

**PENGEMBANGAN PANDUAN KONSELING BEHAVIORAL TEKNIK *SELF*
MANAGEMENT UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR SISWA
KELAS VII DI SMP NEGERI 3 SEMARAPURA**

Oleh:

Cokorda Oka Wibhawa Putra

Program Studi Bimbingan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan,

Universitas Pendidikan Ganesha, Singaraja, Indonesia

Email: cokorda.oka.wibhawa@undiksha.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini merupakan penelitian pengembangan (*research & development*). Produk yang dikembangkan yaitu Panduan Konseling Kognitif Behavioral Teknik *Self management* Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas VII. Buku panduan ini dirancang sebagai pedoman bagi guru BK dalam memberikan layanan konseling di sekolah guna membantu mengatasi masalah motivasi belajar siswa yang rendah. Proses pengembangan dalam penelitian ini menggunakan model pengembangan 4D yang dikemukakan oleh Thiagarajan, yang terdiri dari beberapa tahapan yaitu: (1) Tahap Pendefinisian (*Define*), (2) Tahap Perancangan (*Design*), (3) Tahap Pengembangan (*Develop*), (4) Tahap Penyebaran (*Disseminate*). Penelitian ini melibatkan 5 orang ahli dalam bidang bimbingan konseling, termasuk 3 orang dosen Bimbingan Konseling FIP Undiksha dan 2 orang Guru Bimbingan Konseling dari SMP Negeri 3 Semarang. Sebanyak 10 orang siswa menjadi subjek penelitian untuk menguji efektivitas buku panduan ini. Hasil penilaian oleh para ahli terhadap 20 item instrumen yang digunakan menunjukkan bahwa seluruh isi buku panduan konseling memiliki validitas yang baik, dengan Indeks Validitas Isi (CVI) kategori sangat sesuai. Penilaian terhadap indeks validitas isi (*Content Validity Index*) sangat penting untuk menentukan kecocokan penggunaan buku panduan konseling ini. Pengujian hipotesis menunjukkan bahwa Implementasi Panduan Konseling Kognitif Behavioral Teknik *Self management* efektif Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas VII di SMP Negeri 3 Semarang. Hasil perhitungan menunjukkan nilai thitung sebesar 21,312 dengan tingkat signifikansi 0,05 dan nilai ES sebesar 2,13 yang termasuk dalam kategori tinggi.

Kata Kunci: Panduan Konseling Kognitif Behavioral, Teknik Self Management, Motivasi Belajar.

**DEVELOPMENT OF BEHAVIORAL COUNSELING GUIDELINES FOR
SELF MANAGEMENT TECHNIQUES TO INCREASE LEARNING
MOTIVATION OF GRADE VII STUDENTS IN SMP NEGERI 3
SEMARAPURA**

By:

Cokorda Oka Wibhawa Putra

Guidance Counseling Study Program, Faculty of Education,
Ganesha University of Education, Singaraja, Indonesia

Email: cokorda.oka.wibhawa@undiksha.ac.id

ABSTRACT

This research is a development research (research & development). The product developed is Cognitive Behavioral Counseling Guide to Self Management Techniques to Increase Students' Learning Motivation in Class VII. This handbook is designed to assist counseling teachers in providing counseling services in schools, especially in overcoming the problem of low learning motivation in class VII students. The development procedure in this study uses the 4D development model proposed by Thiagarajan, which consists of stages "(1) Define, (2) Design, (3) Develop, (4) Dissemination (Disseminate). In this study, involved 5 expert subjects in the field of counseling guidance, including 3 lecturers from the Counseling Guidance study program at the Undiksha Faculty of Education and 2 teachers from Semarang 3 Public Middle School. In addition, 10 students were also the subject of research to test the effectiveness of this guide. All instruments used in the assessment by experts of the counseling manual consist of 20 items, and all of them have good validity. Based on this assessment, the content validity index (CVI) of the counseling manual is categorized as very appropriate. Assessment of the content validity index (Content Validity Index) is very important to determine the feasibility of using this guidebook. The results of hypothesis testing show that Cognitive Counseling Guide to Behavioral Self Management Techniques for Increasing Student Motivation in Class VII at SMP Negeri 3 Semarang, with a t value of 21.312 with a significance level of 0.05 and an EIS value of -2.13 which is included in the high EIS category.

Keyword: Cognitive-behavioral counseling, self management techniques, Learning motivation