

**PENGEMBANGAN PANDUAN KONSELING  
*COGNITIVE BEHAVIORAL* TEKNIK *MODELING*  
UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI DAN  
KONSENTRASI BELAJAR SISWA KELAS IX  
SMP NEGERI 1 MELAYA**



**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING**

**PROGRAM PASCASARJANA**

**UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA**

**2024**

**PENGEMBANGAN PANDUAN KONSELING  
*COGNITIVE BEHAVIORAL* TEKNIK *MODELING*  
UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI DAN  
KONSENTRASI BELAJAR SISWA KELAS IX  
SMP NEGERI 1 MELAYA**

**TESIS**

**Diajukan kepada  
Universitas Pendidikan Ganesha  
Untuk Memenuhi Sebagai Prasyarat  
Memperoleh Gelar Megister Pendidikan  
Program Studi Bimbingan Konseling**

**Oleh**

**I Kadek Sudiarsana**

**NIM 2229111009**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
PROGRAM PASCASARJANA  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA**

2024

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING TESIS**

Tesis oleh I Kadek Sudiarsana ini diperiksa dan disetujui untuk

Mengikuti ujian tesis

Singaraja, 5 Februari 2024

Pembimbing 1

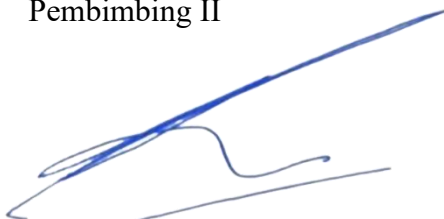


Prof. Dr. I Ketut Dharsana, M.Pd., Kons

Nip. 19570801 198303 1 003



Pembimbing II



Prof. Dr. Kadek Suranata, M.Pd., Kons

Nip. 19820816 200812 1 002

## LEMBAR PERSETUJUAN TIM PENGUJI

Tesis oleh I Kadek Sudiarsana ini telah berhasil dipertahankan di depan tim penguji dan diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Mengister Pendidikan di Program Studi Bimbingan dan Konseling, Program Pascasarjana, Universitas Pendidikan Ganesha.

Disetujui pada tanggal : 15 Februari 2024

Oleh  
Tim Penguji

Ketua ( Prof. Dr. Ni Ketut Suarni.M.S.,Kons )  
Nip. 19570303 198303 2 001

Anggota ( Prof. Dr. I Ketut Dharsana.M.Pd., Kons )  
Nip. 19570801 1983 03 1 003

Anggota ( Prof. Dr. Kadek Suranata,M.Pd.,Kons )  
Nip. 19820816 200812 1 002

Anggota ( Prof. Dr. I Ketut Gading,M.Psi. )  
Nip. 19591231 198403 1 009

Anggota (Dr. Luh Putu Sri Lestari,S.Pd.,M.Pd)  
Nip. 19860519 200812 2 003

**MOTTO**

Mengetahui Direktur  
Program Pascasarjana Undiksha



Prof. Dr. I Nyoman Jampel, M.Pd.  
Nip. 195910101986031003

## **MOTO**

**"Belajar adalah proses di mana pikiran dipaksa untuk  
berpikir." - Albert Einstein**



## LEMBAR PERNYATAAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa tesis yang saya susun sebagai syarat untuk memperoleh gelar Magister Pendidikan dari Pascasarjana Universitas Pendidikan Ganesha seluruhnya merupakan hasil karya saya sendiri. Bagian-bagian tertentu dalam penulisan tesis yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas dan sesuai dengan norma, kaidah, serta etika akademis.

Apabila di kemudian hari ditemukan seluruh atau sebagian tesis ini bukan hasil karya saya sendiri atau adanya plagiat dalam bagian-bagian tertentu, saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya sandang dan sanksi-sanksi lainnya sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku di wilayah Negara Kesatuan Republik Indonesia.

Singaraja, 5 Februari 2024

Yang memberi pernyataan



I Kadek Sudiarsana

## PRAKATA

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas anugrah-Nya, sehingga tesis yang berjudul: **“Pengembangan Panduan Konseling *Cognitive Behavioral* Teknik *Modeling* Untuk Meningkatkan Motivasi dan Konsentrasi Belajar Siswa Kelas IX SMP Negeri 1 Melaya”**, dapat diselesaikan sesuai dengan yang direncanakan.

Tesis ini ditulis untuk memenuhi salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Magister Pendidikan Pascasarjana Universitas Pendidikan Ganesha pada Program Studi Bimbingan dan Konseling. terselesaikannya tesis ini telah banyak memperoleh uluran tangan dari berbagai pihak. Untuk itu, izinkan penulis menyampaikan terima kasih dan penghargaan kepada pihak-pihak berikut.

1. Prof. Dr I Ketut Dharsana, M.Pd., Kons, sebagai pembimbing I yang telah dengan sabar membimbing, mengarahkan, dan memberikan motivasi yang demikian bermakna, sehingga penulis mampu melewati berbagai hambatan dalam perjalanan studi dan penyelesaian tesis ini.
2. Prof. Dr. Kadek Suranata, M.Pd., Kons, sebagai pembimbing II, yang dengan gaya dan pola komunikasi yang khas, telah melecut semangat, motivasi, dan harapan penulis selama penelitian dan penulisan naskah

laporan tesis ini, sehingga tesis ini dapat terwujud dengan baik sesuai harapan.

3. Prof. Dr. I Ketut Gading, M.Psi dan Dr. Luh Putu Sri Lestari, S.Pd., M.Pd. sebagai penguji yang telah banyak memberikan masukan-masukan yang bermanfaat untuk penyempurnaan tesis ini.
4. Para siswa kelas IX di SMP Negeri 1 Melaya yang telah terlibat banyak sebagai subyek penelitian.
5. Kepala SMP Negeri 1 Melaya yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian di SMP Negeri 1 Melaya.
6. Kepala SMP Negeri 1 Melaya yang telah memberikan izin dan bantuan administratif sehingga penulis memperoleh kesempatan melanjutkan studi dan menyelesaikan tesis ini.
7. Koordinator Program Studi Bimbingan Konseling dan staf dosen pengajar yang telah banyak membantu dan memotivasi penulis selama penyusunan tesis ini.
8. Direktur Pascasarjana Undiksha dan staf, yang telah banyak membantu selama penulis menyelesaikan tesis ini.
9. Rektor Universitas Pendidikan Ganesha, yang telah memberikan bantuan secara moral dan memfasilitasi berbagai kepentingan penulis dalam menyelesaikan tesis ini.
10. Rekan-rekan seangkatan di Program Studi Bimbingan Konseling yang dengan karakternya masing-masing telah banyak berkontribusi



membentuk kemandirian penulis selama menjalani studi dan penyelesaian tesis ini

11. Kepada kedua orang tua dan keluarga, yang telah banyak membantu secara material dan moral selama penyelesaian tesis ini.

Semoga semua bantuan yang telah mereka berikan dalam menyelesaikan studi ini, mereka diberkati imbalan yang sepadan oleh Tuhan Yang Maha Esa, kesehatan, dan keharmonian dalam menjalani kehidupan.

Penulis menyadari bahwa tesis ini belum sempurna. Namun, kehadirannya dalam konstelasi masyarakat akademis akan menambah perbendaharaan ilmu dalam perkembangan ilmu pengetahuan. Semoga tesis ini bermanfaat bagi masyarakat akademis, terutama mereka yang menyatakan diri bernaung di bawah kebesaran panji-panji pendidikan.

Singaraja, 5 Februari 2024



I Kadek Sudiarsana

## ABSTRAK

Sudiarsana, I Kadek (2024), *Pengembangan Panduan Konseling Cognitive Behavioral Teknik Modeling Untuk Meningkatkan Motivasi dan Konsentrasi Belajar Siswa Kelas IX SMP Negeri 1 Melaya*. Tesis, Bimbingan dan Konseling, Program Pascasarjana, Universitas Pendidikan Ganesha.

Tesis ini sudah disetujui dan diperiksa oleh Pembimbing I : Prof. Dr. I Ketut Dharsana, M.Pd., Kons dan Pembimbing II : Prof. Dr. Kadek Suranata, M.Pd., Kons

Kata-kata kunci: konseling cognitive behavioral, teknik modeling, motivasi belajar, konsentrasi belajar

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui prosedur pelaksanaan *Konseling Cognitive Behavioral Teknik Modeling* untuk meningkatkan motivasi dan konsentrasi belajar siswa serta dapat mengetahui kelayakan validitas isi buku panduan *Konseling Cognitive Behavioral Teknik modeling*. Jenis penelitian ini adalah penelitian dan pengembangan atau *research and development (R&D)*, model penelitian yang digunakan yaitu *Four-D (4D)*. Model 4D terdiri dari empat tahap penelitian yaitu *define, design, develop, dan disseminate*. Pengumpulan data dalam penelitian dilakukan menggunakan metode kuesioner, dengan instrument penelitian berupa instrument validitas produk buku panduan. Analisis data untuk menguji validitas isi produk buku panduan dengan menggunakan rumus *Lawshe CVR* dan *CVI*. oleh 3 pakar atau ahli yang berkompeten dalam bidang Bimbingan Konseling dan Psikologi, sedangkan untuk uji hipotesis menggunakan *MANOVA*. Hasil penelitian berdasarkan analisis validitas isi adalah nilai *CVR per-item* yang diperoleh skor 1 ( $CVR > 0$ ). Selanjutnya hasil analisis *CVI* memperoleh skor 1 lebih besar dari 0 ( $CVI > 0$ ). Berdasarkan analisis data tersebut berarti nilai validitas isi produk buku panduan adalah tinggi. Uji hipotesis menggunakan *MANOVA* dengan hasil terdapat perbedaan signifikan pretest dan posttest,  $F(2, 65) = 1587,111$ ,  $p = 0,000$ ;  $Wilk's \lambda = 0,020$ . Diketahui nilai sig.  $0,000 (< 0,05)$  nilai tersebut kurang dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa konseling *cognitive behavioral Teknik modelling* efektif untuk meningkatkan motivasi dan konsentrasi belajar siswa.

## ABSTRACT

Sudiarsana, I Kadek (2024), *Development of a Cognitive Behavioural Counseling Guide for Modeling Techniques to Increase Learning Motivation and Concentration for Class IX SMP Negeri 1 Melaya Students*. Thesis, Guidance and Counselling, Postgraduate Program, Ganesha University of Education.

This thesis has been approved and examined by Supervisor I: Prof. Dr. I Ketut Dharsana, M.Pd., Kons and Supervisor II: Prof. Dr. Kadek Suranata, M.Pd., Kons.

Keywords: cognitive behavioural counselling, modelling techniques, learning motivation, learning concentration

This research aims to determine the procedures for implementing Cognitive Behavioural Counselling with Modelling Techniques to increase students' motivation and concentration in learning and to determine the appropriateness of the validity of the contents of the Cognitive Behavioural Counselling Modelling Techniques guidebook. This type of research is research and development or research and development (R&D). The research model used is Four-D (4D). The 4D model consists of four research stages, namely define, design, develop, and disseminate. Data collection in research was carried out using the questionnaire method, with research instruments in the form of guidebook product validity instrument. Data analysis to test the validity of the product content of the guidebook using the Lawshe CVR and CVI formulas. by 3 experts or experts who are competent in the fields of Guidance Counselling and Psychology, while hypothesis testing using MANOVA. The results of the research based on content validity analysis were the CVR value per item which obtained a score of 1 ( $CVR > 0$ ). Furthermore, the results of the CVI analysis obtained a score of 1 greater than 0 ( $CVI > 0$ ). Based on this data analysis, it means that the validity value of the guidebook product content is high. Hypothesis testing using MANOVA resulted in significant differences in pre-test and post-test,  $F(2, 65) = 1587.111$ ,  $p = 0.000$ ; Wilk's  $\Lambda = 0.020$ . They have a known sig value of  $0.000 (< 0.05)$ . This value is less than 0.05, So it can be concluded that cognitive behavioral counseling modeling techniques are effective in increasing students' learning motivation and concentration.

## DAFTAR ISI

JUDUL .....	i
HALAMAN JUDUL.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI .....	v
MOTTO.....	vi
LEMBAR PERNYATAAN .....	vii
PRAKATA.....	viii
ABSTRAK.....	xi
DAFTAR ISI .....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR GAMBAR .....	xviii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang .....	1
1.2. Identifikasi Masalah Penelitian .....	11
1.3. Pembatasan Masalah .....	11
1.4. Rumusana Masalah .....	12
1.5. Tujuan Penelitian.....	12
1.6. Manfaat Penelitian .....	13
1.7. Rencana Publikasi .....	14

BAB II KAJIAN TEORI.....	15
2.1. Deskripsi Teori .....	15
2.2. Pengembangan Buku Panduang Konseling Cognitive Behavioral Teknik Modeling .....	45
2.3. Kajian Hasil Penelitian Relevan.....	54
2.4. Kerangka Konsep Pengembangan.....	57
2.5. Perumusan Hipotesis .....	59
BAB III METODE PENELITIAN.....	60
3.1. Jenis Penelitian.....	60
3.2. Subjek Penelitian.....	60
3.3. Prosedur Pengembangan .....	62
3.4. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional Variabel .....	67
3.5. Metode Pengumpulan Data .....	71
3.6. Metode Analisis Data .....	99
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	107
4.1. Hasil Penelitian .....	107
4.1.1. Rancang Bangun Panduan .....	107
4.1.2. Validitas Isi Panduan.....	111
4.1.3. Kepraktisan Panduan .....	114
4.1.4. Efektifitas Panduan .....	116
4.2. Pembahasan.....	121
4.2.1. Rancang Bangun Panduan .....	121

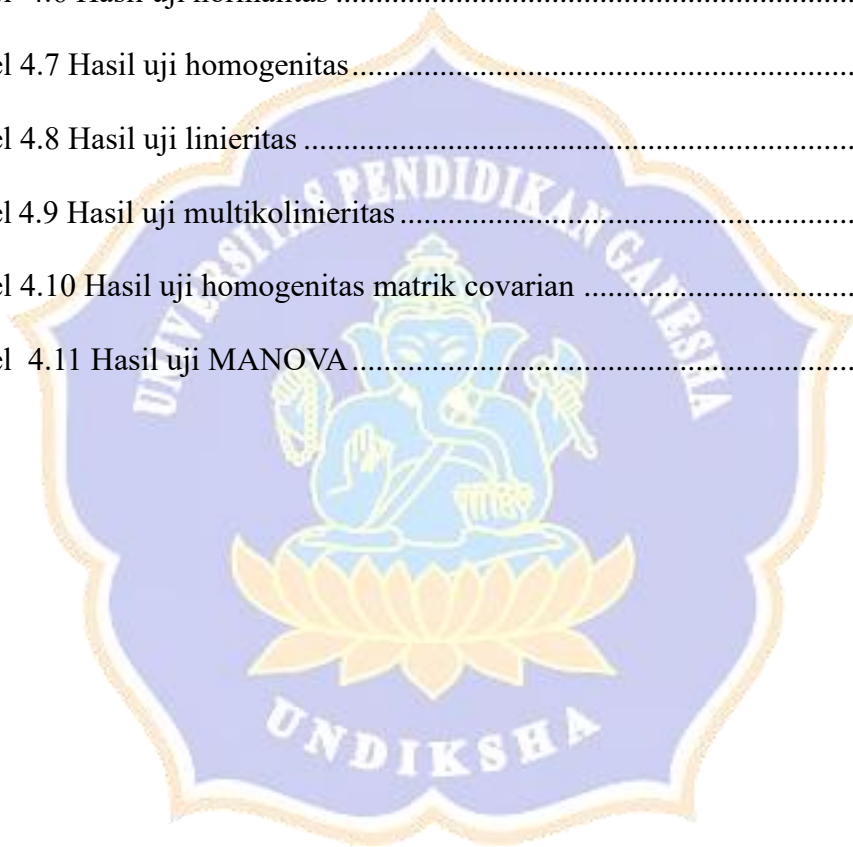
4.2.2. Validitas Isi Panduan.....	123
4.2.3. Kepraktisan Panduan .....	124
4.2.4. Efektifitas Panduan .....	126
BAB V PENUTUP.....	136
5.1. Simpulan .....	136
5.2. Saran.....	138
DAFTAR PUSTAKA.....	139
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	143



## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Struktur rancangan isi panduan konseling .....	50
Tabel 3.1 Subjek Penelitian Siswa Kelas IX SMP Negeri 1 Melaya .....	61
Tabel 3.2 Rancangan Produk Panduan.....	64
Tabel 3.3 kisi-kisi kuesioner motivasi belajar.....	72
Tabel 3.4 Skor Skala Likert.....	73
Tabel 3.5 Hasil Uji Validitas Isi Kuesioner Motivasi Belajar .....	74
Tabel 3.6 Hasil Uji Konsistensi Internal Butir.....	77
Tabel 3.7 Kriteria Guilford.....	79
Tabel 3.8 Hasil Reliabilitas .....	80
Tabel 3.9 Kisi-kisi kuesioner konsentrasi belajar .....	81
Tabel 3.10 Skor Skala Likert.....	82
Tabel 3.11 Hasil Uji Validitas Isi Kuesioner Konsentrasi Belajar .....	83
Tabel 3.12 Hasil Uji Konsisten Internal Butir .....	86
Tabel 3.13 Kriteria Guilford.....	89
Tabel 3.14 Hasil Reliabilitas .....	89
Tabel 3.15 Kisi – kisi Validitas Buku Panduan .....	90
Tabel 3.16 Kuesioner Validitas Buku Panduan .....	90
Tabel 3.17 Kisi-kisi Penyusunan Kuesioner Kepraktisan.....	95
Tabel 3.18 Butir-butir Kuesioner Kepraktisan Buku Panduan.....	96
Tabel 3.19 Kriteria Skor Persentase .....	101
Tabel 3.20 Konversi Tingkat Pencapaian Skala 5 .....	102

Tabel 4.1 Visualisasi Produk Panduan .....	109
Tabel 4.2 Rekapitulasi Uji Pakar Produk Buku Panduan.....	112
Tabel 4.3 Rekapitulasi Uji Kepraktisan Buku Panduan .....	114
Tabel 4.4 Hasil Kepraktisan Sesuai Kategorisasi.....	115
Tabel 4.5 Kriteria Capaian .....	115
Tabel 4.6 Hasil uji normalitas .....	116
Tabel 4.7 Hasil uji homogenitas.....	117
Tabel 4.8 Hasil uji linieritas .....	118
Tabel 4.9 Hasil uji multikolinieritas .....	119
Tabel 4.10 Hasil uji homogenitas matrik kovarian .....	119
Tabel 4.11 Hasil uji MANOVA.....	120





## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konsep Pengembangan.....	59
Gambar 3.1 One Group Pretest Posttest Desig .....	102
Gambar 4.1 Persentase kepraktisan panduan .....	125



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuesioner Motivasi belajar.....	144
Lampiran 2. Kuesioner konsentrasi belajar.....	149
Lampiran 3. Hasi Uji Pakar koesioner motivasi belajar .....	154
Lampiran 4. Hasi Uji Pakar koesioner Konsentrasi belajar .....	160
Lampiran 5. Hasi Uji Kepraktisan panduan.....	166
Lampiran 6. Surat ijin pengambilan data .....	190
Lampiran 7. Buku Panduan.....	191

