabel tersebut dapat diketahui bahwa t adalah -8.739, mean 11.533, Std. Deviation 5.11115, Std. Error Mean 1.31969, 95% confidence interval of the difference, lower = -14.36379 dan upper = -8.70288, kemudian t_{hitung} dibandingkan dengan t_{tabel} df = 14, dengan ketentuan $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($8.739 > 1.771$) dikarenakan peneliti mengambil taraf signifikan $\alpha = 0.05$ dengan nilai distribusi nilai satu arah untuk kriteria pengujian hipotesis yang peneliti ajukan, dengan demikian ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Jadi dapat disimpulkan bahwa efektivitas konseling teman sebaya dalam meningkatkan motivasi belajar dapat berpengaruh dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik.

1) Hasil Uji Efektivitas Konseling Teman Sebaya Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Pada Indikator Adanya Hasrat Dan Keinginan Berhasil.

Hasil uji efektivitas konseling teman sebaya dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik pada indikator adanya hasrat dan keinginan berhasil sebagai berikut:



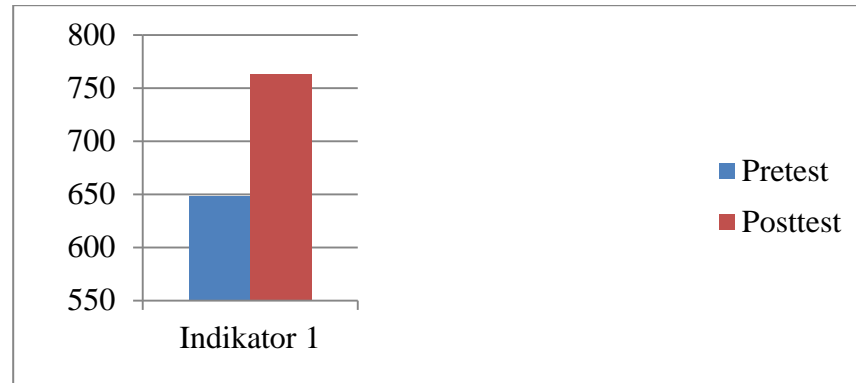
Tabel 17

**Hasil Uji T Motivasi Belajar
Peserta Didik Pada Indikator Adanya Hasrat Dan Keinginan
Berhasil**

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 pretest	64.8000	15	11.04019	2.85056
posttest	76.3333	15	7.52773	1.94365

Berdasarkan tabel 17 tersebut pada indikator adanya hasrat dan keinginan berhasil dari hasil uji t test *paired samples t-test*, independen *pretest* dan *posttest* meningkat, hal tersebut dapat dilihat pada rata-rata *pre-test* dari 64.8000 dan setelah diberi perlakuan (*treatment*) dengan rata-rata *post-test* 76.3333. Pada indikator adanya hasrat dan keinginan berhasil signifikan karena, $sign.2\ tailed < 0.05$ ($000 < 0.05$). dilihat dari hasil rata-rata *posttest* menunjukkan lebih besar dari *pretest*. Hal ini menunjukkan pelaksanaan layanan konseling teman sebaya dapat meningkatkan motivasi belajar. . Peningkatan indikator adanya hasrat dan keinginan berhasil pada gambar

berikut ini:



Gambar 4
Peningkatan Rata-Rata Pretest Dan Posttest
Pada Indikator Adanya Hasrat Dan Keinginan Berhasil

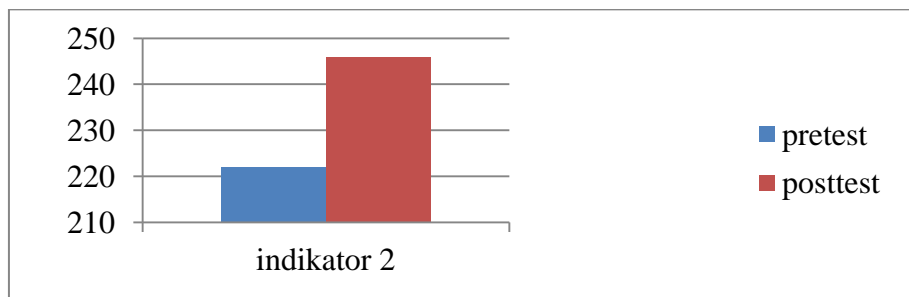
2) Hasil Uji Efektivitas Konseling Teman Sebaya Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Pada indikator adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar

Hasil uji efektivitas konseling teman sebaya dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik pada indikator adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar sebagai berikut;

Tabel 18
Hasil Uji T Motivasi Belajar
Peserta Didik Pada Indikator Adanya Dorongan dan Kebutuhan dalam Belajar

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pretest	22.2000	15	4.12657	1.06548
Posttest	24.6667	15	3.92186	1.01262

arkan tabel 18 tersebut pada indikator adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar dari hasil uji t test *paired samples t-test*, independent *pretest* dan *posttest* meningkat, hal tersebut dapat dilihat pada rata-rata *pre-test* dari 22.2000 dan setelah diberi perlakuan(*treatment*) dengan rata-rata *post-test* 24.6667. Pada indikator adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar signifikan karena, $sign.2 \text{ tailed} < 0.05$ ($0.000 < 0.05$). dilihat dari hasil rata-rata *posttest* menunjukkan lebih besar dari *pretest*. Hal ini menunjukkan pelaksanaan layanan konseling teman sebaya dapat meningkatkan motivasi belajar. Peningkatan adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar pada gambar berikut ini:



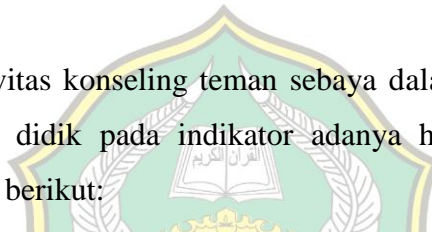
Gambar 5

Peningkatan Rata-Rata Pretest dan Posttest

Pada Indikator adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar

- 3) Hasil Uji Efektivitas Konseling Teman Sebaya Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Pada Indikator Adanya Harapan Dan Cita-Cita Masa Depan.

Hasil uji efektivitas konseling teman sebaya dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik pada indikator adanya harapan dan cita-cita masa depan. sebagai berikut:



Tabel 19

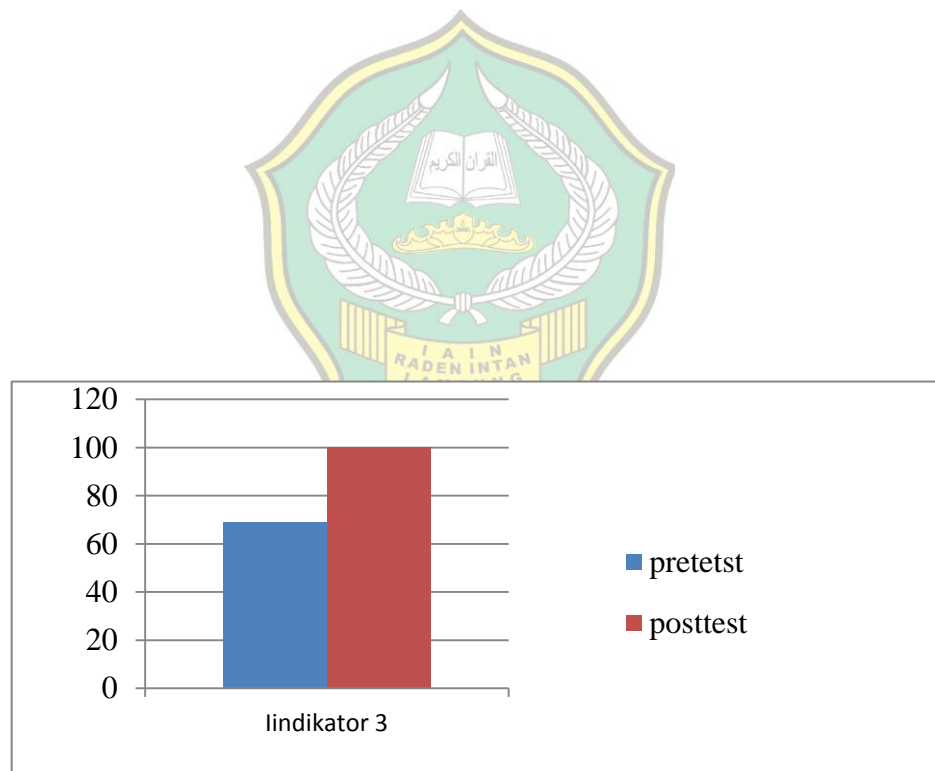
Hasil Uji T Motivasi Belajar

Peserta Didik Pada Indikator adanya Harapan dan Cita-Cita Masa Depan

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pretest	6.9333	15	2.60403	.67236
	Posttest	10.0667	15	1.70992	.44150

Berdasarkan tabel 19 tersebut pada indikator adanya harapan dan cita-cita masa depan dari hasil uji t test *paired samples t-test*, independent *pretest* dan *posttest* meningkat, hal tersebut dapat dilihat pada rata-rata *pre-test* dari 6.9333 dan setelah diberi perlakuan (*treatment*) dengan rata-rata *post-test* 10.0667. Pada indikator adanya harapan dan cita-cita masa depan signifikan karena, $\text{sign.2 tailed} < 0.05$ ($0.000 < 0.05$). Dilihat dari hasil rata-rata *posttest* menunjukkan lebih besar dari *pretest*. Hal ini menunjukkan pelaksanaan

layanan konseling teman sebaya dapat meningkatkan motivasi belajar. .
Peningkatan adanya harapan dan cita-cita masa depan pada gambar berikut ini;



Gambar 6
Peningkatan Rata-Rata Pretest Dan Posttest
Pada Indikator Adanya Harapan Dan Cita-Cita Masa Depan

4) Hasil Uji Efektivitas Konseling Teman Sebaya Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Pada indikator adanya kegiatan yang menarik dalam belajar

Hasil uji efektivitas konseling teman sebaya dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik pada indikator adanya kegiatan yang menarik dalam belajar sebagai berikut:



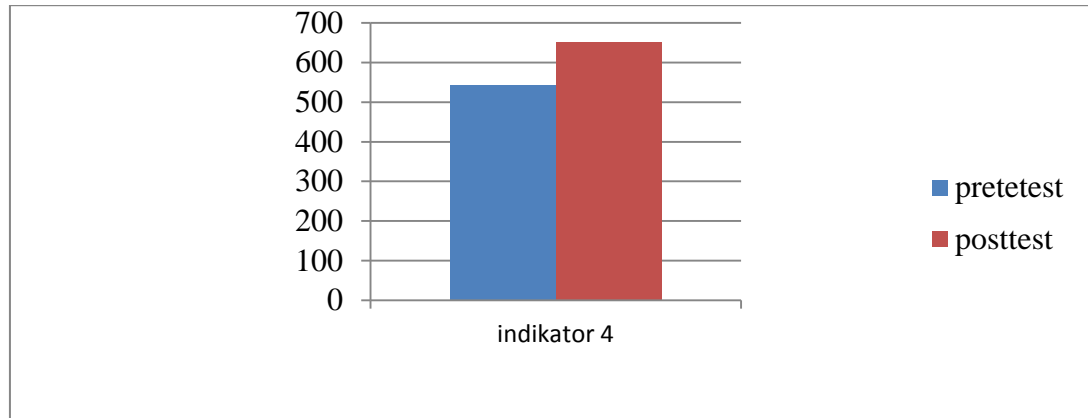
Tabel 19

Hasil Uji T Motivasi Belajar

Peserta Didik Pada Indikator Adanya Kegiatan yang Menarik dalam Belajar

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 Pretest	5.4667	15	.83381	.21529
posttest	6.5333	15	1.12546	.29059

Berdasarkan tabel 19 tersebut pada indikator adanya kegiatan yang menarik dalam belajar dari hasil uji t test *paired samples t-test*, independent *pretest* dan *posttest* meningkat, hal tersebut dapat dilihat pada rata-rata *pre-test* dari 5.4667 dan setelah diberi perlakuan (*treatment*) dengan rata-rata *post-test* 6.5333. Pada indikator adanya kegiatan yang menarik dalam belajar signifikan karena, $\text{sign.2 tailed} < 0.05$ ($0.000 < 0.05$). dilihat dari hasil rata-rata *posttest* menunjukkan lebih besar dari *pretest*. Hal ini menunjukkan pelaksanaan layanan konseling teman sebaya dapat meningkatkan motivasi belajar. . Peningkatan indikator adanya kegiatan yang menarik dalam belajar pada gambar berikut ini:



Gambar 7
Peningkatan Rata-Rata Pretest dan Posttest
Pada indikator adanya kegiatan yang menarik dalam belajar

5) Hasil Uji Efektivitas Konseling Teman Sebaya Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Pada Indikator Adanya Penghargaan Dalam Belajar

Hasil uji efektivitas konseling teman sebaya dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik pada indikator adanya penghargaan dalam belajar sebagai berikut:

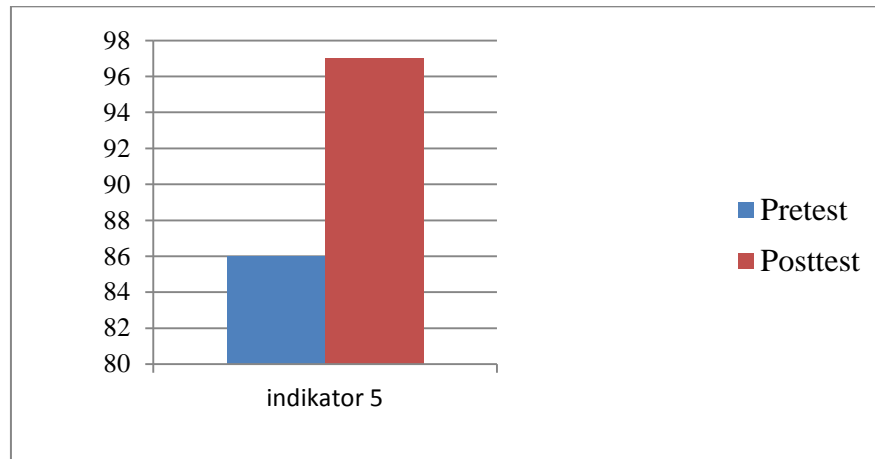
Tabel 20

Hasil Uji T Motivasi Belajar

Peserta Didik pada Indikator Adanya Penghargaan dalam Belajar

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
pretest	8.6667	15	1.79947	.46462
posttest	9.7333	15	1.03280	.26667

Berdasarkan tabel 20 tersebut pada indikator adanya penghargaan dalam belajar dari hasil uji t test *paired samples t-test*, independent *pretest* dan *posttest* meningkat, hal tersebut dapat dilihat pada rata-rata *pre-test* dari 8.6667 dan setelah diberi perlakuan (*treatment*) dengan rata-rata *post-test* 9.7333. Pada indikator adanya penghargaan dalam belajar signifikan karena, $\text{sign.2 tailed} < 0.05$ ($0.000 < 0.05$). dilihat dari hasil rata-rata *posttest* menunjukkan lebih besar dari *pretest*. Hal ini menunjukkan pelaksanaan layanan konseling teman sebaya dapat meningkatkan motivasi belajar. . Peningkatan indikator adanya penghargaan dalam belajar pada gambar berikut ini:



Gambar 8
Peningkatan Rata-Rata Pretest dan Posttest
Pada indikator adanya penghargaan dalam belajar

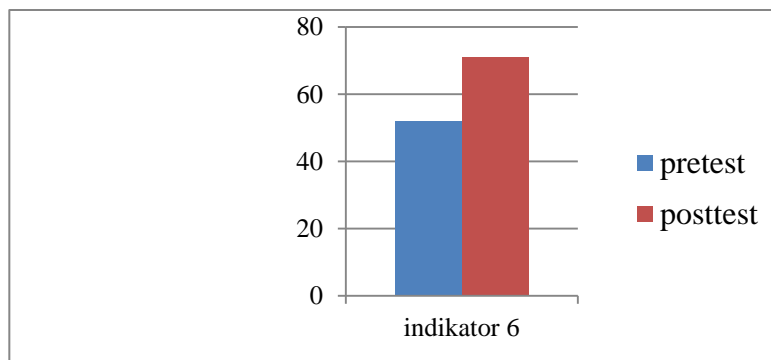
6) Hasil Uji Efektivitas Konseling Teman Sebaya Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Pada Indikator Adanya Lingkungan Belajar Yang Kondusif, Sehingga Memungkinkan Seseorang Peserta Didik Dapat Belajar Dengan Baik

Hasil uji efektivitas konseling teman sebaya dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik pada indikator adanya lingkungan belajar yang kondusif, sehingga memungkinkan seseorang peserta didik dapat belajar dengan baik sebagai berikut:

Tabel 21
Hasil Uji T Motivasi Belajar
Peserta Didik Pada Indikator Adanya Lingkungan Belajar Yang
Kondusif

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	pretest	5.2667	15	1.90738	.49248
	posttest	7.1333	15	1.72654	.44579

Berdasarkan tabel 21 tersebut pada indikator adanya lingkungan belajar yang kondusif, sehingga memungkinkan seseorang peserta didik dapat belajar dengan baik dari hasil uji t test *paired samples t-test*, independent *pretest* dan *posttest* meningkat, hal tersebut dapat dilihat pada rata-rata *pre-test* dari 5.2667 dan setelah diberi perlakuan (*treatment*) dengan rata-rata *post-test* 7.1333. Pada indikator adanya penghargaan dalam belajar signifikan karena, $sign.2\text{-tailed} < 0.05$ ($0.000 < 0.05$). dilihat dari hasil rata-rata *posttest* menunjukkan lebih besar dari *pretest*. Hal ini menunjukkan pelaksanaan layanan konseling teman sebaya dapat meningkatkan motivasi belajar. . Peningkatan indikator adanya lingkungan belajar yang kondusif, sehingga memungkinkan seseorang peserta didik dapat belajar dengan baik gambar berikut ini:



Gambar 9

Peningkatan Rata-Rata Pretest dan Posttest

Pada indikator adanya lingkungan belajar yang kondusif

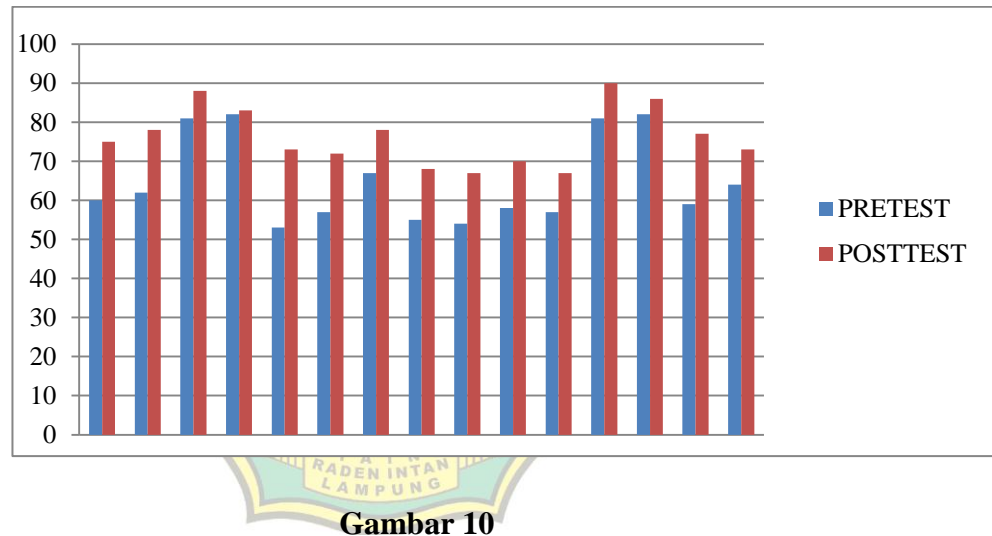
b. Perbandingan Nilai *Pretest*, *Posttest*, dan *Gain Score*

Setelah dilakukan layanan konseling teman sebaya sebagai layanan bimbingan dan konseling didapat hasil *pretest*, *posttest*, dan *gain score* yang dapat dilihat pada tabel 22 sebagai berikut:

Tabel 22
Deskripsi Data *Pretest*, *Posttest*, *Gain Score*

One Group			
No	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<i>Gain Score</i>
1	60	75	15
2	62	78	16
3	81	88	7
4	82	83	1
5	53	73	20
6	57	72	15
7	67	78	11
8	55	68	13
9	54	67	13
10	58	70	12
11	57	67	10
12	81	90	9
13	82	86	4
14	59	77	18
15	64	73	9
Σ	972	1145	173
Ra	64.8	76.33	11.53

Berdasarkan hasil penghitungan rata-rata *pretest* dan *posttest* ($64.8 \leq 76.33$) nilai *posttest* lebih besar dari pada nilai *pretest* maka dapat disimpulkan bahwa setelah pemberian layanan konseling teman sebaya peserta didik mengalami peningkatan motivasi belajar.



Gambar 10

Grafik Peningkatan Motivasi Belajar

Nilai Pretest dan Nilai Posttest

Terlihat dari gambar 10 nilai *Posttest* lebih besar dari pada nilai *pretest*. Maka dapat dikatakan bahwa layanan bimbingan teman sebaya efektif untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik.

B. Pembahasan

1. Pembahasan Umum Motivasi Belajar Peserta Didik di SMA N 8 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2016/2017

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa motivasi belajar peserta didik di SMAN 8 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2016/2017, dari hasil penyebaran angket guna melihat motivasi belajar rendah. Peserta didik yang mengalami rendah nya motivasi belajar terlihat dari rendah

nya skor nilai yang di dapatkan dari penyebaran angket dan juga dilihat dari rendah nya nilai-nilai ulangan harian atau tugas-tugas yang telah guru mata pelajaran berikan. Apabila peserta didik mengalami rendah nya motivasi belajar maka peserta didik nantinya akan mengalami kesulitan dalam proses kenaikan kelas atau ujian kelulusan berlangsung. Peserta didik yang mengalami rendahnya motivasi belajar belum tekun dalam menghadapi soal-soal ulangan atau tugas yang telah diberikan guru, tidak menunjukkan ketertarikan terhadap suatu mata pelajaran, dan tidak ulet dalam memecahkan soal-soal maupun tugas. Hal tersebut yang tidak sesuai dengan pendapat Sardiman A.M yang menyatakan bahwasannya ciri-ciri motivasi belajar sebagai berikut tekun menghadapi tugas, tidak memerlukan dorongan dari luar untuk berprestasi sebaik mungkin, menunjukkan minat terhadap bermacam-macam masalah “untuk orang dewasa (misalnya masalah pembangunan agama, politik, ekonomi, keadilan, pemberantasan korupsi, penentangan terhadap setiap tindak criminal, moral, dan sebagainya), lebih senang berkerja mandiri, cepat bosan pada tugas-tugas yang rutin (hal-hal yang bersifat mekanis, berulang-ulang begitu saja, sehingga kurang kreatif), dapat mempertahankan pendapatnya (kalau sudah yakin akan sesuatu), tidak mudah melepaskan hal yang diyakini itu dan senang mencari dan memecahkan masalah soal-soal.⁶⁴ Ciri-ciri tersebut tidak terlihat terhadap peserta didik tersebut. Untuk melihat motivasi belajar peserta didik peneliti juga menggunakan indikator motivasi belajar yaitu ;adanya harapan dan cita-cita masa depan;adanya penghargaan dalam belajar;adanya kegiatan yang menarik dalam belajar; dan adanya lingkungan belajar yang kondusif, sehingga memungkinkan seseorang peserta didik dapat belajar dengan baik.⁶⁵

⁶⁴ Sardiman A.M, *Op. Cit*, h. 83.

⁶⁵ Uno B.Hamzah, *teori motivasi dan pengukurannya analisis di bidang pendidikan*, PT Bumi aksara, 2012 h. 23

Oleh karena itu dalam penelitian ini peneliti ingin membantu peserta didik untuk meningkatkan motivasi belajar agar peserta didik nantinya tidak mengalami kesulitan dalam ujian dan lebih bersemangat dalam belajar sehingga mendapatkan nilai-nilai yang cukup memuaskan.

2. Efektivitas Konseling sebaya dalam meningkatkan motivasi belajar di SMA Negeri 8 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2016/2017

Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan bahwa terdapat perbedaan setiap indikator antara Pretest dan Posttest. Perbedaan setiap indikator tersebut adalah sebagai berikut:

a) indikator adanya hasrat dan keinginan berhasil

Berdasarkan penyebaran angket motivasi belajar pada Pretest dan Posttest, nilai post test mengalami peningkatan. Nilai pretest meningkat dari 30.17% menjadi 34.86%. Maka dapat dikatakan bahwa layanan konseling teman sebaya efektif untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik. Pada indikator ini, peserta didik sudah terlihat adanya hasrat dan keinginan berhasil dan sesuai dengan salah satu indikator motivasi belajar menurut Hamzah B Uno yang mengatakan yaitu adanya hasrat dan keinginan berhasil.

b) indikator adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar

Berdasarkan penyebaran angket motivasi belajar pada Pretest dan Posttest, nilai post test mengalami peningkatan. Nilai pretest meningkat dari 33.3% menjadi 37%. Maka dapat dikatakan bahwa layanan konseling teman sebaya efektif untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik. Pada indikator ini, peserta didik sudah terlihat adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar dan sesuai dengan salah satu indikator motivasi belajar menurut Hamzah B Uno yaitu adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar.

c) indikator adanya harapan dan cita-cita masa depan

Berdasarkan penyebaran angket motivasi belajar pada Pretest dan Posttest, nilai post test mengalami peningkatan. Nilai pretest meningkat dari 27.73% menjadi 40.27%. Maka dapat dikatakan bahwa layanan konseling teman sebaya efektif untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik. Pada indikator ini, peserta didik sudah terlihat adanya harapan dan cita-cita masa depan dan sesuai dengan salah satu indikator motivasi belajar menurut Hamzah B Uno yaitu adanya harapan dan cita-cita masa depan.

d) indikator adanya kegiatan yang menarik dalam belajar

Berdasarkan penyebaran angket motivasi belajar pada Pretest dan Posttest, nilai post test mengalami peningkatan. Nilai pretest meningkat dari 32.8% menjadi 39.2%. Maka dapat dikatakan bahwa layanan konseling teman sebaya efektif untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik. Pada indikator ini, peserta didik sudah terlihat adanya harapan dan cita-cita masa depan dan sesuai dengan salah satu indikator motivasi belajar menurut Hamzah B Uno yaitu adanya harapan dan cita-cita masa depan.

e) indikator adanya penghargaan dalam belajar

Berdasarkan penyebaran angket motivasi belajar pada Pretest dan Posttest, nilai post test mengalami peningkatan. Nilai pretest meningkat dari 34.67% menjadi 38.93%. Maka dapat dikatakan bahwa layanan konseling teman sebaya efektif untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik. Pada indikator ini, peserta didik sudah terlihat adanya penghargaan dalam belajar dan sesuai dengan salah satu indikator motivasi belajar menurut Hamzah B Uno yaitu adanya penghargaan dalam belajar.

f) Indikator adanya lingkungan belajar yang kondusif

Berdasarkan penyebaran angket motivasi belajar pada Pretest dan Posttest, nilai post test mengalami peningkatan. Nilai pretest meningkat dari 31.6% menjadi 42.8%.

Maka dapat dikatakan bahwa layanan konseling teman sebaya efektif untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik. Pada indikator ini, peserta didik sudah terlihat adanya kenyamanan terhadap lingkungan belajar dan menciptakan lingkungan yang kondusif hal ini sesuai dengan salah satu indikator motivasi belajar menurut Hamzah B Uno yaitu adanya lingkungan belajar yang kondusif.

C. Keterbatasan Penelitian

Meskipun penelitian ini telah dilaksanakan dengan sebaik mungkin, namun peneliti menyadari betul bahwa masih banyak kekurangannya. Peneliti sebagai pelaksana konseling teman sebaya mengalami beberapa hambatan. Pada awalnya peneliti sedikit kesulitan dalam proses pelatihan konselor teman sebaya itu sendiri dikarenakan peneliti harus terlebih dahulu memberikan beberapa materi terkait proses kegiatan konseling teman sebaya yang nantinya akan mereka jalankan. Namun, hal itu dapat diatasi oleh peneliti, dan peneliti juga di bantu oleh guru BK di sekolah dalam proses pelatihan konselor teman sebaya itu sendiri.

Hambatan selanjutnya adalah kesulitan dalam proses monitoring antara kegiatan konselor teman sebaya pada saat memberikan proses konseling dikarenakan jumlah sampel yang lumayan banyak dan peneliti harus lebih jeli dalam proses penilaian tersebut apakah proses konseling yang mereka jalankan benar-benar sesuai dengan norma-norma yang berlaku.

Selain keterbatasan tersebut, dimungkinkan juga ada jawaban yang tidak sesuai dengan keadaan sebenarnya dari peserta didik karena alasan-alasan tertentu. Namun peneliti sudah berusaha meyakinkan kepada peserta didik untuk merubah diri menjadi lebih baik dan terus semangat berproses hingga motivasi belajar mereka pun meningkat dan sesuai dengan yang diharapkan.

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian “Efektivitas Konseling Sebaya Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik Kelas XI SMA Negeri 8 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2016/2017”, maka diperoleh simpulan sebagai berikut:

1. Peningkatan Motivasi Belajar peserta didik dapat dilihat dari hasil *pretest* yang menunjukkan persentase rata-rata sebesar 64.8% . Setelah mendapatkan *treatment* menggunakan konseling teman sebaya sebagai layanan bimbingan dan konseling, motivasi belajar peserta didik mengalami peningkatan. Hasil *posttest* menunjukkan persentase rata-rata meningkat sebesar 76.33%. layanan konseling sebaya dalam meningkatkan motivasi belajar sebagai media bimbingan dan konseling ini terbukti dari hasil uji t.
2. Berdasarkan hasil perhitungan pengujian diperoleh t adalah -8.739, *mean* 1.31969, 95% *confidence interval of the difference*, *lower* = -14.36379 dan *upper* = -8.70288, kemudian t_{hitung} dibandingkan dengan t_{tabel} $df = 14$, dengan ketentuan $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($8.739 > 1.771$) dikarenakan peneliti mengambil taraf signifikan $\alpha = 0.05$ dengan nilai distribusi nilai satu arah untuk kriteria pengujian hipotesis yang peneliti ajukan, dengan demikian ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Jadi dapat disimpulkan bahwa efektivitas konseling sebaya dalam meningkatkan motivasi belajar dapat berpengaruh dalam meningkatkan motivasi belajar.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti memberikan saran-saran kepada beberapa pihak yaitu :

1. Bagi Peserta Didik

Peserta didik perlu menumbuhkan hasrat, keinginan dan semangat untuk dapat aktif dalam proses berjalannya layanan konseling teman sebaya yang diberikan oleh konselor sebaya sehingga akan meningkatkan motivasi belajar.

2. Bagi Guru Bimbingan Dan Konseling

Guru bimbingan dan konseling hendaknya dapat memprogramkan dan melaksanakan pelayanan konseling teman sebaya secara teratur, berkelanjutan untuk meningkatkan motivasi belajar dan untuk membantu meringankan tugas dari pada guru Bk tersebut.

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

Kepada peneliti lain yang akan melakukan penelitian tentang motivasi belajar pada peserta didik hendaknya dapat memberikan solusi dengan pemberian *treatment* seperti training motivasi untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik sebagai tindak lanjut dari layanan konseling sebaya dalam meningkatkan motivasi belajar pada peserta didik SMA N 8 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2016/2017

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Mujib Muhaimin, *Pemikiran Pendidikan Islam*, Bandung: Trigenda Karya, 2003
- Cholid Narbuko dan Abu Ahmad, *Metodologi Penelitian*, Jakarta: Bumi Aksara, 1997
- Departemen Agama RI, *Al Qur'an Dan Terjemahannya*, Bandung: CV Jumanatul Ali Art, 2004
- E. Mulyasa, *Praktik Penelitian Tindakan Kelas* Bandung : PT. Remaja Rosdakarya, 2009
- H. A. Razak Dan H. Rais Latief, *Terjemahan Hadits Shahih Muslim*, Juz I, (Jakarta: Pustaka Harun, 2006
- H. Sulaiman Rasyid, *Fiqih Islam*, Bandung: Sinar Baru Algensido, 2010
- Hasbi Ash Shiddieqy, *Pedoman Shat*, Jakarta: Bulan Bintang, 1992
- Hisyam Zaini, *Strategi Pembelajaran Akif* , Yogyakarta: Insan Madani, RP Pess, 2008
- Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif* , Bandung: Rosdakarya, 2012
- M. Basyiruddin Usman, *Metodologi Pemebelajaran Agama Islam* ,Jakarta: Ciputat Pers, 2002
- Martin, *Dasar-dasar Perencanaan Pendidikan*, Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2013
- N. K, Roestiyah. *Strategi Belajar Mengajar.*, Jakarta:Rineka Cipta, 2009
- Ramayulis, *Metodologi Pendidikan Agama Islam* , Jakarta: Kalam Mulia, 2014

Redaksi Sinar Grafika, *Undang-Undang No 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional* , Jakarta: Sinar Grafika Offset, 2008

S. Margono, *Metodo Penelitian Pendidikan*, Jakarta: Rineka Cipta, 2004

..... , *Metodologi Penelitian Pendidikan* , Jakarta: Rineka Cipta, Cet 8, 2010

Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R & D)*, Cet. VII , Bandung: Alfabeta, 2009

....., *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif , Kualitatif dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2012 Cet. Ke 8, h. 203

Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, Jakarta: Rineka Cipta, Edisi Revisi, 2006

Wina Sanjaya, *Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan* (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2009

....., *Strategi Pembelajaran Standar Proses Pendidikan*, Jakarta: Kencana, 2011

Zainal Aqib, *Penelitian Tindakan kelas*, Bandung : Yrama Widya, 2006

Zakiah Daradjat, Dkk, *Dasar-Dasar Agama Islam*, Jakarta: Bulan Bintang, 1984

....., Dkk. *Metodik Khusus Pengajaran Agama Islam* , Jakarta: Bumi Aksara. 2008

....., Dkk, *Metodik Khusus Pengajaran Agama Islam*, Jakarta: Bumi Aksara, 1995

Zuharini & Abdul Ghofur, Dkk. *Methodik Pendidikan Usana*, Surabaya: Offset Printing, 2007



LAMPIRAN

**ANGKET
MOTIVASI BELAJAR**

Nama :
Kelas/ Semester :
Hari/tanggal :

Petunjuk

1. Pada kuesioner ini terdapat 25 pernyataan. Pertimbangkan baik-baik setiap pernyataan. Berilah jawaban yang benar-benar cocok dengan pilihanmu.
2. Pertimbangkan setiap pernyataan secara terpisah dan tentukan kebenarannya. Jawabanmu jangan di pengaruhi oleh jawaban terhadap pernyataan lain.
3. Catat responan pada lembar jawaban yang tersedia, dan ikuti petunjuk-petunjuk lain yang mungkin di berikan berkaitan dengan lembar jawaban. Terimakasih.

Isilah dengan tanda check (✓) pada kolom dari setiap nomor pernyataan yang paling sesuai dengan apa yang anda alami. Pengertian yang ada dalam kolom tersebut adalah sebagai berikut.

Keterangan Pilihan jawaban:

SS	= SangatSetuju
S	= Setuju
R	= Ragu-ragu
TS	= Tidaksetuju
STS	= SangatTidakSetuju

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban				
		SS	S	R	TS	STS
1	Saya hanya bersikap diam dan pasif, ketika saya tidak mengerti materi pelajaran yang diberikan oleh guru					
2	Saya akan kecewa, ketika mendapat kan hasil yang tidak memuaskan					
3	Ketika ada teman yang sedang presentasi di depankelas, jika kurang setuju saya akan langsung mengkritik					
4	Prestasi akan meningkat jika saya rajin belajar					
5	Jika saya tidak menyukai suatu pelajaran, saya akan menghindari untuk belajar pelajaran tersebut					
6	Belajar bersama teman teman dalam bentuk kerja kelompok sangat bermanfaat dan menyenangkan					
7	Saya suka membaca buku-buku pengetahuan di perpustakaan					
8	Membeli buku buku pengetahuan tentang pelajaran merupakan penunjang untuk belajar					
9	Belajar merupakan kebutuhan dalam hidup saya					

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban				
		SS	S	R	TS	STS
10	Ketika di kelas saya suka melihat tugas-tugas teman, dari pada mengerjakannya sendiri					
11	Saya tidak pernah mengerjakan pekerjaan rumah (PR) yang diberikan oleh guru					
12	Dalam mengerjakan tugas, saya berusaha dengan kemampuan menurut ukuran saya					
13	Ketika mengerjakan tugas di kelas, saya lebih sering mengobrol dari pada mengerjakan tugas-tugas tersebut					
14	Ketika guru memberikan tugas untuk merangkum materi yang telahdijelaskan, saya tidak membuat rangkuman catatan-catatan tersebut					
15	Saya sering kurang focus terhadap suatu materi pelajaran, ketika guru sedang menjelaskan					
16	Saya yakin bahwa apa yang saya cita-citakan akan tercapai jika saya giat belajar					
17	Saya kurang berminat membicarakan tentang cita-cita dan masa depan					
18	Saya belajar untuk mempersiapkan diri mewujudkan cita-cita dan masa depan					

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban				
		SS	S	R	TS	STS
19	Memperoleh hasil yang memuaskan membuat saya dapat perhatian yang lebih dari guru dan teman-teman					
20	Saya mengharapkan hadiah, ketika saya meraih prestasi					
21	Saya suka berkompetisi dan bersaing dengan teman-teman dalam pelajaran					
22	Saya kurang berminat berkompetisi dan bersaing dengan teman-teman dalam pelajaran					
23	Tugas-tugas yang menantang, membuat saya terdorong untuk semakin meningkatkan prestasi belajar saya					
24	Pada saat belajar di kelas, saya tidak nyaman ketika ada teman-teman yang ribut di kelas					
25	Kelas yang rebut dan gaduh, tetap membuat saya nyaman untuk belajar					

NO	NAMA	KELAS	PERTEMUAN KE -1	PERTEMUAN KE-2	PERTEMUAN KE-3
1	DRYANTAMA AZHARI	XI IPA 6			
2	DWI CAHYO AJIED RUSTADI	XI IPA 6			
3	ERLIN YEHESKIA FIONI	XI IPA5			
4	FANNY INDRA PRATAMA	XI IPA 5			
5	FRISKA VALENTINA	XI IPA 5			
6	GHEANY FEBIDHANTY	XI IPS 6			
7	ISNAINI DWIDAYANTI	XI IPS 7			
8	JENNY KHARISMA PUTRI R.	XI IPS 7			
9	M AGI AKBAR	XI IPS 5			
10	M.HANGGUMANSYAH	XI IPS 5			

DAFTAR HADIR PELATIHAN KONSELOR SEBAYA KELAS XI SMA N 8

BANDAR LAMPUNG

Peneliti

**RISNASARIZ
1211080083**

DAFTAR HADIR RESPONDEN KELAS XI SMA N 8 BANDAR LAMPUNG

NO	NAMA	KELAS	Pertemuan Ke-1	Pertemuan Ke- 2	Pertemuan Ke-3
1	Muhammad Risky Prakoso				
2	Muhammad Robih Setiawan				
3	Nadia				
4	Nadiya Eka Wahyuni				
5	Nanda Putri				
6	Reza Arman Prayuda				
7	Ranov Humaira				
8	M.Bagas Alghofari				
9	M.Dicky				
10	Mila Iranda				
11	Muhammad Afifi				
12	Muhammad Hendri				
13	Nilam Nurfani				
14	Nurul Fidiah				
15	Pratiwi				

Peneliti

**RISNASARIZ
1211080083**

KETERAMPILAN ATTENDING

A. Pengantar

Tingkah laku attending sangat berkaitan dengan rasa hormat konselor terhadap konseli yang harus ditampakkan ketika perhatian secara penuh diberikan kepada konseli. Tingkah laku attending sangat penting dalam semua komunikasi positif anatar individu. Keterampilan ini dapat dipelajari dan harus ditampakkan oleh konselor dalam proses pelayanan-pelayanan yang diberikan. Melalui berbagai contoh dan praktik yang cukup, setahap demi setahap keterampilan ini dapat dikuasai oleh peserta pelatihan.

B. Tujuan

Setelah mengikuti pelatihan bagian ini, peserta pelatihan diharapkan:

- 1) Mampu membedakan perilaku attending nonverbal yang efektif dengan tingkah laku attending nonverbal yang tidak efektif.
- 2) Mampu mengkomunikasikan tingkah laku attending nonverbal yang afektif.

C. Materi

Attending adalah pemberi perhatian fisik kepada orang lain. *Attending* juga berarti mendengarkan dengan menggunakan seluruh tubuh kita. *Attending* merupakan komunikasi nonverbal yang menunjukkan bahwa konselor memberikan perhatian secara penuh terhadap lawan bicara yang sedang berbicara. Keterampilan attending meliputi: keterlibatan postur tubuh, gerakan tubuh secara tepat, kontak mata, dan lingkungan yang nyaman.

1. Keterlibatan Tubuh

Bahasa tubuh sering kali "berbicara lebih keras" dari pada bahasa verbal. Suatu komunikasi menjadi lebih kuat jika konselor menampilkan sikap tubuh yang rileks tetapi penuh perhatian dan siap siaga mendengarkan pembicaraan konseli, agak condong kedepan menghadap konseli dengan tetap menjaga situasi dan posisi diri yang terbuka dalam jarak yang tepat dari konseli. Seorang pendengar

yang baik mengkomunikasikan perhatiannya melalui ekspresi tubuh yang rileks selama pembicaraan berlangsung. Ekspresi rileks mengandung pesan bahwa "Saya merasa nyaman bersamamu dan saya menerima anda". Sedangkan kesiapsiagaan perhatian yang ditunjukkan melalui ekspresi tubuh menunjukkan bahwa, "Saya merasa apa yang anda ceritakan adalah penting, dan saya sungguh memahami anda". Perpaduan antara kedua pesan tubuh tersebut menghasilkan aktivitas mendengarkan yang efektif.

Posisi tubuh konselor yang sedikit condong ke depan ke arah konseli, mengkomunikasikan pesan bahwa konselor memberikan perhatian yang lebih besar. Sebaliknya, posisi tubuh yang condong ke belakang bersandar pada kursi dipandang kurang memberikan perhatian kepada konseli. Pandangan dengan muka lurus menghadap ke arah konseli akan membantu konselor mengkomunikasikan bahwa konselor melibatkan diri secara penuh dalam pembicaraan konseli.

Hal penting lain yang perlu diperhatikan adalah menjaga posisi tubuh tetap terbuka dengan tidak menyilangkan kaki dan atau menyilangkan tangan. Kaki yang disilangkan, atau tangan yang bersidakep (menyilang rapat kedua tangan) dapat meng- (salah satu contoh bukan attending) gambarkan ketertutupan atau sikap bertahan. Jarak antara konselor dengan konseli juga perlu diperhatikan. Jarak yang terlalu dekat atau terlalu jauh akan mengganggu komunikasi karena konseli merasa kurang nyaman. Meskipun demikian jarak yang paling nyaman antara konselor dan konseli sangat tergantung dari budaya masing-masing. Oleh karena itu konselor seyogyanya mencermati dan peka terhadap ekspresi atau sinyal yang ditunjukkan oleh konseli terkait dengan jarak yang diambil oleh konselor dari konseli. Pada umumnya, jarak 90 – 100 cm adalah jarak yang nyaman bagi kebanyakan masyarakat.

2. Gerak Tubuh secara Tepat

Gerak tubuh yang tepat merupakan bagian utama dari aktivitas mendengarkan dengan baik. Seorang konselor yang sedang mendengarkan konselinya tetapi tanpa diikuti dengan gerakan tubuh akan tampak kaku, dingin, dan terasa adanya jarak yang jauh. Sebaliknya konselor yang menyertakan gerakan-gerakan aktif saat mendengarkan konseli (bukan gerakan gelisah atau gerakan grogi) akan dimaknai sebagai konselor yang bersahabat, dan hangat. Pada umumnya orang lebih suka berbicara dengan pendengar yang gerakan tubuhnya tidak kaku dan tidak terpaku. Meskipun demikian, hindari gerakan-gerakan tubuh dan mimik wajah yang merusak. Konselor yang baik menggerakkan tubuhnya dalam merespon klien yang sedang berbicara kepadanya.

Sebaliknya konselor yang tidak efektif, melakukan gerakan-gerakan untuk merespon hal-hal yang tidak terkait dengan pembicaraan konseli, misalnya memainkan pensil atau kunci, memainkan uang logam, gugup dan gelisah, mengetuk-ngetukkan jari, mematah-matahkan (menggeretakkan) tulang jari-jemari secara terus menerus duduk beringsut, secara terus menerus memindah-mindahkan kaki menyilang, duduk dengan satu kaki diangkat dan ditumpangkan pada kaki lainnya sambil digerak-gerakkan. Ketika seseorang sedang berbicara kepadanya, konselor juga tidak boleh melakukan hal-hal yang dapat merusak suasana seperti, menonton televisi, menggelengkan atau menganggukkan kepala kepada orang lain yang lewat, mengerjakan aktivitas lain seperti membaca koran, dan menyiapkan makanan atau minuman.

3. Kontak Mata

Kontak mata yang efektif mengekspresikan minat dan keinginan untuk mendengarkan orang lain. Kontak mata mencakup pemusatan pandangan mata secara lembut pada pembicara dan kadang-kadang memindahkan pandangan dari wajah konseli ke bagian tubuh lainnya misalnya tangan,

dan kemudian kembali ke wajah, lalu kontak mata terjadi lagi. Kontak mata tidak terjadi jika konselor memandang jauh atau membuang pandangan dari konseli, memandang wajah konseli dengan pandangan kosong, dan konselor menghindari tatapan mata konseli. Kontak mata memungkinkan konseli menyadari penerimaan konselor terhadap diri konseli beserta pesan-pesan dan keluhan-keluhan yang disampaikan konseli. Kontak mata membantu konseli untuk menggambar-kan betapa amannya dia bersama dengan konselor.

Demikian pula konselor, melalui kontak mata konselor dapat menangkap makna yang lebih mendalam dari berbagai hal yang disampaikan konseli kepadanya. Kontak mata bisa diibaratkan sebagai "jendela" untuk melihat pengalaman dan dunia pribadi yang mendalam dari konseli. Kemampuan untuk memiliki kontak mata yang baik merupakan bagian penting dan pokok dari komunikasi antar individu. Kontak mata merupakan salah satu keterampilan mendengarkan yang efektif. Kontak mata yang buruk mungkin menjadi pertanda dari sebuah ketidak-acuhan atau ketidak-tertarikan.

3. Lingkungan yang nyaman

Attending menuntut pemberian perhatian kepada orang lain. Hal ini tidak mungkin terjadi dalam lingkungan yang bising, hiruk pikuk, dan kacau. Radio, televisi dan sejenisnya bisa menjadi pengganggu, oleh karena itu perlu dimatikan. Demikian juga dering telephon.

D. Prosedur Berlatih

1. Baca dan pahami materi Keterampilan *Attending* yang telah disajikan dalam modul.
2. Perhatikan berbagai contoh tingkah laku *attending* non verbal yang diperagakan pelatih / fasilitator.
3. Buatlah pasangan-pasangan (berpasanganlah) diantara sesama peserta dan secara bergantian lakukanlah berbagai tingkah laku *attending* non verbal seperti telah

diperagakan oleh pelatih/fasilitator yang meliputi: mempertahankan posisi terbuka, duduk condong ke depan, kontak mata, wajah menghadap konseli, ekspresi wajah yang menunjukkan bahwa konselor mendengarkan secara sungguh-sungguh.

4. Masih berpasangan, lakukan tingkah laku yang seyogyanya tidak dilakukan konselor dalam proses *attending*, lakukan secara bergantian.
5. Isilah Format M.1.1
6. Diskusikan dalam kelompok kecil (4 orang) pengalaman yang diperoleh masing-masing dalam melakukan keterampilan *attending*, dan dengarkan pula komentar teman (pasangan masing-masing). Lakukan secara bergantian sehingga semua anggota kelompok menyampaikan pengalamannya.

E. Waktu

Waktu yang dibutuhkan untuk kegiatan ini adalah 250 menit.

F. Alat Bantu

Alat bantu yang dibutuhkan untuk pelatihan ini adalah kertas kerja (Format M.1.1), spidol, papan tulis, LCD projector, VCD Konseling Teman Sebaya, dan komputer / laptop (sekaligus sebagai VCD player), slide tingkah laku *attending*, dan modul Keterampilan *Attending*.

G. Evaluasi

Evaluasi dilakukan dengan mengamati kemampuan para peserta pelatihan dalam membedakan tingkah laku-tingkah laku *attending* yang efektif dan tingkah laku *attending* yang tidak efektif.

KETERAMPILAN BEREMPATI

A. Pengantar

Empati merupakan salah satu kunci untuk dapat meningkatkan kualitas komunikasi antar individu. Empati berarti konselor dapat merasakan secara mendalam apa yang dirasakan oleh konseli tanpa kehilangan identitas dirinya. Keterampilan berempati dapat dipelajari. Konselor dapat memahami perasaan-perasaan konseli dengan melihat raut wajah dan bahasa isyarat tubuh, serta dengan mencermati bahasa verbalnya. Sejak kecil manusia telah mengenal emosi-emosi dasar seperti rasa senang/bahagia, sedih, marah, terkejut, jijik, dan takut. Selain terdapat kesamaan antar budaya, cara-cara individu mengekspresikan perasaan-perasaan tersebut juga memiliki keunikan.

B. Tujuan

Setelah mengikuti sesi pelatihan ini diharapkan peserta mampu: 1. Mengidentifikasi perasaan-perasaan orang lain. 2. Merespon secara empatik perasaan-perasaan yang diungkapkan oleh orang lain.

C. Materi

Empati merupakan kemampuan untuk memahami pribadi orang lain sebaik dia memahami dirinya sendiri. Tingkah laku empatik merupakan salah satu keterampilan mendengarkan dengan penuh pemahaman (mendengarkan secara aktif). Seorang konselor hendaknya dapat menerima secara tepat makna dan perasaan-perasaan konselinya. Konselor yang empatik mampu ”merayap di bawah kulit konseli” dan melihat dunia melalui mata konseli, mampu mendengarkan konseli dengan tanpa prasangka dan tidak menilai (jelek), dan mampu mendengarkan cerita konseli dengan baik. Konselor yang empatik dapat merasakan kepedihan konseli tetapi dia tidak larut terhanyut karenanya. Dengan demikian konselor yang empatik mampu membaca tanda-tanda (isyarat, gesture, mimik) yang menggambarkan keadaan psikologis dan

emosi yang sedang dialami orang lain. Orang yang empatik mampu merespon secara tepat kebutuhan-kebutuhan orang lain tanpa kehilangan kendali.

Sebagian individu terampil menginterpretasikan ekspresi non verbal (ekspresi wajah, nada suara, bahasa tubuh), dan pikiran serta perasaan orang lain. Sementara, orang lain tidak mengembangkan keterampilan-keterampilan tersebut sehingga tidak mampu menempatkan dirinya dalam “diri orang lain”, tidak dapat memperkirakan apa yang sedang orang lain rasakan, dan tidak dapat memperkirakan apa yang orang lain senang lakukan. Hal demikian tentu sangat merugikan hubungan personal dengan orang lain. Individu dengan empati yang rendah, cenderung mengulangi pola-pola tingkah laku yang sama yang tidak menyenangkan orang lain, dan cenderung menyamaratakan perasaan dan keinginan orang lain.

Empati berbeda dengan simpati dan antipati. Apati berarti tidak peduli dan tidak melibatkan perasaan atau tidak menaruh minat dan perhatian terhadap seseorang atau beberapa orang. Seseorang yang apati terhadap sesuatu biasanya tidak mau melibatkan diri, dan biasanya memberikan pesan non verbal yang mengisaratkan ketidakpedulian seperti “Apa peduliku”, “Ah, itu masalahmu, bukan urusanku”, dan lain sebagainya. Dalam masyarakat moderen seperti sekarang ini, kita memang perlu bersikap apati untuk orang-orang tertentu. Keterampilan mendengarkan dengan penuh pemahaman (mendengarkan secara aktif). Seorang konselor hendaknya dapat menerima secara tepat makna dan perasaan-perasaan konselinya. Konselor yang empatik mampu “merayap di bawah kulit konseli” dan melihat dunia melalui mata konseli, mampu mendengarkan konseli dengan tanpa prasangka dan tidak menilai (jelek), dan mampu mendengarkan cerita konseli dengan baik. Konselor yang empatik dapat merasakan kepedihan konseli tetapi dia tidak larut terhanyut karenanya. Dengan demikian konselor yang empatik mampu membaca tanda-tanda (isyarat, gesture, mimik) yang menggambarkan keadaan psikologis dan emosi yang sedang dialami orang lain. Orang yang empatik mampu merespon secara tepat kebutuhan-kebutuhan orang lain tanpa kehilangan kendali.

Sebagian individu terampil menginter-pretasikan ekspresi non verbal (ekspresi wajah, nada suara, bahasa tubuh), dan pikiran serta perasaan orang lain. Sementara, orang lain tidak mengembangkan keterampilan-keterampilan tersebut sehingga tidak mampu menempatkan dirinya dalam “diri orang lain”, tidak dapat memperkirakan apa yang sedang orang lain rasakan, dan tidak dapat memperkirakan apa yang orang lain senang lakukan. Hal demikian tentu sangat merugikan hubungan personal dengan orang lain. Individu dengan empati yang rendah, cenderung mengulangi pola-pola tingkah laku yang sama yang tidak menyenangkan orang lain, dan cenderung menyamaratakan perasaan dan keinginan orang lain.

Empati berbeda dengan simpati dan antipati. Apati berarti tidak peduli dan tidak melibatkan perasaan atau tidak menaruh minat dan perhatian terhadap seseorang atau beberapa orang. Seseorang yang apati terhadap sesuatu biasanya tidak mau melibatkan diri, dan biasanya memberikan pesan non verbal yang mengisaratkan ketidakpedulian seperti “Apa peduliku”, “Ah, itu masalahmu, bukan urusanku”, dan lain sebagainya. Dalam masyarakat moderen seperti sekarang ini, kita memang perlu bersikap apati untuk orang-orang tertentu.

Apati	Empati	Simpati
“Aku tak peduli”	“Nampaknya kamu benar-benar sedih hari ini.”	”Kasihankamu...”
”Itu masalahmu, bukan urusanku!”	”Kelihatannya kamu benar-benar kecewa karenanya.”	”Sungguh saya sangat mengkhawatirkanmu.”

D. Prosedur Berlatih

1. Pahami modul Keterampilan Berempati, tanyakan kepada fasilitator hal-hal yang kurang anda pahami.
2. Perhatikan penjelasan lebih lanjut dari fasilitator tentang keterampilan berempati.

3. Dalam kelompok kecil (3 orang), diskusikan perasaan-perasaan yang tergambar dari berbagai ekspresi wajah yang ditayangkan dalam slide projector (kerjakan Format M.2.1)
4. Dengan bimbingan fasilitator, diskusikan hasil kerja kelompok dalam diskusi kelas.
5. Perhatikan penjelasan dan contoh yang didemonstrasikan fasilitator tentang penggunaan paraphrase sebagai salah satu pengungkapan empati.
6. Kerjakan Format M.2.2. kemudian diskusikan hasilnya dalam kelompok.

E. Waktu

Waktu yang dibutuhkan untuk kegiatan ini adalah 250 menit.

F. Alat Bantu

Alat bantu yang dibutuhkan adalah kertas kerja (Format M.2.1 dan Format M.2.2), spidol, papan tulis, LCD projector, VCD Konseling Teman Sebaya, komputer / laptop (sekaligus sebagai VCD player), slide berbagai ekspresi emosi, dan modul Keterampilan Berempati.

G. Evaluasi

Evaluasi dilakukan dengan mengamati ketepatan peserta pelatihan dalam 1) mengidentifikasi perasaan yang diekspresikan peserta lain dan atau ekspresi dalam gambar; 2) mengekspresikan respon-respon empatik melalui verbal dan gesture.

KETERAMPILAN BERTANYA

A. Pengantar

Keterampilan bertanya merupakan salah satu bagian penting dari suatu dialog antara konselor dengan konseli. Pertanyaan yang baik sangat membantu konseli dalam memperoleh pemahaman tentang berbagai hal yang menjadi dan atau terkait dengan topik pembicaraan. Cara-cara mengajukan pertanyaan yang baik membutuhkan keterampilan. Pelatihan ini memberikan kesempatan kepada anda untuk belajar menguasai keterampilan tersebut.

B. Tujuan

Setelah mengikuti pelatihan ini diharapkan peserta dapat:

1. Memahami pertanyaan-pertanyaan yang baik.
2. Menggunakan pertanyaan-pertanyaan terbuka dan tertutup secara tepat.
3. Mengajukan pertanyaan secara efektif dan menjaga komunikasi timbal balik dengan ”konseli”.

C. Materi

Dalam komunikasi antara konselor dan konseli, konselor dapat membantu konseli untuk memperoleh pemahaman yang lebih baik dengan mengajukan pertanyaan terbuka dan pertanyaan tertutup. Pertanyaan terbuka adalah pertanyaan yang memungkinkan konseli memberikan jawaban secara terbuka dan luas. Pertanyaan terbuka dapat membantu konseli menggali dirinya guna memperoleh pemahaman diri yang lebih baik. Melalui penggunaan pertanyaan terbuka, konselor juga mengkomunikasikan minatnya untuk membantu konseli dalam mengeksplorasi diri. Pertanyaan terbuka dapat diungkapkan misalnya dengan ”Apa yang anda pikirkan

ketika merenung sendirian?” ”Bagaimana perasaan anda ketika dia meninggalkan anda?” ”Apa rencana anda selanjutnya?”.

Pertanyaan tertutup adalah pertanyaan yang biasanya dapat dijawab dengan jawaban ya atau tidak, atau dijawab dengan satu dua kata. Beberapa contoh pertanyaan tertutup adalah, ”Ketika ibumu meninggal kamu berusia berapa tahun?” ”Apakah anda merasa kesal atas perlakuan yang anda terima?” ”Berapa jumlah saudara kandungmu?”. Pertanyaan tertutup cenderung memutus pembicaraan. Pertanyaan tertutup lebih menekankan pada isi pembicaraan yang faktual dari pada memperhatikan perasaan. Jika konselor menginginkan konseli berbicara banyak tentang berbagai hal, penggunaan pertanyaan tertutup kurang tepat. Meskipun demikian, jika konselor menginginkan konseli memberikan suatu jawaban yang singkat dan jelas, pertanyaan tertutup tepat digunakan. Pertanyaan tertutup sering kali menimbulkan kesan pada konseli bahwa konselor kurang menaruh perhatian kepada konseli.

D. Prosedur Berlatih

1. Pahami modul Keterampilan Bertanya, diskusikan hal-hal yang anda anggap penting dengan fasilitator.
2. Ikutilah penjelasan lebih lanjut tentang tujuan, manfaat dan penggunaan keterampilan bertanya yang disampaikan oleh fasilitator.
3. Perhatikan contoh yang didemonstrasikan oleh fasilitator, dan tanyakan jika ada bagian-bagian yang belum bisa anda fahami.
4. Kerjakan Format M.3.1, diskusikan hasilnya dalam kelompok kecil yang terdiri dari tiga orang.
5. Dalam kelompok kecil yang terdiri dari tiga orang, simulasikan contoh-contoh pertanyaan terbuka dan pertanyaan tertutup yang telah dituangkan dalam Format M.3.1. Pada saat seorang teman menyimulasikan tiap-tiap pertanyaan, seorang teman lainnya berperan menjawab pertanyaan, dan seorang sisanya menjadi

pengamat yang harus memperhatikan dan memberi umpan balik. Lakukan secara bergantian sehingga semua anggota pernah mengalami semua peran tersebut.

E. Waktu

Waktu yang dibutuhkan untuk pelatihan sesi ini adalah 150 menit (tidak termasuk latihan dan penugasan yang dilakukan di luar forum pelatihan).

F. Alat Bantu

Alat bantu yang dibutuhkan adalah modul Keterampilan Bertanya, kertas kerja (Format M.3.1), spidol, papan tulis, LCD projector, dan komputer/laptop.

G. Evaluasi

Evaluasi proses dilakukan dengan mengamati kemampuan peserta menganalisis masukan-masukan atau umpan balik yang diperoleh selama sesi pelatihan berlangsung. Evaluasi hasil dilakukan dengan melihat kemampuan peserta membedakan antara pertanyaan-pertanyaan terbuka dan pertanyaan tertutup yang tertuang dalam Format isian M.5.1, kemampuan peserta menggunakan pertanyaan terbuka dan tertutup dalam konteks komunikasi antar pribadi.

KETERAMPILAN KONFRONTASI

A. Pengantar

Dalam berkomunikasi dengan konseli, seringkali diperoleh isi pembicaraan atau isi pesan yang bertentangan. Seorang konselor dituntut mampu mengkomunikasikan pesan ganda (pesan yang bertentangan) tersebut kepada konseli dengan cara-cara yang dapat diterima oleh konseli. Keterampilan untuk mengkomunikasikan pesan ganda tersebut disebut keterampilan konfrontasi.

B. Tujuan

Setelah mengikuti pelatihan keterampilan konfrontasi diharapkan peserta pelatihan dapat:

1. Mengetahui kondisi-kondisi konfrontasi yang dapat membantu konseli.
2. Menggunakan keterampilan konfrontasi secara efektif.

C. Materi

Konfrontasi adalah usaha sadar konselor untuk mengemukakan kembali dua pesan atau lebih yang saling bertentangan yang disampaikan konseli. Konfrontasi merupakan salah satu respon konselor yang sangat membantu konseli. Jika disampaikan secara tepat, konfrontasi memungkinkan konselor mengemukakan dua pesan ganda konseli (pesan yang berlawanan) tanpa menimbulkan kemarahan dan sikap bertahan konseli terhadap konselor. Konfrontasi akan membantu konseli untuk menyadari dan menghadapi berbagai pikiran, perasaan dan kenyataan yang terjadi pada dirinya, yang ingin disembunyikan atau diingkarinya. Konfrontasi juga membantu konseli untuk mencapai kesesuaian (*congruency*), yaitu suatu keadaan dimana kata-kata konseli sesuai dengan tingkah lakunya. Konselor perlu melakukan konfrontasi apabila pada diri konseli didapati adanya: 1) pertentangan antara apa yang dia katakan dengan apa yang dia lakukan, 2) pertentangan antara dua perkataan yang disampaikan dalam waktu yang berbeda, 3) pertentangan antara perasaan yang dia katakan dengan tingkah laku yang tidak mencerminkan perasaan tersebut. Dalam praktiknya, konfrontasi diungkapkan melalui kalimat gabungan yang mengandung dua kondisi yang kontradiktif seperti, *"Anda mengatakan bahwa anda senang bersekolah di sekolahmu, tetapi anda sering membolos"*; *"Nanda mengatakan sangat senang dengan keputusan orang tua, tetapi Nanda menangis"*; *"Tadi kamu katakan bahwa kamu tidak mencintainya, tetapi baru saja kamu juga mengatakan bahwa kamu tidak bisa hidup tanpa dia."* Konfrontasi digunakan hanya melalui kata-kata yang merupakan penyimpulan dari perkataan, dan atau

perbuatan konseli. Dengan kata lain, konfrontasi mendiskripsikan pesan konseli, mengobservasi tingkah laku konseli, dan bukti-bukti lain yang sedang terjadi pada konseli. Konfrontasi tidak boleh berisikan tuduhan, penilaian, atau pemecahan masalah.

D. Prosedur Berlatih

1. Pahami modul Keterampilan Konfrontasi, diskusikan hal-hal yang anda anggap penting dengan fasilitator.
2. Ikutilah penjelasan lebih lanjut tentang keterampilan konfrontasi yang disampaikan oleh fasilitator.
3. Perhatikan contoh yang didemonstrasikan oleh fasilitator, dan tanyakan jika ada bagian-bagian yang belum bisa anda fahami.
4. Perhatikan video clip yang ditayangkan pada layar. Dalam kelompok kecil (3 orang tiap kelompok) gunakan Format M.4.1. untuk mengidentifikasi berbagai kontradiksi yang terjadi pada ekspresi konseli. Setelah itu, formulasikan kalimat konfrontasinya.
5. Dalam kelompok yang terdiri dari masing-masing tiga orang, lakukan simulasi konfrontasi. Orang pertama menjadi konseli, orang kedua menjadi konselor, dan orang ketiga menjadi pengamat. Setelah selesai lakukan diskusi. Lakukan bergantian sehingga semua anggota pernah menjalani semua peran.

E. Waktu

Waktu yang diperlukan untuk pelatihan ini adalah 200 menit.

F. Alat Bantu

Alat bantu yang dibutuhkan adalah modul Keterampilan Konfrontasi, kertas kerja (Format M.4.1 dan Format M.4.2), spidol, papan tulis, LCD projector, Video Clip Ekspresi Kontradiktif Konseli, komputer/laptop (sekaligus sebagai CD player).

G. Evaluasi

Evaluasi proses dilakukan dengan meminta umpan balik peserta tentang proses pelatihan. Evaluasi hasil dilakukan melalui observasi terhadap penguasaan keterampilan konfrontasi para peserta dalam proses simulasi. Selain itu, hasil kerja peserta yang dituangkan dalam Format M.4.1 dan Format M.4.2 juga menjadi indikator hasil pelatihan.

KETERAMPILAN MERANGKUM



A. Pengantar

Keterampilan merangkum merupakan bagian dari keterampilan mendengarkan secara aktif terhadap apa yang menjadi inti pembicaraan konseli. Keterampilan ini sangat berguna bagi konselor dalam membantu konseli mengidentifikasi masalah. Selain itu, melalui keterampilan ini konselor juga menyisipkan kesadaran baru kepada konseli atas problem yang dimilikinya. Bagi konselor keterampilan ini sangat bermanfaat untuk membantu konseli fokus pada masalah yang sedang dihadapi serta menumbuhkan kesadaran konseli untuk memandang masalah dari sudut pandang yang berbeda.

B. Tujuan

Setelah mengikuti sesi ini, peserta pelatihan diharapkan mampu:

1. Merangkum inti pembicaraan yang disampaikan oleh konseli.
2. Membantu konseli menemukan kesadaran baru tentang masalah yang sedang dialami.
3. Menumbuhkan kesadaran konseli untuk memandang masalah dari sudut pandang yang berbeda.

C. Materi

Dalam proses konseling seringkali konseli mengemukakan berbagai isi hatinya dan terkadang tidak fokus pada satu persoalan tertentu. Tidak jarang pula konseli mencampur-baurkan antara masalah sebagai fakta dengan masalah yang berkembang sebagai akibat dari penafsiran atau persepsi mereka terhadap masalah faktual tersebut. Persepsi konseli terhadap masalah inilah yang membuat respon konseli unik. Dengan kata lain, suatu masalah yang sama akan dihayati secara berbeda-beda oleh dua orang atau lebih. Kadang kala masalah akan terasa menjadi lebih besar akibat penghayatan individu yang berlebihan terhadap masalah tersebut. Meskipun demikian, seorang konselor tidak boleh memberikan penilaian (*judgment*) atas persepsi konseli seperti "Ah itu kan hanya perasaanmu saja", "Kamu kok cengeng sih, begitu aja dibesar-besarkan".

Seorang konselor harus penuh perhatian kepada konseli. Dalam proses komunikasi konseling, konselor harus dapat menangkap pikiran-pikiran dan perasaan-perasaan penting yang diekspresikan oleh konseli. Pada saat yang sama konselor juga dituntut mampu memberikan umpan balik (*feed back*) kepada konseli pada bagian-bagian yang penting dan sekaligus memberikan kesempatan kepada konseli untuk memperoleh kesadaran baru terhadap masalah yang sedang dihadapinya. Untuk mampu melakukan hal-hal tersebut keterampilan merangkum, perlu dikuasai oleh seorang konselor.

Merangkum dalam komunikasi konseling adalah aktivitas konselor mengungkapkan kembali pokok-pokok pikiran dan perasaan yang diungkapkan konseli. Dalam suatu dialog yang panjang antara konseli dan konselor, banyak pokok-pokok pikiran dan perasaan konseli yang diungkapkan secara "berserakan". Konselor harus mencermati pokok-pokok pikiran dan perasaan tersebut, mengingat dalam hati, mengidentifikasi dalam hati, lalu pada saat yang tepat mengungkapkan kembali kepada konseli dengan gaya bahasa konselor sendiri. Ketepatan konselor membuat rangkuman akan menumbuhkan kesan pada konseli bahwa konseli diperhatikan, didengarkan kata-katanya, dipahami,

dan diterima kehadirannya oleh konselor. Perlu diingat bahwa kata-kata untuk mengawali rangkuman perlu ditata dengan baik sehingga tidak ada kesan konselor menghakimi. Beberapa kata yang dapat digunakan untuk mengawali suatu rangkuman misalnya: "Saya mendengar bahwa anda benar-benar mengatakan.....", "Hal yang anda katakan mengesankan bahwa.....", "Makna yang ada dibalik hal-hal yang anda ungkapkan adalah.....", "Makna yang ada dibalik ungkapan perasaan anda adalah.....", "Poin-poin penting yang anda kemukakan adalah.....".

Melalui pelatihan-pelatihan pada sesi ini, keterampilan merangkum akan dapat anda kuasai dengan baik. Ikutilah dengan seksama berbagai kegiatan dan latihan yang dipandu oleh fasilitator, dan jangan malu mencoba.

D. Prosedur Berlatih

1. Pahami modul Keterampilan Merangkum, diskusikan hal-hal yang anda anggap penting dengan fasilitator.
2. Ikutilah penjelasan lebih lanjut tentang tujuan, manfaat dan penggunaan keterampilan merangkum yang disampaikan oleh fasilitator.
3. Perhatikan contoh yang didemonstrasikan oleh fasilitator, dan tanyakan jika ada bagian-bagian yang belum bisa anda fahami.
4. Diskusikan dalam kelompok kecil (tiga orang), pokok-pokok pikiran dan perasaan yang diungkapkan konseli dalam narasi yang ditayangkan fasilitator pada layar proyektor. Setelah masing-masing kelompok selesai, diskusikan dalam kelas.

E. Waktu

Waktu yang diperlukan untuk pelatihan ini adalah 250 menit.

F. Alat Bantu

Alat bantu yang dibutuhkan adalah modul Keterampilan Merangkum, kertas kerja (Format M.5.1), spidol, papan tulis, LCD projector, komputer/laptop narasi/skrip ekspresi pikiran dan perasaan konseli.

G. Evaluasi

Evaluasi proses dilakukan dengan mengamati keterlibatan peserta dalam sesi pelatihan, serta partisipasi dan perhatian yang ditunjukkan peserta. Evaluasi hasil dilakukan dengan mencermati tingkat ketepatan respon merangkum yang dituangkan peserta dalam Format M.5.1.



KETERAMPILAN BERPERILAKU GENUIN

A. Pengantar

Perilaku jujur terhadap pikiran dan perasaan yang sedang dialami yang diekspresikan melalui perkataan dan tingkah laku apa adanya merupakan sikap dan tingkah laku konselor yang menyiratkan kesejatian atau keaslian (*genuin*). Dalam pelatihan ini anda akan belajar berbagi (*sharring*) berbagai perasaan anda sendiri tentang apa yang dikatakan atau dilakukan konseli, dan mempertahankan atau meningkatkan hubungan baik. Melalui berbagai latihan, anda akan mampu mengekspresikan perasaan-perasaan anda sendiri, bukan menyembunyikan atau melampiaskan perasaan-perasaan tersebut secara agresif.

B. Tujuan

Setelah mengikuti sesi pelatihan ini, diharapkan peserta dapat:

1. Membedakan tiga jenis respon yaitu, respon yang acuh tak acuh (tidak responsif), respon yang tidak jujur atau tidak asli (tidak genuin), dan respon yang jujur atau asli (genuin).
2. Memahami perasaan-perasaan yang secara umum muncul dalam respon konseli.

C. Materi

Dalam suatu komunikasi antara konselor dengan konseli, ketidak jujuran atau menutup-nutupi berbagai perasaan yang berkecamuk dalam diri konselor seyogyanya dihilangkan. Konselor harus memancarkan kejujuran dan keterbukaan terhadap konseli. Pertanyaan yang muncul adalah bagaimana jika dalam diri konselor muncul perasaan tidak suka kepada konseli, haruskah perasaan itu secara jujur dikemukakan kepada konseli? Akankah kejujuran tersebut merusak hubungan antar pribadi?. Kejujuran konselor harus disampaikan atau diekspresikan secara tepat sehingga tidak melukai hati konseli. Sebagai konselor, sebelum anda dapat mengekspresikan perasaan-perasaan anda, anda harus menyadari adanya perasaan-perasaan tersebut. Untuk mengomunikasikan keterbukaan dan kejujuran kepada konseli, pertama kali anda harus menguasai diri dan perasaan-perasaan anda, sadar diri siapa diri anda beserta pikiran-pikiran dan perasaan-perasaan yang ada pada diri anda. Kemampuan ini meliputi bagaimana anda belajar membedakan berbagai perasaan yang hinggap dalam diri tanpa harus menyangkalnya atau menutup-nutupinya. Jika anda merasa bahagia, anda dapat menyadari bahwa anda bahagia, atau ketika anda merasa marah, anda dapat menyadari adanya kemarahan anda tersebut. Untuk berlatih mengekspresikan keaslian atau kejujuran atau kesejatan perasaan dan pikiran, anda perlu belajar membedakan antara respon-respon yang tidak responsif, respon yang tidak genuin, dan respon yang genuin. Sebagai contoh, dalam situasi dimana konseli mengemukakan "Saya jengkel dan kesal

kepada kakak saya”; respon yang tidak responsif adalah ”Kamu harus benar-benar menyukai kakakmu”, ”Kamu harus hormat kepada kakakmu”. Respon yang tidak genuin terhadap pernyataan konseli misalnya: ”Anda membuat pernyataan yang memalukan tentang kakakmu”. Sedangkan pernyataan yang genuin dapat diungkapkan melalui pernyataan berikut, ”Jika anda jengkel dan kesal kepada kakak anda, saya rasa tidak mudah untuk berpisah darinya dan pergi meninggalkan rumah”.

D. Prosedur Berlatih

1. Pahami modul Keterampilan Berperilaku Genuin, diskusikan hal-hal yang anda anggap penting dengan fasilitator.
2. Ikutilah penjelasan lebih lanjut tentang tujuan, dan manfaat berperilaku genuin yang disampaikan oleh fasilitator.
3. Perhatikan contoh yang didemonstrasikan oleh fasilitator, dan tanyakan jika ada bagian-bagian yang belum bisa anda fahami.
4. Dalam kelompok kecil yang terdiri dari tiga orang, ekspresikan respon yang tidak responsif, respon yang tidak genuin, dan respon yang genuin terhadap situasi-situasi yang digambarkan dalam Format M.6.1. Pada saat seseorang menjadi “konselor” maka seorang lainnya berperanolah sebagai “konseli” dan seorang lainnya lagi jadilah pengamat.

E. Waktu

Waktu yang diperlukan untuk pelatihan ini adalah 150 menit.

F. Alat Bantu

Alat bantu yang dibutuhkan adalah modul Keterampilan Berperilaku Genuin, kertas kerja (Format M.6.1), spidol, papan tulis, LCD projector, dan komputer/laptop.

G. Evaluasi

Evaluasi proses dilakukan dengan mengamati kemampuan peserta menganalisis masukan-masukan atau umpan balik yang diperoleh selama sesi pelatihan

berlangsung. Evaluasi hasil dilakukan dengan melihat kemampuan peserta membedakan dan menggunakan respon-respon yang responsif, respon yang tidak genuin, serta respon-respon genuin yang tertuang dalam Format M.6.1.

KETERAMPILAN PEMECAHAN MASALAH

A. Pengantar

Kehidupan adalah rangkaian dari masalah. Layanan bantuan akan dirasakan manfaatnya jika masalah-masalah yang menimbulkan kesulitan hidup manusia dapat dipecahkan. Oleh karena itu agar bantuan menjadi efektif, bantuan harus mencakup komponen pemecahan masalah. Pemecahan masalah merupakan aspek tindakan dari suatu tingkah laku yang membawa suatu perubahan. Tanpa dibarengi suatu tindakan nyata, eksplorasi dan pemahaman terhadap suatu masalah kurang bernilai secara penuh.

B. Tujuan

Setelah mengikuti pelatihan keterampilan pemecahan masalah diharapkan peserta pelatihan dapat: 1. Memahami strategi-strategi pemecahan masalah 2. Memahami prosedur-prosedur pemecahan masalah 3. Mendemonstrasikan strategi-strategi pemecahan masalah

C. Materi

Pemecahan masalah akan menjadi efektif apabila konseli dan konselor telah mengeksplorasi dan memahami seluruh dimensi dari masalah. Jika dimensi-dimensi masalah telah ditemukan, konseli kemudian didorong untuk taat melakukan perubahan tingkah laku. Seorang konselor hendaknya mampu mendengarkan inti ungkapan konseli yang merupakan pokok-pokok masalah yang perlu dibantu untuk dipecahkan.

Beberapa cara dapat dilakukan untuk membantu memecahkan masalah. Penggunaan keterampilan komunikasi (misalnya keterampilan mendengarkan) merupakan salah satu cara yang dapat digunakan. Pada banyak kasus,

keterampilan komunikasi saja tidak cukup. Beberapa konseli membutuhkan bantuan yang memerlukan teknik-teknik pemecahan masalah.

Dalam pemecahan masalah, konselor hanya memfasilitasi atau membantu konseli untuk mengambil tindakan nyata kearah pemecahan masalah. Ada tujuh prosedur umum dalam pemecahan masalah. Ketujuh prosedur tersebut tertata dalam tujuh tahap pemecahan masalah yaitu:

1. Mengeksplorasi masalah

Mengeksplorasi masalah merupakan aktifitas untuk melihat berbagai dimensi yang mungkin terkait dengan masalah tersebut. Eksplorasi masalah biasanya terjadi pada tahap awal hubungan konseling, tetapi dapat diintensifkan kembali setiap saat selama proses konseling berlangsung. Untuk membantu konseli mengeksplorasi masalah, dibutuhkan keterampilan attending, empati, merangkum, mengajukan pertanyaan terbuka, dan keterampilan konfrontasi.

2. Memahami masalah

Memahami masalah berarti meningkatkan kesadaran tentang bagaimana berbagai aspek yang terkait dapat menyebabkan munculnya masalah. Pemahaman biasanya berkembang ketika perasaan-perasaan yang mengganggu dapat diatasi. Untuk membantu konseli memahami masalahnya, konselor perlu menggunakan keterampilan konfrontasi dan perilaku genuin. Selain itu keterampilan empati dan *attending* juga tetap diperlukan. Pemahaman secara penuh akan terjadi apabila berbagai aspek yang terkait dengan masalah telah dieksplorasi. Setelah dapat memahami masalah yang dimiliki, konseli menjadi sadar siapa dirinya dan mau kemana dia menuju. Diharapkan, dari pemahaman tersebut konseli tertarik untuk melakukan perubahan diri.

3. Menentukan masalah

Menentukan masalah berarti menajamkan isu-isu yang diduga kuat menjadi penyebab munculnya masalah. Penajaman ini diperlukan agar dapat

digunakan untuk memetakan masalah mana yang paling memungkinkan ditemukan solusinya. Penentuan masalah mencakup dua aspek yaitu menemukan penyebab masalah, dan tujuan yang diinginkan. Penyebab munculnya masalah dan tujuan yang diinginkan dapat ditemukan apabila eksplorasi dan pemahaman masalah sudah dapat dikuasai. Tanpa eksplorasi yang cukup dan pemahaman masalah secara baik, pemecahan masalah tidak akan berjalan secara baik karena terlalu banyak aspek yang terkait dengan masalah tidak diketahui. Jika ini yang terjadi, maka pemecahan masalah tidak akan ditemukan secara tepat.

4. Curah pendapat (*brainstorming*)

Secara esensial, curah pendapat berarti bahwa seluruh prosedur atau alternatif-alternatif yang dapat membantu memecahkan masalah dikemukakan tanpa dicela atau tanpa dikritik keefektifannya. Hal penting yang perlu dicatat adalah pentingnya tanggung jawab masing-masing pihak untuk mencurahkan ide-ide yang memungkinkan.

5. Menilai berbagai alternatif

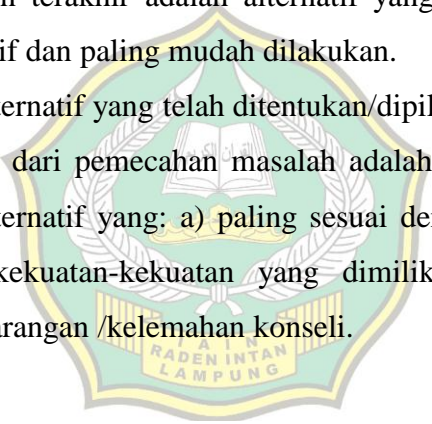
Pada langkah ini, dikaji kaitan antara nilai-nilai, dan kekuatan, serta kelemahan-kelemahan konseli yang terkait dengan berbagai alternatif pemecahan masalah yang dimunculkan melalui curah pendapat. Nilai-nilai yang dipegang teguh oleh konseli yang terkait dengan berbagai issue pemecahan masalah, sangat berpengaruh terhadap proses pengambilan keputusan. Jika nilai-nilai tersebut diabaikan dalam pemilihan solusi, kemungkinan keberhasilan pemecahan masalah menjadi kurang maksimal. Sebelum menentukan alternatif terbaik, identifikasilah dan garis bawahilah terlebih dahulu nilai-nilai yang paling penting yang terkait dengan masalah, serta kekuatan-kekuatan yang akan paling mempermudah keberhasilan pemecahan masalah.

6. Menetapkan alternatif yang terbaik

Penetapan alternatif terbaik merupakan keputusan final terhadap satu atau dua alternatif yang dipandang paling baik yang dipilih dari berbagai alternatif yang dimunculkan dari curah pendapat setelah mempertimbangkan nilai-nilai, faktor kekuatan dan kelemahan yang dimiliki oleh konseli. Masing-masing solusi dipertimbangkan dan dibandingkan. Alternatif terbaik yang diambil sebagai keputusan terakhir adalah alternatif yang dipandang sebagai solusi yang paling efektif dan paling mudah dilakukan.

7. Melaksanakan alternatif yang telah ditentukan/dipilih

Langkah terakhir dari pemecahan masalah adalah mendorong konseli untuk melaksanakan alternatif yang: a) paling sesuai dengan nilai-nilai konseli, b) sesuai dengan kekuatan-kekuatan yang dimiliki, dan c) paling sedikit melibatkan kekuarangan /kelemahan konseli.



D. Prosedur Berlatih

1. Pahami modul Keterampilan Pemecahan Masalah, diskusikan hal-hal yang anda anggap penting dengan fasilitator.
2. Ikutilah penjelasan lebih lanjut tentang keterampilan pemecahan masalah yang disampaikan oleh fasilitator.
3. Perhatikan contoh yang didemonstrasikan oleh fasilitator, dan tanyakan jika ada bagian-bagian yang belum bisa anda fahami.
4. Diskusikan dalam kelompok kecil, Format M.7.1. Hasil diskusi kelompok dipresentasikan dalam diskusi kelas.
5. Dengan bimbingan fasilitator, simulasikan masing-masing langkah pemecahan masalah. Lakukan dalam kelompok kecil yang terdiri dari 3 orang dengan peran satu orang sebagai "konselor", seorang sebagai "konseli", dan lainnya sebagai

pengamat. Lakukan bergantian sehingga semua anggota pernah menjalankan semua peran.

E. Waktu

Waktu yang diperlukan untuk penguasaan awal keterampilan ini adalah 250 menit. Penguasaan lebih mendalam akan diperoleh melalui praktik di luar sesi pelatihan.

F. Alat Bantu

Alat bantu yang dibutuhkan adalah modul Keterampilan Pemecahan Masalah, kertas kerja (Format M.7.1), spidol, papan tulis, LCD projector, komputer/laptop.

G. Evaluasi

Evaluasi proses dilakukan dengan meminta umpan balik peserta tentang proses pelatihan, dan mengamati antusiasme peserta dalam proses pelatihan. Evaluasi hasil dilakukan melalui observasi terhadap simulasi para peserta dalam mempraktikkan prosedur dan langkah-langkah pemecahan masalah. Selain itu, hasil kerja peserta yang dituangkan dalam Format M.7.1 juga menjadi indikator hasil pelatihan.

FORMAT M.1.1

Setelah mempraktikkan secara berpasangan berbagai tingkah laku attending, dan tingkah laku yang yang seyogyanya tidak dilakukan dalam proses attending, uraikan pengalaman anda tentang:

- 1. Pikiran dan perasaan yang muncul dalam diri selama melakukan berbagai tingkah laku attending :

.....
.....
.....
.....
.....

- 2. Pikiran dan perasaan saat pasangan (teman) memberikan attending kepada saya:

.....
.....
.....

Pikiran dan perasaan yang muncul dalam diri pada saat pasangan (teman) melakukan berbagai tingkah laku bukan attending (attending yang tidak efektif):

.....
.....
.....
.....
.....



FORMAT M.2.1

Cermatilah dengan seksama gambar-gambar yang ditayangkan pada layar:

1. Perasaan yang sedang dialami oleh tokoh dalam gambar 1
adalah:.....

.....
.....
.....
.....

2. Gambar 2 mengekspresikan perasaan



.....
.....
.....
.....

3. Gambar 3 mengekspresikan perasaan

.....
.....
.....
.....

4. Gambar 4 mengekspresikan perasaan

.....
.....
.....

.....

.

5. Gambar 5 mengekspresikan perasaan

.....

.....

.

.....

6. Gambar 6 mengekspresikan perasaan

.....

.....

.....

.....

.....



FORMAT M.2.2

Ungkapkanlah empati anda dengan menggunakan paraphrase untuk merespon ungkapan "konseli" (sahabat anda):

1. "Konseli" (sambil terbata-bata dengan mata lembab):

"Aku paham mengapa ibuku melarang aku menemui pacarku untuk selamanya."

Paraphrase: ""

Paraphrase: ""

2. "Konseli" (muka memerah, mata memandang tajam, nafas tampak agak sesak):

"Apa salahku, tiba-tiba dia tidak mempedulikan aku lagi."

Paraphrase: ""

Paraphrase: ""

3. "Konseli" (agak gemetar, wajah pucat, jari jemari bergerak saling membelit):

"Aku sudah membuat kesalahan besar, orang tuaku pasti marah."

Paraphrase: ""

Paraphrase: ""

4. "Konseli" (mata berbinar, wajah cerah penuh semangat):

"Akhirnya dia memaafkanku, aku.... aku.... "

Paraphrase: ""

Paraphrase: ""

5. "Konseli" (mata agak membuka lebar, alis ditarik kebelakang, mulut menganga): "Tidak mungkin dia akan melakukan hal itu...."

Paraphrase: ""

Paraphrase: ""

FORMAT M.3.1

1. Buatlah lima buah pertanyaan terbuka yang dapat membantu konseli mengenal dirinya secara lebih mendalam:

- a.
.....
- b.
.....
- c.
.....
- d.
.....
- e.
.....



2. Buatlah lima buah pertanyaan tertutup untuk memperoleh kejelasan tentang sesuatu hal dari konseli anda:

- a.
- b.
- c.
- d.
- e.

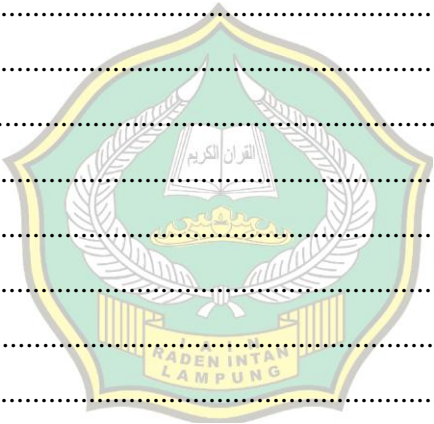
3. Dalam kelompok kecil yang terdiri dari tiga orang, praktikkan pengungkapan pertanyaan terbuka dan tertutup yang telah anda susun. Tampilkan pula ekspresi wajah dan tubuh sesuai dengan isi dan suasana pertanyaan. Mintalah salah satu teman anda untuk menjadi subyek yang diberi pertanyaan, dan teman anda lainnya mengamati kemudian memberikan masukan atau umpan balik. Lakukan secara bergantian sehingga masing-masing pernah menjalani ketiga peran tersebut.

FORMAT M.4.1

Identifikasilah kontradiksi-kontradiksi yang terjadi pada ekspresi konseli dalam tayangan berikut. Setelah itu, formulasikan kalimat konfrontasinya:

1. Konseli I :.....
.....
.....
.....

Konfrontasi:.....
.....
.....
.....



2. Konseli II :.....
.....
.....
.....

Konfrontasi:.....
.....
.....
.....

3. Konseli III :
.....
.....
.....

Konfrontasi

FORMAT M.4.2

Sebagai konselor, bagaimanakah anda memformulasikan konfrontasi untuk membantu konseli memahami adanya kontradiksi dalam dirinya?

1. "Saya bangga menjadi warga panti ini. Di sini saya bisa menikmati masa remaja saya, saya bisa melanjutkan studi sampai jenjang SMA. Yang jadi masalah adalah saya malu jika teman-teman sekolahku tahu bahwa saya anak panti. Saya juga keberatan jika setiap anak harus bergiliran menjalankan piket bersih-bersih, memasak, dan pekerjaan rumah tangga lainnya."

Konfrontasi:.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

2. "Saya sangat menghormati ayah. Saya tidak kerasan di rumah jika ayah ada di rumah. Seandainya saya jadi anak orang lain mungkin hidup ini lebih indah."

Konfrontasi:.....
.....
.....
.....
.....

3. "Saya bisa bersahabat karib dengan siapa saja. Saya orangnya sangat terbuka. Saya hanya tidak bisa menerima teman yang cerewet, senang bergaya, sok serius, teman yang sok pintar, sok suci, dan sok moderen."

Konfrontasi:.....
.....
.....
.....
.....



FORMAT M.5.1

Berikut ini adalah ungkapan-ungkapan yang disampaikan konseli dalam sebuah wawancara konseling:

Konseli (kelas 2 SMA):

”Semalam saya tidak bisa tidur. Pikiran saya kacau, perasaan saya kalut. Saya tidak tahu harus berbuat apa. Semua yang saya lakukan selalu salah dimata kedua orang tuaku. Selama ini saya sudah berusaha menjadi anak yang baik. Saya juga ingin menjadi anak yang bertanggung jawab... Ku akui selama ini saya selalu mengecewakan mereka. Mereka melarangku begadang, nongkrong bersama teman-teman, dan memarahiku jika memergokiku merokok. Padahal itu adalah kebiasaanku yang berat saya tinggalkan. Mereka menuntut saya serius belajar, memperoleh prestasi yang baik, dan mau membantu mengerjakan pekerjaan di rumah. Asal tahu aja, itu semua adalah hal yang paling tidak kusukai. Rasanya tidak mungkin saya memperoleh prestasi belajar yang baik. Tapi... jika begini terus, orang tuaku semakin bersikap dingin kepadaku. Aku tak tahan jika mereka tak acuh kepadaku”....

Pokok-pokok ungkapan pikiran dan perasaan konseli adalah:

1.
.....
2.
.....
3.
.....
4.
.....
5.
.....

dst.

.....

Respon rangkuman yang dapat anda ungkapkan kepada konseli tersebut adalah:

.....
.....
.....
.....
.....
.....

FORMAT M.6.1



Seorang konseli mengemukakan perasaannya bahwa dia sangat benci kepada orang tuanya, “Orang tuaku tidak pernah peduli padaku, mereka selalu mengecewakanku. Aku tidak tahan hidup bersama mereka. Aku benci mereka”.

a. Respon yang tidak responsif:

Konselor:.....
.....

Konseli:.....
.....

b. Respon yang tidak *genuin*:

Konselor:
.....

Konseli:.....
.....

c. Respon yang *genuin*:

Konselor:.....
.....

Konseli:.....

.....



FORMAT M.7.1

Prosedur dan tahap-tahap pemecahan masalah dapat menjadi salah satu sarana untuk membantu konseli memecahkan masalah yang dihadapinya. Dalam tiap-tiap tahap pemecahan masalah tersebut konselor perlu menggunakan beberapa keterampilan konseling yang telah dipelajari dalam modul-modul terdahulu. Diskusikan dalam kempompok kecil keterampilan-keterampilan yang dibutuhkan tersebut:

TAHAP PEMECAHAN MASALAH		KETERAMPILAN YANG DIGUNAKAN
1	Mengeksplorasi masalah	
2	Memahami masalah	
3	Menentukan masalah	
4	Curah pendapat (<i>brainstorming</i>)	
5	Menilai berbagai alternatif	
6	Menetapkan alternatif yang terbaik	
7	Melaksanakan alternatif yang telah ditentukan/dipilih	

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN

BIMBINGAN DAN KONSELING

MOTIVASI BELAJAR KELAS XI

I. IDENTITAS

- A. Nama sekolah : SMA N 8 BANDAR LAMPUNG
B. Tahun ajaran : 2016-2017
C. Kelas : XI
D. Pelaksana : Peneliti



II. WAKTU DAN TEMPAT

- A. Hari/Tanggal : 14 November 2016
B. Waktu : 09.30 – 10.15 WIB
C. Tempat : Ruang kelas

III. MATERI PEMBELAJARAN

- A. Tema : a. Tema : Motivasi Belajar
b. Subtema : Peranan motivasi belajar dan Fungsi Motivasi belajar
B. Sumber materi : Buku dan Internet

IV. TUJUAN

- A. Pengembangan KES
1. Agar peserta didik memahami mengenai motivasi belajar yang akan berguna dalam kehidupan sehari-hari dan untuk peserta didik lebih dapat meningkatkan motivasi belajar demi mencapai kesuksesan.

2. Dapat memahami peranan dan fungsi daripada motivasi belajar itu sendiri dan dapat menjalani kehidupan sehari-hari dengan baik.

B. Penanganan KES-T

Untuk menghindari dan mencegah ketidaktahuan dan kebingungan dalam mengatasi motivasi belajar rendah.

V. METODE DAN TEKNIK

- A. Jenis layanan : layanan informasi (Format Klasikal)

VI. SASARAN PENILAIAN HASIL PEMBELAJARAN

Diperoleh hal-hal baru oleh peserta didik dalam kaitannya dengan KES dengan unsur-unsur AKURS.

A. KES

1. Acuan (A): adanya dan kegunaan motivasi belajar.
2. Kompetensi (K): apa yang perlu dilakukan peserta didik dalam meningkatkan motivasi belajar.
3. Usaha (U): kegiatan peserta didik untuk meningkatkan motivasi belajar
4. Rasa (R): bagaimana peserta didik merasa setelah mengetahui dan memahami tentang adanya peranan dan fungsi motivasi belajar.
5. Sungguh-sungguh (S): kesungguhan peserta didik meningkatkan motivasi belajar di sekolah dan memanfaatkan dalam kehidupan sehari-hari secara optimal.

B. KES-T

Menghindarkan dan mencegah ketidaktahuan, ketidakpedulian terhadap peranan dan fungsi motivasi belajar yang mengakibatkan rendahnya motivasi belajar peserta didik.

VII. LANGKAH KEGIATAN

A. LANGKAH PENGANTARAN

1. Mengucapkan salam dan mengajak peserta didik berdoa.
2. Mengecek kehadiran peserta didik
3. Mengajak peserta didik untuk mengikuti kegiatan pelatihan dengan penuh perhatian, semangat dengan melakukan kegiatan berpikir, merasa, bersikap, bertindak dan bertanggung jawab berkenaan dengan materi pelatihan yang akan dibahas.
4. Menyampaikan arah materi pokok pembelajaran, yaitu dengan judul “Peranan Motivasi Belajar dan Fungsi motivasi belajar”.
5. Menyampaikan tujuan pembahasan yaitu dipahaminya oleh peserta didik mengenai perananan dan fungsi motivasi belajar .

B. LANGKAH PENJAJAKAN

1. Menanyakan kepada peserta didik siapa yang sudah tahu tentang bimbingan konseling.

C. LANGKAH PENAFSIRAN

1. Pembahasan tentang makna kata “Peranan Motivasi Belajar Dan Fungsi Motivasi Belajar”
2. Menjelaskan apa yang harus difahami dari peranan motivasi belajar dan mengapa harus mengetahui fungsi daripada motivasi belajar .
3. Apa kaitan konselor dengan upaya meningkatkan motivasi belajar.

D. LANGKAH PEMBINAAN

1. Apa dan mengapa fungsi motivasi belajar sangat berpengaruh terhadap kesuksesan peserta didik.
2. Apasaja peranan motivasi belajar agar kehidupan peserta didik lebih sukses.
3. Bagaimana jika fungsi motivasi belajar lebih difahami dan kemudian peserta didik meningkatkan motivasi tersebut?

4. Bagaimana peserta didik mengetahui peran penting motivasi belajar bagi kehidupan peserta didik untuk menuju kesuksesan.

E. LANGKAH PENILAIAN DAN TINDAK LANJUT

Di akhir proses pembelajaran peserta didik diminta merefleksikan apa yang mereka peroleh dengan pola BMB3 dalam unsur-unsur AKURS, yaitu :

- a. Berfikir: apa yang mereka pikirkan motivasi belajar dan pentingnya motivasi belajar. (unsur A).
- b. Merasa: apa yang mereka rasakan dengan mengetahui motivasi belajar, peranan motivasi belajar dan fungsi daripada motivasi belajar (unsur R)
- c. Bersikap: bagaimana mereka bersikap dan akan melakukan apa setelah mengetahui pentingnya motivasi belajar (unsur K dan U).
- d. Bertindak: bagaimana menyampaikan kepada lingkungan sekitar akan pentingnya untuk meningkatkan motivasi belajar (unsur K dan U).
- e. Bertanggung jawab: bagaimana mereka bersungguh-sungguh dalam meningkatkan motivasi belajar setelah mengetahui fungsi daripada motivasi belajar.

VIII. SARANA

Sumber/bahan dan alat : Materi Tentang ketrampilan Pelatihan ketrampilan asertif, konfrontasi dan ketrampilan pemecahan masalah (terlampir).

Bandar lampung, 14 November 2016

Guru BK

Praktikan

Gusri Mulyani, S.Pd
NIP.196808081997022005

Risnasari Z
NPM. 1211080083

PERANAN MOTIVASI BELAJAR DAN FUNGSI MOTIVASI BELAJAR

1. Fungsi Motivasi

Ada tiga fungsi motivasi yaitu;

- d. mendorong manusia untuk berbuat, jadi sebagai penggerak atau motor yang melepaskan energi. Motivasi dalam hal ini merupakan motor penggerak dari setiap kegiatan yang akan dikerjakan;
- e. menentukan arah perbuatan, yakni ke arah tujuan yang hendak dicapai. Dengan demikian motivasi akan dapat memberikan arah dan kegiatan yang harus dikerjakan sesuai dengan rumusan tujuannya; dan
- f. menyeleksi perbuatan, yakni menentukan perbuatan-perbuatan apa yang harus dikerjakan yang serasi guna mencapai tujuan dengan menyisihkan perbuatan-perbuatan yang tidak bermanfaat bagi tujuan tersebut.

Selain itu ada fungsi- fungsi lain yaitu motivasi berfungsi sebagai pendorong usaha dan pencapaian prestasi. Seseorang melakukan suatu usaha karena adanya motivasi. Adanya motivasi yang baik dalam belajar akan menunjukkan hasil yang baik.

2. Peran Motivasi yang Penting Dalam Belajar

a) Peran motivasi dalam penguatan belajar

Peran motivasi dalam hal ini dihadapkan pada suatu kasus yang memerlukan pemecahan masalah. Misalnya seorang siswa yang kesulitan dalam menjawab soal matematika akhirnya dapat memecahkan soal matematika dengan bantuan rumus matematika. Usaha untuk memberi bantuan dengan rumus matematika dapat menimbulkan penguatan belajar. Motivasi ini dapat menentukan hal-hal apa yang di lingkungan anak yang dapat memperkuat perbuatan belajar. Untuk itu seorang guru perlu memahami suasana lingkungan belajar siswa sebagai bahan penguat belajar.

b) Peran Motivasi dalam memperjelas Tujuan Belajar

Peran ini berkaitan dengan kemaknaan belajar yaitu anak akan tertarik untuk belajar jika yang dipelajarinya sedikitnya sudah bisa diketahui manfaatnya bagi anak.

c) Peran Motivasi menentukan Ketekunan dalam Belajar

Seseorang yang telah termotivasi untuk belajar sesuatu akan berusaha mempelajari sesuatu dengan baik dan tekun, dan berharap memperoleh hasil yang baik.

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN
BIMBINGAN DAN KONSELING
PELATIHAN KONSELOR SEBAYA KELAS XI

I. IDENTITAS

- A. Nama sekolah : SMA N 8 BANDAR LAMPUNG
B. Tahun ajaran : 2016-2017
C. Kelas : XI
D. Pelaksana : Peneliti



II. WAKTU DAN TEMPAT

- A. Hari/Tanggal : 10 November 2016
B. Jam pelayanan : jam ke-6
C. Waktu : 10.00 – 11.30 WIB
D. Tempat : Ruang kelas

III. MATERI PEMBELAJARAN

- A. Tema : a. Tema : Pelatihan Konselor Sebaya
b. Subtema : Pelatihan *attending* dan merangkul.
Serta Pelatihan ketrampilan bertanya dan perilaku genuine
B. Sumber materi : Pelatihan Konselor Sebaya

C. TUJUAN

- A. Pengembangan KES
1. Agar peserta didik memahami adanya dan kegunaan pelayanan konseling sebaya serta termotivasi untuk memanfaatkan dalam rangka mengembangkan potensi diri Dapat menyampaikan kepada teman sebaya

tentang adanya dan kegunaan pelayanan konseling sebaya yang siap membantu peserta didik.

B. Penanganan KES-T

Untuk menghindari/menghilangkan dan mencegah ketidaktahuan dan kebingungan dalam mengatasi konflik yang terjadi.

C. METODE DAN TEKNIK

B. Jenis layanan : layanan informasi (Format Klasikal)

D. SASARAN PENILAIAN HASIL PEMBELAJARAN

Diperoleh hal-hal baru oleh peserta didik dalam kaitannya dengan KES dengan unsur-unsur AKURS.

C. KES

1. Acuan (A): adanya dan kegunaan pelayanan konseling sebaya.
2. Kompetensi (K): apa yang perlu dilakukan peserta didik memanfaatkan pelayanan konseling sebaya dan mampu menyampaikan kepada teman sebaya.
3. Usaha (U): kegiatan peserta didik untuk memanfaatkan dan menyampaikan kepada teman sebaya tentang kegunaan layanan tersebut
4. Rasa (R): bagaimana peserta didik merasa setelah mengetahui dan memahami tentang adanya pelayanan konseling sebaya.
5. Sungguh-sungguh (S): kesungguhan peserta didik menyampaikan teman sebaya tentang adanya pelayanan konseling sebaya di sekolah dan memanfaatkan layanan tersebut secara optimal.
6. KES-T

7. Menghindakan dan mencegah ketidaktahuan, ketidakpedulian ataupun penolakan terhadap pelayanan BK yang mengakibatkan tidak tercegah dan tidak teratasi permasalahan peserta didik.

E. LANGKAH KEGIATAN

A. LANGKAH PENGANTARAN

1. Mengucap salam dan mengajak peserta didik berdoa.
2. Mengecek kehadiran peserta didik
3. Mengajak peserta didik untuk mengikuti kegiatan pelatihan dengan penuh perhatian, semangat dengan melakukan kegiatan berpikir, merasa, bersikap, bertindak dan bertanggung jawab berkenaan dengan materi pelatihan yang akan dibahas.
4. Menyampaikan arah materi pokok pembelajaran, yaitu dengan judul “Pelatihan *attending* dan merangkum. Serta Pelatihan ketrampilan bertanya dan perilaku *genuine*”.
5. Menyampaikan tujuan pembahasan yaitu dipahaminya oleh peserta didik tentang adanya pelayanan konseling sebaya untuk membantu sesuai kebutuhan mereka.

B. LANGKAH PENJAJAKAN

1. Menanyakan kepada peserta didik siapa yang sudah tahu tentang bimbingan konseling.

C. LANGKAH PENAFSIRAN

1. Pembahasan tentang makna kata “*attending*, merangkum, bertanya dan perilaku *genuine*”
2. Menjelaskan apa yang harus difahami dari masing-masing ketrampilan tersebut.
3. Apa kaitan konselor dengan ketrampilan tersebut

D. LANGKAH PEMBINAAN

1. Apa, bagaimana dan kenapa konselor harus menguasai ketrampilan *attending*, merangkum, bertanya dan perilaku *genuine*.
2. Siswa diminta untuk melihat diri sendiri apakah ketrampilan tersebut sudah dimiliki oleh peserta didik sebelum didapatkan pelatihan konselor sebaya.
3. Siapa yang mau datang ke konselor sebaya untuk mendapat pelayanan konseling sebaya? Kapan? Bagaimana caranya?
4. Bagaimana peserta didik mengajak teman-teman datang ke kantor BK untuk mendapatkan pelayanan?

E. LANGKAH PENILAIAN DAN TINDAK LANJUT

Di akhir proses pembelajaran peserta didik diminta merefleksikan apa yang mereka peroleh dengan pola BMB3 dalam unsur-unsur AKURS, yaitu :

- a. Berfikir: apa yang mereka pikirkan tentang ketrampilan konselor sebaya seperti *attending*, merangkum, bertanya dan perilaku *genuine* (unsur A).
- b. Merasa: apa yang mereka rasakan dengan dimilikinya ketrampilan *attending*, merangkum, bertanya dan perilaku *genuine* (unsur R)
- c. Bersikap: bagaimana mereka bersikap dan akan melakukan apa setelah menguasai ketrampilan tersebut (unsur K dan U).
- d. Bertindak: bagaimana menyampaikan kepada teman sebaya tentang layanan konselor sebaya kapan dan bagaimana caranya (unsur K dan U).
- e. Bertanggung jawab: bagaimana mereka bersungguh-sungguh dalam memanfaatkan ketrampilan yang mereka miliki.

F. SARANA

Sumber/bahan dan alat : Materi Tentang ketrampilan *attending*, merangkum, bertanya dan perilaku *genuine* (terlampir).

Bandar lampung, 11 November 2016

Guru BK

Praktikan

Gusri Mulyani, S.Pd
NIP.196808081997022005



Risnasari Z
NPM. 1211080083

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN

BIMBINGAN DAN KONSELING

MOTIVASI BELAJAR KELAS XI

I. IDENTITAS

- A. Nama sekolah : SMA N 8 BANDAR LAMPUNG
B. Tahun ajaran : 2016-2017
C. Kelas : XI
D. Pelaksana : Peneliti



II. WAKTU DAN TEMPAT

- A. Hari/Tanggal : 14 November 2016
B. Waktu : 09.30 – 10.15 WIB
C. Tempat : Ruang kelas

III. MATERI PEMBELAJARAN

- A. Tema : a. Tema : mengembangkan motivasi dalam belajar
b. Subtema : peserta didik mempunyai motivasi dalam belajar
- B. Sumber materi : Internet dan buku
- C. Materi : a. Jenis jenis motivasi
b. Cara mengembangkan motivasi belajar
c. faktor yang mnurunkan motivasi belajar

III. TUJUAN

A. Pengembangan KES

1. Agar peserta didik memahami mengenai jenis-jenis motivasi belajar , cara mengembangkan motivasi belajar dan faktor apa sajakah yang dapat menurunkan motivasi belajar yang akan berguna dalam kehidupan sehari-hari dan untuk peserta didik lebih dapat meningkatkan dan mengembangkan motivasi belajar demi mencapai kesuksesan.
2. Dapat memahami cara mengembangkan motivasi belajar itu sendiri dan dapat menjalani kegiatan belajar mengajar dengan baik dan mencapai kesuksesan.

B. Penanganan KES-T

Untuk menghindari dan mencegah ketidaktahuan dan kebingungan dalam mengatasi motivasi belajar rendah.

IV. METODE DAN TEKNIK

A. Jenis layanan : layanan informasi (Format Klasikal)

V. SASARAN PENILAIAN HASIL PEMBELAJARAN

Diperoleh hal-hal baru oleh peserta didik dalam kaitannya dengan KES dengan unsur-unsur AKURS.

A. KES

1. Acuan (A): adanya dan kegunaan motivasi belajar.
2. Kompetensi (K): apa yang perlu dilakukan peserta didik dalam meningkatkan motivasi belajar.
3. Usaha (U): kegiatan peserta didik untuk meningkatkan motivasi belajar

4. Rasa (R): bagaimana peserta didik merasa setelah mengetahui dan memahami tentang cara mengembangkan dan meningkatkan motivasi belajar dan faktor yang dapat menurunkan motivasi belajar.
5. Sungguh-sungguh (S): kesungguhan peserta didik meningkatkan motivasi belajar di sekolah dan memanfaatkan dalam kehidupan sehari-hari secara optimal.

B. KES-T

Menghindarkan dan mencegah ketidaktahuan, ketidakpedulian terhadap peranan dan fungsi motivasi belajar yang mengakibatkan rendahnya motivasi belajar peserta didik.

VI LANGKAH KEGIATAN

A. LANGKAH PENGANTARAN

1. Mengucapkan salam dan mengajak peserta didik berdoa.
2. Mengecek kehadiran peserta didik
3. Mengajak peserta didik untuk mengikuti kegiatan pelatihan dengan penuh perhatian, semangat dengan melakukan kegiatan berpikir, merasa, bersikap, bertindak dan bertanggung jawab berkenaan dengan materi pelatihan yang akan dibahas.
4. Menyampaikan arah materi pokok pembelajaran, yaitu dengan judul “Peranan Motivasi Belajar dan Fungsi motivasi belajar”.
5. Menyampaikan tujuan pembahasan yaitu dipahaminya oleh peserta didik mengenai peranan dan fungsi motivasi belajar .

VI. LANGKAH PENJAJAKAN

1. Menanyakan kepada peserta didik siapa yang sudah tahu tentang bimbingan konseling.

VII. LANGKAH PENAFSIRAN

1. Pembahasan tentang makna kata “jenis-jenis motivasi, cara mengembangkan motivasi belajar dan faktor yang menurunkan motivasi belajar”Menjelaskan apa yang harus difahami dari peranan motivasi belajar dan mengapa harus mengetahui materi yang akan disampaikan .
2. Apa kaitan konselor dengan upaya meningkatkan motivasi belajar.

VIII. LANGKAH PEMBINAAN

1. Apa dan mengapa fungsi motivasi belajar sangat berpengaruh terhadap kesuksesan peserta didik.
2. Apasaja peranan motivasi belajar agar kehidupan peserta didik lebih sukses.
3. Apasajakah faktor yang dapat menurunkan motivasi belajar. kemudian peserta didik meningkatkan motivasi belajar tersebut
4. Bagaimana peserta didik mengetahui cara mengembangkan dan meningkatkan motivasi belajar peserta didik untuk menuju kesuksesan.

IX. LANGKAH PENILAIAN DAN TINDAK LANJUT

Di akhir proses pembelajaran peserta didik diminta merefleksikan apa yang mereka peroleh dengan pola BMB3 dalam unsur-unsur AKURS, yaitu :

- A. Berfikir: apa yang mereka pikirkan motivasi belajar dan pentingnya motivasi belajar. (unsur A).
- B. Merasa: apa yang mereka rasakan dengan mengetahui motivasi belajar, peranan motivasi belajar dan fungsi daripada motivasi belajar (unsur R)
- C. Bersikap: bagaimana mereka bersikap dan akan melakukan apa setelah mengetahui pentingnya motivasi belajar (unsur K dan U).
- D. Bertindak: bagaimana menyampaikan kepada lingkungan sekitar akan pentingnya untuk meningkatkan motivasi belajar (unsur K dan U).
- E. Bertanggung jawab: bagaimana mereka bersungguh-sungguh dalam meningkatkan motivasi belajar setelah mengetahui faktor yang dapat menurunkan motivasi belajar .

X. SARANA

Sumber/bahan dan alat : Materi Tentang ketrampilan Pelatihan ketrampilan asertif, konfrontasi dan ketrampilan pemecahan masalah (terlampir).

Bandar lampung, 15 November 2016

Guru BK

Praktikan

Gusri Mulyani, S.Pd
NIP.196808081997022005

Risnasari Z
NPM. 1211080083

MATERI

Motivasi Belajar

A. Jenis-jenis Motivasi

Motivasi ada dua jenis, yaitu:

1. Motivasi Intristik

Motivasi yang berasal dari dalam diri siswa/orang itu sendiri.

2. Motivasi Ekstrinsik

Dorongan yang ada pada diri seseorang untuk melakukan suatu tindakan atau perbuatan. Namun dorongan tersebut datang dari luar individu yang bersangkutan. Jadi orang itu dirangsang dari luar.

B. Faktor yang Menurunkan Motivasi Belajar

1. Kehilangan harga diri

Pengaruh dari hilangnya harga diri bagi orang dewasa sangat besar. Tanpa harga diri, peserta didik orang dewasa akan berlaku sangat emosional dan pasti menurunkan motivasi belajarnya

2. Ketidak nyamanan fisik

Fisik merupakan aspek fisiologis/penampakan yang penting untuk meningkatkan motivasi belajar. Seorang peserta didik dewasa biasanya selalu memperhatikan penampilan fisiknya. Jika fisiknya tidak membuat ia nyaman, motivasi belajarnya pun akan menurun. Contoh; seorang yang mempunyai

badan yang besar akan mengalami penurunan motivasi jika ia diminta untuk belajar lari sprint dilapangan.

3. Frustrasi

Kendala dan masalah hidup yang dihadapi oleh orang dewasa merupakan hal yang harus dijalani. Terkadang dapat diatasi, terkadang tidak. Mereka yang mengalami masalah yang tidak tertanggulangi biasanya akan cepat frustrasi

4. Teguran yang tidak dimengerti

Orang dewasa tidak hanya manusia yang mempunyai pemikiran dan pengalaman luas ttapi juga prasangka yang besar pula. Jika tutor/guru menegur dengan tanpa ia mengerti, peserta didik orang dewasa itu pun akan merasa bingung dan berprasangka macam-macam yang pada akhirnya menjadi faktor penurun motivasi belajarnya. Contohnya, tutor/guru yang kesal dengan peserta didiknya yang terlambat menacung-acungkan jari dengan cepat kepada peserta didik tersebut

5. Materi terlalu sulit/ mudah

Materi pembelajaran dapat diukur dengan menerapkan pratest dan pengidentifikasian sasaran peserta didik. Terkadang hal ini tidak diperhatikan tutor/guru sehingga materi yang diajarkan terlalu sulit/mudah. Bagi peserta didik orang dewasa, mereka tentu sangat bosan dengan materi yang terlampau mudah dan sangat frustrasi dengan materi yang terlampau sulit. Keduanya mempengaruhi motivasi belajar peserta didik ketingkat terendah.

6. Persaingan yang tidak sehat

Setiap peserta didik orang dewasa mempunyai perbedaan satu sama lainnya. Kadang-kadang dalam ujian ada saja yang berbuat curang. Peserta didik yang berbuat jujur merasa tidak adil kepada mereka yang mencontek dan mendapat nilai bagus sementara dirinya bersungguh-sungguh dalam belajar tetapi nilainya standar saja. Hal ini menyebabkan motivasi belajarnya menurun bahkan menjadikan proses belajar tidak lagi kondusif.

7. Berkelompok dengan peserta yang sama sama kurang

Metode pembelajaran kelompok merupakan suatu metode strategis untuk tutor/guru agar peserta didik dapat saling mengisi dan menanggulangi masalah yang disampaikan tutor/guru. Jika dalam satu kelompok anggotanya berkemampuan rendah semua, kegiatan kelompok tidak akan berjalan baik. Proses yang diharapkan guru/tutor agar saling mengisi dan bertukar pendapat akan tidak berjalan dikarenakan seluruh anggorannya berkemampuan rendah. Peserta didik pun akan merasa tidak mencapai progres yang baik dan tidak mencapai target. Keadaan tersebut akan menurunkan motivasi belajarnya.

C. Cara Mengembangkan Motivasi Belajar

1. **Menahan diri** - saat kita tertarik dengan sesuatu yang baru biasanya dengan penuh antusias untuk segera melakukannya,.lupa bahwa kita juga mempunyai keterbatasan. Seolah kita mampu melakukan segalanya dan mengerahkan semua energy yang ada, hingga cepat terkuras dan kehabisan energy.

Tahanlah keinginan jangan melakukan semua yang diinginkan, lakukan 50 - 75 % saja dan buat perencanaan untuk meningkatkannya secara perlahan.

2. **Visualisasikan** - carilah gambar atau image yang berhubungan dengan tujuan atau cita-cita kita, misalnya berupa barang, atau tempat wisata yang ingin dikunjungi. Letakkan ditempat yang sering terlihat, agar setiap kali melihatnya membuat kita termotivasi untuk berusaha lebih giat.
3. **Cari teman atau partner** - mempunyai partner dalam misi yang sama sangat membantu untuk terus termotivasi, saling membantu dan memberi informasi, bekerja sama dalam menggapai mimpi.
4. **Kerjakan segera** - pada saat kita merasa ingin melakukan sesuatu yang akan mempercepat proses pencapaian tujuan, lakukanlah segera. Jangan menundanya, seringkali kita menunda hal-hal yang seharusnya dilakukan. Entah itu dengan alasan karena merasa tidak mampu melakukannya atau karena alasan lain yang tidak seharusnya.
5. **Buatlah menjadi menyenangkan** - betapun beratnya perjuangan untuk mencapai yang diinginkan, berusahalah untuk membuatnya menjadi hal yang menyenangkan. Melakukan hal yang menurut kita menyenangkan membuat segalanya tampak lebih ringan dan mudah.
6. **Bersabar** - hmm.. kata ini terlalu sering didengar, mudah mengatakannya namun sulit untuk melakukannya. Terlebih jika mempunyai tujuan dalam jangka panjang, namun bersabar adalah keharusan. Setiap sesuatu

membutuhkan waktu, bila memang sudah waktunya nanti kita bisa merasakan nikmatnya kesuksesan.

7. **Buat tujuan jangka pendek** - mempunyai tujuan jangka panjang bisa jadi sangat berat untuk tetap termotivasi, dalam beberapa minggu atau bulan sangat mungkin kita kehilangan motivasi. Untuk mengatasi ini pecahlah tujuan jangka panjang tersebut menjadi beberapa tujuan jangka pendek.
8. **Beri dirimu penghargaan** - bukan hanya untuk tercapainya tujuan jangka panjang, seperti pada point 9 yaitu memecahnya menjadi beberapa jangka pendek. Untuk setiap tercapainya tujuan jangka pendek berilah dirimu penghargaan yang sesuai, tapi juga jangan berlebihan.
9. **Cari inspirasi setiap hari** - inspirasi merupakan motivator terbaik, dan inspirasi bisa ditemukan dimana saja. Carilah inspirasi setiap hari, inspirasi bisa berasal dari : blogs, cerita sukses, forums, buku, majalah, koran, televisi, dan radio.
10. **Cari guru atau pembimbing** - ini akan memberi kita motivasi, setidaknya untuk **show** atau menunjukkan keberhasilan yang telah dicapai. Dan memberi motivasi untuk melakukan sesuatu yang telah diajarkan. Mungkin ini cara yang mahal untuk mencari motivasi, tapi cari ini terbukti bisa berhasil.
11. **Buatlah aturan** - harus diakui terkadang kita juga merasa malas dan bosan, hingga melewati satu hari berlalu tanpa ada kemajuan. Tapi jangan biarkan ini terus terjadi, satu hari kita malas maka besoknyapun kita masih malas

untuk melakukannya. Buatlah aturan untuk tidak melewatkannya lebih dari 1 hari, cukup satu hari yang tersia-sia.

12. **Khayalkan atau gambarkan** - gambarkan akan seperti apa kita pada saat telah mencapai sukses seperti yang diinginkan. Mobil apa yang dikendarai, seperti apa rumah yang bakal dibangun, dimana akan berwisata, atau semisalnya. Lakukan ini setidaknya 5 - 10 menit setiap hari. Cara ini dipakai untuk mempertahankan motivasi dalam waktu yang lama.
13. **Teman berkompetisi** - carilah yang bersahabat dan mau berkompetisi dengan sportif. Partner atau teman bisa juga menjadi pesaing dalam arti yang positif, pastikan untuk bersaing secara positif.
14. **Buat komitmen pada publik** - trik ini terbukti ampuh. Misalnya : buat tulisan di blog bahwa kita akan mencapai sesuatu pada tanggal yang ditentukan
15. **Berpikir positif, buang yang negatif** - awasi pikiran, waspadalah terhadapnya. Sadar atau tidak kita selalu berbicara pada diri sendiri, namun kita tidak selalu siap menghadapi pikiran buruk kita sendiri. Buanglah jauh dan gantilah pikiran buruk dengan pikiran yang baik, pikiran baik bisa menjadi kekuatan yang dahsyat.

PENGERTIAN KETERAMPILAN EMPATI, KONFRONTASI DAN KETRAMPILAN PEMECAHAN MASALAH

A. Keterampilan Empati

1. Definisi

Empati merupakan kemampuan untuk memahami pribadi orang lain sebaik dia memahami dirinya sendiri. Tingkah laku empatik merupakan salah satu keterampilan mendengarkan dengan penuh pemahaman (mendengarkan secara aktif). Seorang konselor hendaknya dapat menerima secara tepat makna dan perasaan-perasaan konselinya. Konselor yang empatik mampu "merayap di bawah kulit konseli" dan melihat dunia melalui mata konseli, mampu mendengarkan konseli dengan tanpa prasangka dan tidak menilai (jelek), dan mampu mendengarkan cerita konseli dengan baik. Konselor yang empatik dapat merasakan kepedihan konseli tetapi dia tidak larut terhanyut karenanya. Dengan demikian konselor yang empatik mampu membaca tanda-tanda (isyarat, gesture, mimik) yang menggambarkan keadaan psikologis dan emosi yang sedang dialami orang lain. Orang yang empatik mampu merespon secara tepat kebutuhan-kebutuhan orang lain tanpa kehilangan kendali.

Sebagian individu terampil menginter-pretasikan ekspresi non verbal (ekspresi wajah, nada suara, bahasa tubuh), dan pikiran serta perasaan orang lain. Sementara, orang lain tidak mengembangkan keterampilan-keterampilan tersebut sehingga tidak mampu menempatkan dirinya dalam "diri orang lain", tidak dapat memperkirakan apa yang sedang orang lain rasakan, dan tidak dapat memperkirakan apa yang orang lain senang lakukan. Hal demikian tentu sangat merugikan hubungan personal dengan orang lain. Individu dengan empati yang rendah, cenderung mengulangi pola-pola tingkah laku yang sama yang tidak menyenangkan orang lain, dan cenderung menyamaratakan perasaan dan keinginan orang lain.

Empati berbeda dengan simpati dan antipati. Apati berarti tidak peduli dan tidak melibatkan perasaan atau tidak menaruh minat dan perhatian terhadap seseorang atau beberapa orang. Seseorang yang apati terhadap sesuatu biasanya tidak mau melibatkan diri, dan biasanya memberikan pesan non verbal yang mengisaratkan ketidakpedulian seperti "Apa peduliku", "Ah, itu masalahmu, bukan urusanku", dan lain sebagainya. Dalam masyarakat moderen seperti sekarang ini, kita memang perlu bersikap apati untuk orang-orang tertentu. Keterampilan mendengarkan dengan penuh pemahaman (mendengarkan secara aktif). Seorang konselor hendaknya dapat menerima secara tepat makna dan perasaan-perasaan konselinya. Konselor yang empatik mampu "merayap di bawah kulit konseli" dan melihat dunia melalui mata konseli, mampu mendengarkan konseli dengan tanpa prasangka dan tidak menilai (jelek), dan mampu mendengarkan cerita konseli dengan baik. Konselor yang empatik dapat merasakan kepedihan konseli tetapi dia tidak larut terhanyut karenanya. Dengan demikian konselor yang empatik mampu membaca tanda-tanda (isyarat, gesture, mimik) yang menggambarkan keadaan psikologis dan emosi yang sedang dialami orang lain. Orang yang empatik mampu merespon secara tepat kebutuhan-kebutuhan orang lain tanpa kehilangan kendali.

2. Tujuan

Setelah mengikuti sesi pelatihan ini diharapkan peserta mampu:

1. Mengidentifikasi perasaan-perasaan orang lain.
2. Merespon secara empatik perasaan-perasaan yang diungkapkan oleh orang lain

B. Keterampilan Konfrontasi

1. Definisi

Konfrontasi adalah usaha sadar konselor untuk mengemukakan kembali dua pesan atau lebih yang saling bertentangan yang disampaikan konseli. Konfrontasi merupakan salah satu respon konselor yang sangat membantu konseli. Jika

disampaikan secara tepat, konfrontasi memungkinkan konselor mengemukakan dua pesan ganda konseli (pesan yang berlawanan) tanpa menimbulkan kemarahan dan sikap bertahan konseli terhadap konselor. Konfrontasi akan membantu konseli untuk menyadari dan menghadapi berbagai pikiran, perasaan dan kenyataan yang terjadi pada dirinya, yang ingin disembunyikan atau diingkarinya. Konfrontasi juga membantu konseli untuk mencapai kesesuaian (*congruency*), yaitu suatu keadaan dimana kata-kata konseli sesuai dengan tingkah lakunya. Konselor perlu melakukan konfrontasi apabila pada diri konseli didapati adanya: 1) pertentangan antara apa yang dia katakan dengan apa yang dia lakukan, 2) pertentangan antara dua perkataan yang disampaikan dalam waktu yang berbeda, 3) pertentangan antara perasaan yang dia katakan dengan tingkah laku yang tidak mencerminkan perasaan tersebut.

Dalam praktiknya, konfrontasi diungkapkan melalui kalimat gabungan yang mengandung dua kondisi yang kontradiktif seperti, *"Anda mengatakan bahwa anda senang bersekolah di sekolahmu, tetapi anda sering membolos"*; *"Nanda mengatakan sangat senang dengan keputusan orang tua, tetapi Nanda menangis"*; *"Tadi kamu katakan bahwa kamu tidak mencintainya, tetapi baru saja kamu juga mengatakan bahwa kamu tidak bisa hidup tanpa dia."* Konfrontasi digunakan hanya melalui kata-kata yang merupakan penyimpulan dari perkataan, dan atau perbuatan konseli. Dengan kata lain, konfrontasi mendiskripsikan pesan konseli, mengobservasi tingkah laku konseli, dan bukti-bukti lain yang sedang terjadi pada konseli. Konfrontasi tidak boleh berisikan tuduhan, penilaian, atau pemecahan masalah.

2. Tujuan

Setelah mengikuti pelatihan keterampilan konfrontasi diharapkan peserta pelatihan dapat:

- a) Mengetahui kondisi-kondisi konfrontasi yang dapat membantu konseli.
- b) Menggunakan keterampilan konfrontasi secara efektif.

C. Keterampilan Pemecahan Masalah

1. Definisi

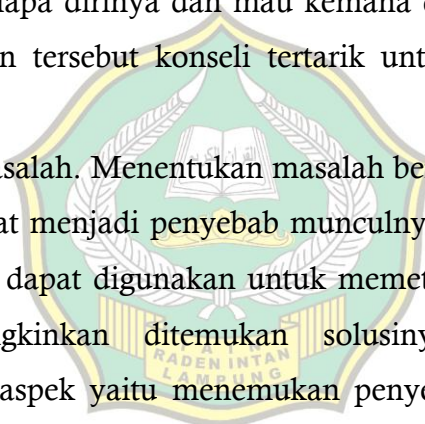
Pemecahan masalah akan menjadi efektif apabila konseli dan konselor telah mengeksplorasi dan memahami seluruh dimensi dari masalah. Jika dimensi-dimensi masalah telah ditemukan, konseli kemudian didorong untuk taat melakukan perubahan tingkah laku. Seorang konselor hendaknya mampu mendengarkan inti ungkapan konseli yang merupakan pokok-pokok masalah yang perlu dibantu untuk dipecahkan.

Beberapa cara dapat dilakukan untuk membantu memecahkan masalah. Penggunaan keterampilan komunikasi (misalnya keterampilan mendengarkan) merupakan salah satu cara yang dapat digunakan. Pada banyak kasus, keterampilan komunikasi saja tidak cukup. Beberapa konseli membutuhkan bantuan yang memerlukan teknik-teknik pemecahan masalah.

Dalam pemecahan masalah, konselor hanya memfasilitasi atau membantu konseli untuk mengambil tindakan nyata kearah pemecahan masalah. Ada tujuh prosedur umum dalam pemecahan masalah. Ketujuh prosedur tersebut tertata dalam tujuh tahap pemecahan masalah yaitu:

- a) Mengeksplorasi masalah. Mengeksplorasi masalah merupakan aktifitas untuk melihat berbagai dimensi yang mungkin terkait dengan masalah tersebut. Eksplorasi masalah biasanya terjadi pada tahap awal hubungan konseling, tetapi dapat diintensifkan kembali setiap saat selama proses konseling berlangsung. Untuk membantu konseli mengeksplorasi masalah, dibutuhkan keterampilan attending, empati, merangkum, mengajukan pertanyaan terbuka, dan keterampilan konfrontasi.
- b) Memahami masalah. Memahami masalah berarti meningkatkan kesadaran tentang bagaimana berbagai aspek yang terkait dapat menyebabkan munculnya masalah. Pemahaman biasanya berkembang

ketika perasaan-perasaan yang mengganggu dapat diatasi. Untuk membantu konseli memahami masalahnya, konselor perlu menggunakan keterampilan konfrontasi dan perilaku genuin. Selain itu keterampilan empati dan *attending* juga tetap diperlukan. Pemahaman secara penuh akan terjadi apabila berbagai aspek yang terkait dengan masalah telah dieksplorasi. Setelah dapat memahami masalah yang dimiliki, konseli menjadi sadar siapa dirinya dan mau kemana dia menuju. Diharapkan, dari pemahaman tersebut konseli tertarik untuk melakukan perubahan diri.

- 
- c) Menentukan masalah. Menentukan masalah berarti menajamkan isu-isu yang diduga kuat menjadi penyebab munculnya masalah. Penajaman ini diperlukan agar dapat digunakan untuk memetakan masalah mana yang paling memungkinkan ditemukan solusinya. Penentuan masalah mencakup dua aspek yaitu menemukan penyebab masalah, dan tujuan yang diinginkan. Penyebab munculnya masalah dan tujuan yang diinginkan dapat ditemukan apabila eksplorasi dan pemahaman masalah sudah dapat dikuasai. Tanpa eksplorasi yang cukup dan pemahaman masalah secara baik, pemecahan masalah tidak akan berjalan secara baik karena terlalu banyak aspek yang terkait dengan masalah tidak diketahui. Jika ini yang terjadi, maka pemecahan masalah tidak akan ditemukan secara tepat.
- d) Curah pendapat (*brainstorming*). Secara esensial, curah pendapat berarti bahwa seluruh prosedur atau alternatif-alternatif yang dapat membantu memecahkan masalah dikemukakan tanpa dicela atau tanpa dikritik keefektifannya. Hal penting yang perlu dicatat adalah pentingnya tanggung jawab masing-masing pihak untuk mencurahkan ide-ide yang memungkinkan.
- e) Menilai berbagai alternatif. Pada langkah ini, dikaji kaitan antara nilai-nilai, dan kekuatan, serta kelemahan-kelemahan konseli yang terkait dengan

berbagai alternatif pemecahan masalah yang dimunculkan melalui curah pendapat. Nilai-nilai yang dipegang teguh oleh konseli yang terkait dengan berbagai issue pemecahan masalah, sangat berpengaruh terhadap proses pengambilan keputusan. Jika nilai-nilai tersebut diabaikan dalam pemilihan solusi, kemungkinan keberhasilan pemecahan masalah menjadi kurang maksimal. Sebelum menentukan alternatif terbaik, identifikasilah dan garis bawahilah terlebih dahulu nilai-nilai yang paling penting yang terkait dengan masalah, serta kekuatan-kekuatan yang akan paling mempermudah keberhasilan pemecahan masalah.

- f) Menetapkan alternatif yang terbaik. Penetapan alternatif terbaik merupakan keputusan final terhadap satu atau dua alternatif yang dipandang paling baik yang dipilih dari berbagai alternatif yang dimunculkan dari curah pendapat setelah mempertimbangkan nilai-nilai, faktor kekuatan dan kelemahan yang dimiliki oleh konseli. Masing-masing solusi dipertimbangkan dan dibandingkan. Alternatif terbaik yang diambil sebagai keputusan terakhir adalah alternatif yang dipandang sebagai solusi yang paling efektif dan paling mudah dilakukan.
- g) Melaksanakan alternatif yang telah ditentukan/dipilih. Langkah terakhir dari pemecahan masalah adalah mendorong konseli untuk melaksanakan alternatif yang: a) paling sesuai dengan nilai-nilai konseli, b) sesuai dengan kekuatan-kekuatan yang dimiliki, dan c) paling sedikit melibatkan kekuarangan /kelemahan konseli.

2. Tujuan

Setelah mengikuti pelatihan keterampilan pemecahan masalah diharapkan peserta pelatihan dapat:

1. Memahami strategi-strategi pemecahan masalah
2. Memahami prosedur-prosedur pemecahan masalah

3. Mendemonstrasikan strategi-strategi pemecahan masalah

**PENGERTIAN KETERAMPILAN *ATTENDING*, MERANGKUM,
BERTANYA DAN PERILAKU *GENUINE***

A. Keterampilan *Attending*

1. Definisi

Attending adalah pemberi perhatian fisik kepada orang lain. *Attending* juga berarti mendengarkan dengan menggunakan seluruh tubuh kita. *Attending* merupakan komunikasi nonverbal yang menunjukkan bahwa konselor memberikan perhatian secara penuh terhadap lawan bicara yang sedang berbicara. Keterampilan *attending* meliputi: keterlibatan postur tubuh, gerakan tubuh secara tepat, kontak mata, dan lingkungan yang nyaman.

- a. Keterlibatan Bahasa tubuh, sering kali "berbicara lebih keras" dari pada bahasa verbal. Suatu komunikasi menjadi lebih kuat jika konselor menampilkan sikap tubuh yang rileks tetapi penuh perhatian dan siap siaga mendengarkan pembicaraan konseli, agak condong kedepan menghadap konseli dengan tetap menjaga situasi dan posisi diri yang terbuka dalam jarak yang tepat dari konseli.
- b. Gerak tubuh secara tepat, merupakan bagian utama dari aktivitas mendengarkan dengan baik. Seorang konselor yang sedang mendengarkan konselinya tetapi tanpa diikuti dengan gerakan tubuh akan tampak kaku, dingin, dan terasa adanya jarak yang jauh. Sebaliknya konselor yang menyertakan gerakan-gerakan aktif saat mendengarkan konseli (bukan gerakan gelisah atau gerakan grogi) akan dimaknai sebagai konselor yang bersahabat, dan hangat.
- c. Kontak mata, kontak mata yang efektif mengekspresikan minat dan

keinginan untuk mendengarkan orang lain. Kontak mata mencakup pemusatan pandangan mata secara lembut pada pembicara dan kadang-kadang memindahkan pandangan dari wajah konseli ke bagian tubuh lainnya misalnya tangan, dan kemudian kembali ke wajah, lalu kontak mata terjadi lagi. Kontak mata tidak terjadi jika konselor memandang jauh atau membuang pandangan dari konseli, memandang wajah konseli dengan pandangan kosong, dan konselor menghindari tatapan mata konseli. Kontak mata memungkinkan konseli menyadari penerimaan konselor terhadap diri konseli beserta pesan-pesan dan keluhan-keluhan yang disampaikan konseli. Kontak mata membantu konseli untuk menggambarkan betapa amannya dia bersama dengan konselor.

- d. Lingkungan yang nyaman, *Attending* menuntut pemberian perhatian kepada orang lain. Hal ini tidak mungkin terjadi dalam lingkungan yang bising, hiruk pikuk, dan kacau. Radio, televisi dan sejenisnya bisa menjadi pengganggu, oleh karena itu perlu dimatikan. Demikian juga dering telephon.

2. Tujuan

Setelah mengikuti sesi pelatihan ini diharapkan peserta mampu: 1. Mengidentifikasi perasaan-perasaan orang lain. 2. Merespon secara empatik perasaan-perasaan yang diungkapkan oleh orang lain.

B. Ketrampilan Merangkum

1. Definisi

Dalam proses konseling seringkali konseli mengemukakan berbagai isi hatinya dan terkadang tidak fokus pada satu persoalan tertentu. Tidak jarang pula konseli mencampur-baurkan antara masalah sebagai fakta dengan masalah yang berkembang sebagai akibat dari penafsiran atau persepsi mereka terhadap masalah faktual tersebut. Persepsi konseli terhadap masalah inilah yang membuat respon konseli unik.

Dengan kata lain, suatu masalah yang sama akan dihayati secara berbeda-beda oleh dua orang atau lebih. Kadang kala masalah akan terasa menjadi lebih besar akibat penghayatan individu yang berlebihan terhadap masalah tersebut. Meskipun demikian, seorang konselor tidak boleh memberikan penilaian (*judgment*) atas persepsi konseli seperti "Ah itu kan hanya perasaanmu saja", "Kamu kok cengeng sih, begitu aja dibesar-besarkan".

Seorang konselor harus penuh perhatian kepada konseli. Dalam proses komunikasi konseling, konselor harus dapat menangkap pikiran-pikiran dan perasaan-perasaan penting yang diekspresikan oleh konseli. Pada saat yang sama konselor juga dituntut mampu memberikan umpan balik (*feed back*) kepada konseli pada bagian-bagian yang penting dan sekaligus memberikan kesempatan kepada konseli untuk memperoleh kesadaran baru terhadap masalah yang sedang dihadapinya. Untuk mampu melakukan hal-hal tersebut keterampilan merangkum, perlu dikuasai oleh seorang konselor.

Merangkum dalam komunikasi konseling adalah aktivitas konselor mengungkapkan kembali pokok-pokok pikiran dan perasaan yang diungkapkan konseli. Dalam suatu dialog yang panjang antara konseli dan konselor, banyak pokok-pokok pikiran dan perasaan konseli yang diungkapkan secara "berserakan". Konselor harus mencermati pokok-pokok pikiran dan perasaan tersebut, mengingat dalam hati, mengidentifikasi dalam hati, lalu pada saat yang tepat mengungkapkan kembali kepada konseli dengan gaya bahasa konselor sendiri. Ketepatan konselor membuat rangkuman akan menumbuhkan kesan pada konseli bahwa konseli diperhatikan, didengarkan kata-katanya, dipahami, dan diterima kehadirannya oleh konselor. Perlu diingat bahwa kata-kata untuk mengawali rangkuman perlu ditata dengan baik sehingga tidak ada kesan konselor menghakimi. Beberapa kata yang dapat digunakan untuk mengawali suatu rangkuman misalnya: "Saya mendengar bahwa anda benar-benar mengatakan.....", "Hal yang anda katakan mengesankan bahwa.....", "Makna yang ada dibalik hal-hal yang anda ungkapkan adalah.....",

”Makna yang ada dibalik ungkapan perasaan anda adalah.....”, ”Poin-poin penting yang anda kemukakan adalah.....”.

2. Tujuan

C. Keterampilan Bertanya

1. Definisi

Dalam komunikasi antara konselor dan konseli, konselor dapat membantu konseli untuk memperoleh pemahaman yang lebih baik dengan mengajukan pertanyaan terbuka dan pertanyaan tertutup. Pertanyaan terbuka adalah pertanyaan yang memungkinkan konseli memberikan jawaban secara terbuka dan luas. Pertanyaan terbuka dapat membantu konseli menggali dirinya guna memperoleh pemahaman diri yang lebih baik. Melalui penggunaan pertanyaan terbuka, konselor juga mengkomunikasikan minatnya untuk membantu konseli dalam mengeksplorasi diri. Pertanyaan terbuka dapat diungkapkan misalnya dengan ”Apa yang anda pikirkan ketika merenung sendirian?” ”Bagaimana perasaan anda ketika dia meninggalkan anda?” ”Apa rencana anda selanjutnya?”.

Pertanyaan tertutup adalah pertanyaan yang biasanya dapat dijawab dengan jawaban ya atau tidak, atau dijawab dengan satu dua kata. Beberapa contoh pertanyaan tertutup adalah, ”Ketika ibumu meninggal kamu berusia berapa tahun?” ”Apakah anda merasa kesal atas perlakuan yang anda terima?” ”Berapa jumlah saudara kandungmu?”. Pertanyaan tertutup cenderung memutus pembicaraan. Pertanyaan tertutup lebih menekankan pada isi pembicaraan yang faktual dari pada memperhatikan perasaan. Jika konselor menginginkan konseli berbicara banyak tentang berbagai hal, penggunaan pertanyaan tertutup kurang tepat. Meskipun demikian, jika konselor menginginkan konseli memberikan suatu jawaban yang singkat dan jelas, pertanyaan tertutup tepat digunakan. Pertanyaan tertutup sering kali

menimbulkan kesan pada konseli bahwa konselor kurang menaruh perhatian kepada konseli.

2. Tujuan

Setelah mengikuti pelatihan ini diharapkan peserta dapat:

- a) Memahami pertanyaan-pertanyaan yang baik.
- b) Menggunakan pertanyaan-pertanyaan terbuka dan tertutup secara tepat.
- c) Mengajukan pertanyaan secara efektif dan menjaga komunikasi timbal balik dengan ”konseli”.

D. Perilaku Genuin

1. Definisi

Dalam suatu komunikasi antara konselor dengan konseli, ketidak jujuran atau menutup-nutupi berbagai perasaan yang berkecamuk dalam diri konselor seyogyanya dihilangkan. Konselor harus memancarkan kejujuran dan keterbukaan terhadap konseli. Pertanyaan yang muncul adalah bagaimana jika dalam diri konselor muncul perasaan tidak suka kepada konseli, haruskah perasaan itu secara jujur dikemukakan kepada konseli? Akankah kejujuran tersebut merusak hubungan antar pribadi?. Kejujuran konselor harus disampaikan atau diekspresikan secara tepat sehingga tidak melukai hati konseli. Sebagai konselor, sebelum anda dapat mengekspresikan perasaan-perasaan anda, anda harus menyadari adanya perasaan-perasaan tersebut. Untuk mengomunikasikan keterbukaan dan kejujuran kepada konseli, pertama kali anda harus menguasai diri dan perasaan-perasaan anda, sadar diri siapa diri anda beserta pikiran-pikiran dan perasaan-perasaan yang ada pada diri anda.

Kemampuan ini meliputi bagaimana anda belajar membedakan berbagai perasaan yang hinggap dalam diri tanpa harus menyangkalnya atau menutup-nutupinya. Jika anda merasa bahagia, anda dapat menyadari bahwa anda bahagia, atau ketika anda merasa marah, anda dapat menyadari adanya kemarahan anda tersebut. Untuk berlatih mengekspresikan keaslian atau kejujuran atau kesejatian perasaan dan pikiran, anda



perlu belajar membedakan antara respon-respon yang tidak responsif, respon yang tidak genuin, dan respon yang genuin. Sebagai contoh, dalam situasi dimana konseli mengemukakan "Saya jengkel dan kesal kepada kakak saya"; respon yang tidak responsif adalah "Kamu harus benar-benar menyukai kakakmu", "Kamu harus hormat kepada kakakmu". Respon yang tidak genuin terhadap pernyataan konseli misalnya: "Anda membuat pernyataan yang memalukan tentang kakakmu". Sedangkan pernyataan yang genuin dapat diungkapkan melalui pernyataan berikut, "Jika anda jengkel dan kesal kepada kakak anda, saya rasa tidak mudah untuk berpisah darinya dan pergi meninggalkan rumah".

2. Tujuan

Setelah mengikuti sesi pelatihan ini, diharapkan peserta dapat:

- a) Membedakan tiga jenis respon yaitu, respon yang acuh tak acuh (tidak responsif), respon yang tidak jujur atau tidak asli (tidak genuin), dan respon yang jujur atau asli (genuin).
- b) Memahami perasaan-perasaan yang secara umum muncul dalam respon konseli.

Gambar Gambar Pelaksanaan Penelitian











YOGYAKARTA
LAMPUNG