

**EFEKTIVITAS KOGNITIF BEHAVIORAL TEKNIK
MODELING DENGAN SETING KELOMPOK
UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI DAN
HASIL BELAJAR SISWA SMA NEGERI 1
SINGARAJA**

SKRIPSI



**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING (BK) (S1)
JURUSAN ILMU PENDIDIKAN, PSIKOLOGI DAN BIMBINGAN
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA**





- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah"
- Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BSR - BSSN, validitas dokumen elektronik ini bisa dicek menggunakan aplikasi mobile VeryDS oleh BSR
- Cetak dokumen ini merupakan salinan dari file dokumen bertandatangan elektronik yang keabsahannya dapat diakses melalui scan QRCode yang terdapat pada sertifikat ini.



**Balai Besar
Sertifikasi
Elektronik**

SKRIPSI

DIAJUKAN UNTUK MELENGKAPI TUGAS DAN MEMENUHI SYARAT-SYARAT UNTUK MENCAPAI GELAR SARJANA PENDIDIKAN

Menyetujui

Pembimbing I	Prof. Dr. I Ketut Gading, M.Psi. NIP.195912311984031009
Pembimbing II	Dr. Dewi Arum Widhiyanti Metra Putri, S.Psi., M.A., M.Psi., Psikolog NIP.198008012006042001

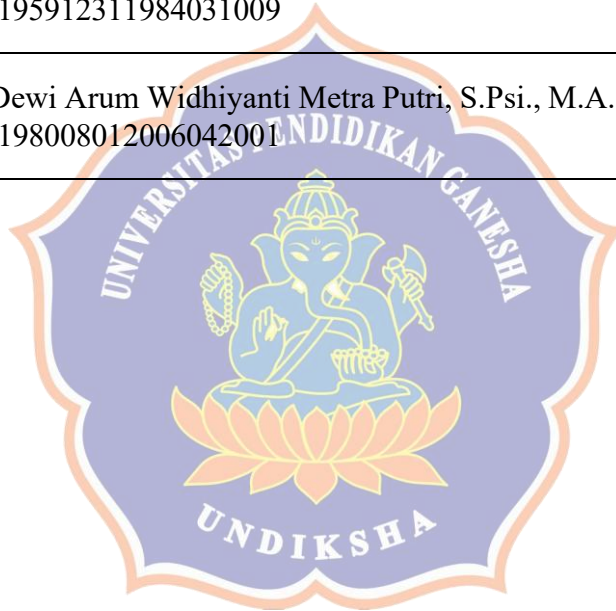


- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah"
- Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BSrE - BSSN, validitas dokumen elektronik ini bisa dicek menggunakan aplikasi mobile VeryDS oleh BSrE
- Cetakan dokumen ini merupakan salinan dari file dokumen bertandatangan elektronik yang keabsahannya dapat diakses melalui scan QRCode yang terdapat pada sertifikat ini.

Skripsi oleh I Nyoman Edy Swata ini
telah dipertahankan di depan dewan penguji
Pada tanggal 24 Juni 2026

Dewan Penguji

Ketua	Prof. Dr. Kadek Suranata, S.Pd., M.Pd., Kons. NIP.198208162008121002
Anggota	Kade Sathya Gita Rismawan, M.Pd NIP.199012042022031006
Anggota	Prof. Dr. I Ketut Gading, M.Psi. NIP.195912311984031009
Anggota	Dr. Dewi Arum Widhiyanti Metra Putri, S.Psi., M.A., M.Psi., Psikolog NIP.198008012006042001



- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah"
- Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BSrE - BSSN, validitas dokumen elektronik ini bisa dicek menggunakan aplikasi mobile VeryDS oleh BSrE
- Cetakan dokumen ini merupakan salinan dari file dokumen bertandatangan elektronik yang keabsahannya dapat diakses melalui scan QRCode yang terdapat pada sertifikat ini.

Diterima oleh Panitia Ujian Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Pendidikan Ganesha
guna memenuhi syarat-syarat untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan

Menyetujui

Ketua Ujian	Prof. Dr. Kadek Suranata, S.Pd., M.Pd., Kons. NIP.198208162008121002
Sekretaris Ujian	Dr. Putu Ari Dharmayanti, S.Pd., M.Pd. NIP.198501232008122004



- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah"
- Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BSrE - BSSN, validitas dokumen elektronik ini bisa dicek menggunakan aplikasi mobile VeryDS oleh BSrE
- Cetakan dokumen ini merupakan salinan dari file dokumen bertandatangan elektronik yang keabsahannya dapat diakses melalui scan QRCode yang terdapat pada sertifikat ini.

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa karya tulis yang berjudul “Efektivitas Konseling Kognitif Behavioral Teknik Modeling Dengan Seting Kelompok Untuk Meningkatkan Motivasi Dan Hasil Belajar Siswa Di Sma Negeri 1 Singaraja” beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan dan pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko/sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran atas etika keilmuan dalam karya saya ini atau ada klaim terhadap keaslian karya saya ini.

Singaraja, 24 Juli 2026
Yang membuat pernyataan,



I Nyoman Edy Swata
NIM 2111011013

PRAKATA

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat Rahmat-Nya skripsi yang berjudul =EFEKTIVITAS KOGNITIF BEHAVIORAL TEKNIK MODELING DENGAN SETING KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI DAN HASIL BELAJAR SISWA SMA NEGERI 1 SINGARAJA= ini dapat diselesaikan dengan tepat waktu.

Skripsi ini terselesaikan berkat bimbingan, bantuan dan dukungan dari berbagai pihak, maka untuk itu, pada kesempatan ini, penulis menyampaikan terima kasih yang setulusnya kepada pihak 3 pihak berikut:

1. Kepada Prof. Dr. I Wayan Widiana, S.Pd., M.Pd. selaku Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Ganesha atas berbagai kebijakan yang telah diberikan sehingga proses pembuatan skripsi ini dapat berjalan dengan lancar.
2. Prof.Dr. I Gde Wawan Sudatha, S.Pd., M.Pd., selaku Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan Psikologi Dan Bimbingan, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Ganesha.
3. Dr. Putu Ari Dharmayanti, S.Pd., M.Pd. selaku Koordinator Program Studi Bimbingan Dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Ganesha.
4. Prof.Dr. I Ketut Gading, M.Psi. selaku pembimbing I yang telah membimbing dan memberikan pengetahuan yang baru kepada penulis selama proses penyusunan skripsi ini dengan sabar.

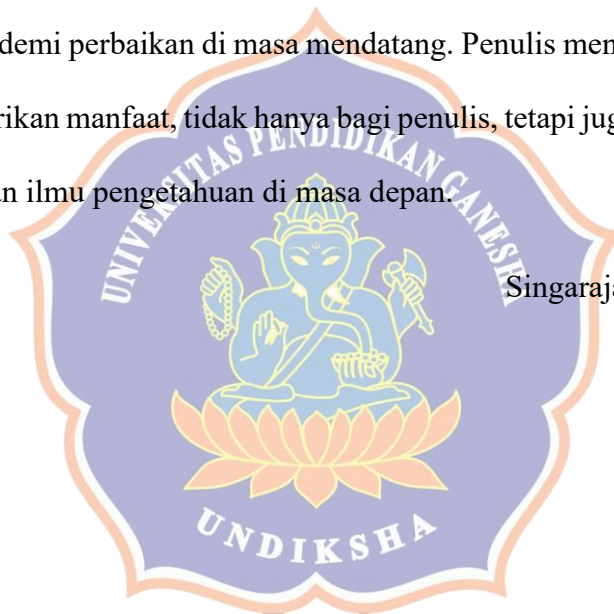
5. Dr. Dewi Arum Widhiyanti Metra Putri, S.Psi., M.A., M.Psi., Psikolog.
selaku pembimbing II yang telah membimbing dan membantu penulis dalam menyempurnakan skripsi ini. Terima kasih penulis sampaikan karena ibu selalu senantiasa memberikan waktu luangnya untuk membimbing penulis dari awal sampai pada tahap akhir pada skripsi ini.
6. Kepala sekolah SMA Negeri 1 Singaraja yang telah memberikan ijin untuk melaksanakan penelitian di sekolah yang dipimpinnya.
7. Guru BK SMA Negeri 1 Singaraja yang telah membantu memberikan bantuan, saran, serta dukungan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
8. Seluruh siswa kelas X SMA Negeri 1 Singaraja yang telah berpartisipasi dan terlibat dalam penelitian skripsi ini.
9. Kedua orang tua penulis yang sangat penulis cintai, I Nyoman Sutarma selaku ayah penulis dan Ni Made Suryani selaku ibu penulis. Terima kasih atas dukungan, doa, dan segalanya yang diberikan kepada penulis. Terima kasih karena selalu ada dalam setiap waktu untuk mendengarkan keluh kesah dan segala cerita dari penulis. Menjadi suatu kebanggaan memiliki orang tua yang selalu mendukung anaknya untuk mencapai cita 3 cita.
10. Teman 3 teman penulis dan semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu yang telah banyak memberikan motivasi dan dukungan kepada penulis untuk kelancaran penyusunan skripsi ini.
11. Kepada musisi yang karyanya menemani penulis dalam penelitian yakni: Navicula, The Dissland, Dialog Dini Hari, Superman Is Dead, The Sigit,

Nosstress, The Smiths, Koil, Kaligula, Kelompok Penerbang Roket, Mason Ramsey, Olivia Rodrigo, Devildice, Adele dan Celine Dion. Karya dari musisi ini menemani penulis dikala sedih dan senang, serta memberikan dukungan dan semangat melalui lagu-lagu yang didengar oleh penulis dalam kelancaran penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Namun, dengan segala keterbatasan yang ada, penulis telah berusaha memberikan yang terbaik. Oleh karena itu, penulis menerima segala bentuk saran dan kritik yang membangun, demi perbaikan di masa mendatang. Penulis mengharapkan skripsi ini dapat memberikan manfaat, tidak hanya bagi penulis, tetapi juga bagi pembaca serta pengembangan ilmu pengetahuan di masa depan.

Singaraja, 3 Juni 2026

Penulis



DAFTAR ISI

PRAKATA	viii
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xvii
DAFTAR GAMBAR.....	xviii
DAFTAR LAMPIRAN	xix
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	10
1.3 Batasan Masalah	11
1.4 Rumusan Masalah.....	12
1.5 Tujuan Penelitian	12
1.6 Manfaat Penelitian	13
1.7 Deskripsi Teoritis.....	14
BAB II KAJIAN TEORI	14
2.1 Motivasi Belajar.....	14
2.1.1 Pengertian Motivasi Belajar.....	14
2.1.2 Teori Motivasi.....	16
2.1.3 Tujuan Motivasi	19
2.1.4 Faktor-Faktor Motivasi	20
2.1.5 Jenis-Jenis Motivasi	21
2.1.6 Cara Meningkatkan Motivasi.....	22
2.1.7 Indikator Motivasi Belajar	23
2.2 Hasil Belajar	26
2.2.1 Pengertian Hasil Belajar.....	26
2.2.2 Aspek-Aspek Hasil Belajar.....	27
2.2.3 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Hasil Belajar.....	32
2.2.4 Pengukuran Hasil Belajar.....	33
2.3 Konseling Kognitif Behavioral.....	36

2.3.1	Pengertian Konseling Kognitif Behavioral	36
2.3.2	Tujuan Konseling Kognitif Behavioral	38
2.3.3	Teknik-Teknik Konseling Kognitif Behavioral	39
2.3.4	Kelebihan Dan Kekurangan Konseling Kognitif Behavioral....	42
2.3.5	Fokus Konseling Kognitif Behavioral.....	44
2.3.6	Tahap-Tahap Konseling Kognitif Behavioral	44
2.3.7	Konseling Kognitif Behavioral Teknik Modeling Dengan Seting Kelompok	49
2.4	Teknik Modeling	51
2.4.1	Pengertian Teknik Modeling.....	51
2.4.2	Jenis-Jenis Teknik Modeling	53
2.4.3	Tujuan Teknik Modeling	56
2.4.4	Langkah-Langkah Teknik Modeling.....	57
2.5	Konseling Kelompok	58
2.5.1.	Konsep Konseling Kelompok	58
2.5.2.	Kelebihan Konseling Kelompok	59
2.5.3.	Keterampilan Diperlukan Dalam Menerapkan Konseling Kelompok.....	60
2.5.4.	Langkah-Langkah Teknik Modeling Dengan Seting Konseling Kelompok.....	61
2.6	Kajian Hasil Penelitian Yang Relevan.....	63
2.7	Kerangka Berpikir.....	66
2.8	Hipotesis Penelitian	69
BAB III METODE PENELITIAN		66
3.1	Tempat Dan Waktu Penelitian.....	66
3.2	Rancangan Penelitian.....	66
3.3	Populasi Dan Sampel Penelitian	68
3.3.1	Populasi Penelitian	68
3.3.2	Sampel Penelitian.....	69
3.4	Variabel Penelitian.....	69
3.5	Prosedur Penelitian	70

3.5.1	Tahap Perencanaan.....	71
3.5.2	Tahap Pelaksanaan.....	72
3.5.3	Tahap Evaluasi.....	75
3.6	Definisi Konsep Dan Definisi Operasional	75
3.6.1	Definisi Konsep	75
3.6.2	Definisi Oprasional Variabel.....	76
3.7	Metode Dan Instrumen Pengumpulan Data.....	78
3.7.1	Observasi dan Wawancara	78
3.7.2	Pencatatan Dokumen dan Kriteria Hasil Belajar.....	79
3.7.3	Kuesioner	81
3.7.4	Kisi-Kisi Instrumen Penelitian.....	81
3.7.5	Penskoran Kuesioner.....	83
3.7.6	Pengujian Instrumen Penelitian.....	84
3.8	Metode Analisis Data.....	94
3.8.1	Uji Normalitas Data	94
3.8.2	Uji Homogenitas Data.....	94
3.8.3	Uji Hipotesis	95
BAB IV	HASIL DAN PEMBAHASAN.....	95
4.1	Hasil Penelitian	95
4.1.1	Deskripsi Data.....	95
4.1.2	Pengujian Asumsi	96
4.1.3	Hasil <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> Kelompok Eksperimen dan Kontrol	98
4.1.4	Hasil Belajar Siswa Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	100
4.1.5	Pelaksanaan Proses Konseling	103
4.1.6	Hasil Uji Asumsi Analisis.....	107
4.1.6.1	Uji Normalitas Sebaran Data.....	107
4.1.6.2	Uji Homogenitas Varian Kelompok	108
4.1.6.3	Uji Hipotesis	108
4.2	Pembahasan	110
4.2.1	Mendeskripsikan Motivasi Belajar sebelum dan Sesudah Intervensi.....	116

4.2.2	Mendeskripsikan Hasil Belajar Siswa.....	117
4.2.3	Efektivitas Konseling Kognitif Behavioral Teknik Modelling dengan Seting Kelompok Untuk Meningkatkan Motivasi Hasil Belajar Siswaa SMA Negeri 1 Singaraja	119
4.2.4	Implikasi.....	121
4.2.5	Keterbatasan	122
BAB V PENUTUP		120
5.1	Kesimpulan	120
5.2	Saran	121
DAFTAR PUSTAKA.....		124



DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Indikator Motivasi Belajar	25
Tabel 2. 2 Langkah Teknik Modeling dengan Seting Konseling Kelompok	61
Tabel 3. 1 Desain Penelitian	67
Tabel 3. 2 Data Populasi Siswa Kelas X di SMA Negeri 1 Singaraja.....	68
Tabel 3. 3 Jumlah Sampel Kelas X A SMA Negeri 1 Singaraja	69
Tabel 3. 4 Kisi-Kisi Instrumen Wawancara	79
Tabel 3. 5 Kriteria Hasil Belajar Siswa.....	81
Tabel 3. 6 Kisi-Kisi Instrumen Angket Motivasi	82
Tabel 3. 7 Kriteria Motivasi Belajar Siswa	84
Tabel 3. 8 Hasil Uji Lawshe.....	85
Tabel 3. 9 Rekap Hasil CVR Validitas Isi.....	87
Tabel 3. 10 Rekap Internal Konsistensi Butir Product Moment.....	91
Tabel 3. 11 Deskripsi Interpretasi penafsiran Reliabilitas.....	93
Tabel 4. 1 Hasil Wawancara.....	96
Tabel 4. 2 Hasil Observasi Kelas Eksperimen	97
Tabel 4. 3 Hasil <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> Kelompok Eksperimen	99
Tabel 4. 4 Hasil <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> Kelompok Kontrol.....	99
Tabel 4. 5 Hasil Belajar Siswa Kelompok Eksperimen.....	100
Tabel 4. 6 Hasil Belajar Siswa Kelompok Kontrol	101
Tabel 4. 7 Kriteria Hasil Belajar Siswa.....	102
Tabel 4. 8 Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov	102

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir	69
Gambar 3. 1 Hubungan Antar Variabel.....	70
Gambar 3. 2 Prosedur Penelitian	71



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Uji Instrumen.....	133
Lampiran 2. Surat Ijin Penelitian.....	134
Lampiran 3. Surat Menyelesaikan Penelitian	135
Lampiran 4. Hasil Pre Tes Motivasi Awal Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol.....	136
Lampiran 5. Hasil Pre Tes Hasil Belajar Awal Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol.....	136
Lampiran 6. Hasil Post Tes Motivasi Akhir Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol.....	136
Lampiran 7. Hasil Post Tes Hasil Belajar Akhir Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol.....	136
Lampiran 8. Butir Instrumen Penelitian	137
Lampiran 9. Hasil Validitas Uji Judges.....	140
Lampiran 10. Rekapitan Hasil Uji Judges	146
Lampiran 11. Rangkuman Uji Internal Konsistensi Butir Kuesioner	148
Lampiran 12. Jadwal Kegiatan Penelitian	149
Lampiran 13. Rancangan Pelaksanaan Layanan (RPL)	150
Lampiran 14. Dokumentasi Penelitian	162

