

EFEKTIVITAS KONSELING KOGNITIF BEHAVIOR DENGAN TEKNIK RESTRUKTURISASI KOGNITIF UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR SISWA KELAS VIII DI SMP NEGERI 1 SINGARAJA

Oleh

Komang Triatika Suri, NIM 2211011049

Program Studi Bimbingan dan Konseling

Jurusan Ilmu Pendidikan, Psikologi, dan Bimbingan

ABSTRAK

Motivasi belajar merupakan aspek psikologis yang berperan penting dalam menentukan keberhasilan akademik peserta didik. Namun, berdasarkan temuan awal di lapangan, masih terdapat peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Singaraja yang menunjukkan kecenderungan motivasi belajar pada kategori rendah hingga sedang. Kondisi tersebut berkaitan dengan adanya distorsi pola pikir yang berdampak pada aspek emosional dan perilaku belajar siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas intervensi berbasis pendekatan kognitif behavior yang dipadukan dengan teknik restrukturisasi kognitif dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen semu. Desain yang digunakan adalah kelompok kontrol non-ekuivalen dengan pengukuran sebelum dan sesudah perlakuan. Subjek penelitian berjumlah 14 peserta didik yang terdiri dari dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang masing-masing beranggotakan tujuh orang. Pemilihan subjek dilakukan berdasarkan hasil pengukuran awal serta pertimbangan karakteristik layanan konseling kelompok. Data dikumpulkan melalui instrumen angket motivasi belajar yang telah memenuhi kriteria validitas dan reliabilitas. Hasil analisis data menunjukkan adanya perbedaan peningkatan motivasi belajar antara kedua kelompok. Kelompok yang memperoleh intervensi mengalami peningkatan yang lebih baik dibandingkan kelompok tanpa perlakuan. Hal ini terlihat dari skor peningkatan yang berada pada kategori perkembangan tinggi, sedangkan kelompok lainnya menunjukkan peningkatan yang sangat rendah. Hasil uji statistik juga menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok. Selain itu, ukuran pengaruh penelitian menunjukkan bahwa intervensi yang diberikan memiliki dampak yang kuat terhadap perubahan motivasi belajar peserta didik. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa intervensi berbasis pendekatan kognitif behavior dengan teknik restrukturisasi kognitif efektif dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Singaraja.

Kata kunci: Motivasi belajar, konseling kognitif behavior, restrukturisasi kognitif, siswa SMP.

***THE EFFECTIVENESS OF COGNITIVE BEHAVIORAL COUNSELING
WITH COGNITIVE RESTRUCTURING TECHNIQUES IN IMPROVING
EIGHTH-GRADE STUDENTS' LEARNING MOTIVATION AT SMP
NEGERI 1 SINGARAJA***

By

Komang Triatika Suri, Student ID 2211011049

Guidance and Counseling Study Program

Department of Education, Psychology, and Guidance

ABSTRACT

Learning motivation is an important psychological factor that contributes to students' academic success. However, initial findings in the field indicated that some eighth-grade students at SMP Negeri 1 Singaraja still demonstrated low to moderate levels of learning motivation. This condition is associated with cognitive distortions that influence students' emotional responses and learning behaviors. This study aimed to examine the effectiveness of a cognitive behavior-based intervention combined with cognitive restructuring techniques in improving students' learning motivation. This research employed a quantitative approach using a quasi-experimental design. The study applied a nonequivalent control group design with pre-test and post-test measurements. The participants consisted of 14 students, divided into an experimental group and a control group, with seven students in each group. The selection of participants was based on initial assessment results and the characteristics of group counseling services. Data were collected using a learning motivation questionnaire that had been tested for validity and reliability. The results revealed differences in learning motivation improvement between the two groups. The experimental group that received the intervention showed a higher increase compared to the control group. The improvement level of the experimental group was categorized as high, while the control group showed a very low level of change. Statistical analysis also indicated a significant difference between the two groups. Furthermore, the effect size demonstrated that the intervention had a strong impact on students' learning motivation. In conclusion, the cognitive behavior-based intervention combined with cognitive restructuring techniques was effective in improving the learning motivation of eighth-grade students at SMP Negeri 1 Singaraja.

Keywords: *Learning motivation, cognitive behavioral counseling, cognitive restructuring, junior high school students.*