

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan memiliki peran sentral dalam upaya meningkatkan kualitas sumber daya manusia yang berdaya saing tinggi, terutama di era globalisasi yang semakin kompetitif (Rahman et al., 2024). Indonesia, upaya untuk meningkatkan mutu pendidikan terus dilakukan, baik oleh pemerintah maupun pihak sekolah, melalui berbagai program dan kebijakan. Pada jenjang pendidikan menengah atas (SMA), siswa berada pada fase perkembangan kognitif dan emosional yang sangat menentukan arah dan keberhasilan belajar mereka di masa depan. Fase ini sering disebut sebagai masa transisi dari masa kanak-kanak menuju remaja, yang ditandai dengan perubahan perilaku, minat, dan motivasi belajar. Oleh karena itu, penting bagi sekolah untuk memberikan dukungan yang memadai guna memastikan siswa memiliki motivasi dan hasil belajar yang optimal. Winardi (2016) mengungkapkan motivasi merupakan kekuatan pendorong yang ada di dalam diri setiap individu, yang mendorong seseorang untuk bertindak, bekerja keras, dan mencapai tujuan yang diinginkan. Ini adalah api yang menyala dalam diri seseorang, memberikan energi untuk terus maju, bahkan saat menghadapi tantangan dan rintangan yang berat. Motivasi adalah kunci utama kesuksesan, tidak hanya dalam dunia pendidikan, tetapi juga dalam setiap aspek kehidupan karir, hubungan, dan pengembangan diri.

Motivasi adalah dorongan internal atau eksternal yang mendorong seseorang untuk berusaha mencapai tujuan akademisnya (Abbas, 2023). Dalam konteks pendidikan, motivasi sangat penting karena menentukan seberapa besar usaha yang dilakukan siswa dalam proses pembelajaran. Siswa yang memiliki motivasi belajar yang tinggi cenderung lebih antusias, aktif, dan tekun dalam menghadapi berbagai tantangan belajar. Mereka memiliki keinginan yang kuat untuk memahami materi pelajaran, berpartisipasi dalam kegiatan kelas, dan mencapai prestasi yang memuaskan. Motivasi yang kuat berperan sebagai penggerak utama yang membantu siswa bertahan dalam proses belajar, bahkan ketika menghadapi kesulitan. Oleh karena itu, motivasi bukan hanya faktor pendukung, tetapi merupakan komponen utama dalam menentukan keberhasilan belajar siswa.

Sebaliknya, ketika siswa mengalami kondisi motivasi belajar yang rendah, mereka cenderung menunjukkan perilaku pasif, kurang antusias, dan mudah menyerah dalam menghadapi tantangan belajar. Motivasi rendah merupakan kondisi psikologis di mana individu menunjukkan kurangnya dorongan internal untuk terlibat secara aktif dalam proses belajar. Siswa yang mengalami hal ini biasanya tidak memiliki tujuan belajar yang jelas dan kurang memiliki kemauan untuk memahami materi pelajaran. Menurut Sardiman (2018), motivasi belajar yang rendah dapat menyebabkan siswa tidak bergairah dalam mengikuti pembelajaran dan tidak memiliki keinginan untuk berprestasi. Hal ini tentu berdampak negatif terhadap capaian akademik dan perkembangan kepribadian siswa secara menyeluruh. Selain itu, Winkel (2009) menegaskan bahwa motivasi belajar rendah sering kali disebabkan oleh ketidaksesuaian

antara materi pelajaran dengan minat siswa, lingkungan belajar yang kurang mendukung, serta kurangnya penguatan dari guru maupun orang tua. Jika tidak segera ditangani, motivasi rendah dapat berkembang menjadi masalah yang lebih kompleks dan berdampak langsung terhadap hasil belajar siswa.

Hasil belajar sendiri merupakan ukuran penting yang menunjukkan tingkat keberhasilan siswa dalam memahami, menguasai, dan mengaplikasikan materi yang telah dipelajari selama proses pembelajaran. Menurut Bloom (dalam Hamdani, 2011), hasil belajar mencakup tiga domain utama, yaitu kognitif, afektif, dan psikomotorik. Ketiga ranah ini menjadi acuan utama dalam menilai perkembangan belajar peserta didik secara menyeluruh. Pencapaian hasil belajar yang optimal menunjukkan bahwa siswa tidak hanya mampu menguasai pengetahuan, tetapi juga dapat menunjukkan sikap yang positif dan mengembangkan keterampilan yang relevan dalam kehidupan nyata. Hasil belajar yang baik tidak terlepas dari dukungan faktor-faktor internal siswa, salah satunya adalah motivasi belajar. Ketika motivasi belajar tinggi, siswa cenderung lebih terlibat dalam pembelajaran dan menunjukkan performa akademik yang lebih baik.

Namun, tidak semua siswa mampu mencapai hasil belajar yang diharapkan. Hasil belajar yang rendah merupakan salah satu masalah serius dalam dunia pendidikan karena menjadi indikator adanya hambatan dalam proses belajar. Slameto (2010) menyebutkan bahwa hasil belajar rendah dapat terlihat dari ketidaktuntasan belajar, nilai akademik di bawah standar, serta kurangnya kemampuan dalam menerapkan materi pelajaran. Kondisi ini sering kali berkaitan erat dengan rendahnya motivasi belajar, di mana siswa tidak

memiliki dorongan yang cukup kuat untuk belajar secara konsisten dan berkelanjutan. Selain faktor motivasi, penyebab hasil belajar rendah juga bisa berasal dari lingkungan keluarga yang tidak mendukung, metode pembelajaran yang tidak menarik, serta minimnya keterlibatan guru dalam proses pembelajaran. Oleh karena itu, untuk meningkatkan hasil belajar siswa, tidak hanya diperlukan strategi pembelajaran yang efektif, tetapi juga pendekatan yang mampu membangkitkan kembali motivasi internal siswa. Salah satu langkah penting adalah dengan menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, memberikan penghargaan atas usaha siswa, serta membangun hubungan yang positif antara guru dan peserta didik.

Rendahnya motivasi dan hasil belajar juga tampak dalam sejumlah penelitian sebelumnya. Ramrah et al., (2023) melakukan penelitian kuasi eksperimen mengenai pengaruh konseling kelompok dengan teknik modeling simbolik terhadap motivasi belajar siswa SMP. Hasilnya menunjukkan bahwa 45% siswa pernah bolos lebih dari lima kali, dan motivasi mereka tergolong rendah. Persamaannya dengan penelitian ini adalah sama-sama menggunakan pendekatan kuasi eksperimen dan layanan konseling kelompok, namun berbeda pada aspek yang diukur dan teknik yang digunakan. Sementara itu, Ratri dan Pratisti (2019) juga meneliti peningkatan motivasi belajar melalui teknik modeling dalam bimbingan kelompok pada siswa SMP X Surakarta. Penelitian ini menggunakan *desain one group pre-test-posttest* dan melibatkan delapan siswa dengan motivasi rendah. Intervensi diberikan melalui video sebagai media modeling simbolik. Hasilnya menunjukkan peningkatan

signifikan pada motivasi belajar, dibuktikan dengan uji Wilcoxon ($Z = -2,366$; $p = 0,018$).

Dalam proses pembelajaran motivasi belajar sangat mempengaruhi kemampuan akademis dan hasil belajar. Meskipun motivasi belajar sangat penting, masih terdapat beberapa permasalahan motivasi yang sering dialami siswa. Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan saat mengikuti program asistensi mengajar di SMA Negeri 1 Singaraja pada tanggal 17 September sampai 20 Desember 2024 selama 3 bulan ditemukan motivasi belajar kelas X secara umum berada pada kategori sedang hingga tinggi, hasil observasi dan wawancara menunjukkan masih terdapat beberapa siswa yang mengalami motivasi belajar rendah yang ditandai dengan kurang aktif mengikuti pembelajaran, menunda tugas, dan menunjukkan hasil belajar yang kurang optimal, sehingga mempengaruhi menurunnya hasil akademik. Selain itu, hasil analisis daftar cek masalah (DCM) kelas X.A yang dilakukan oleh peneliti, beberapa siswa dominan menghadapi permasalahan dalam bidang belajar terutama pada bagian motivasi belajar.

Selain observasi, peneliti juga menyebarkan kuesioner motivasi belajar kepada siswa kelas X. Hasil analisis menunjukkan bahwa sebanyak 56,31% siswa berada pada kategori motivasi belajar tinggi, 36,04% berada pada kategori sedang, dan 6,76% berada pada kategori sangat tinggi. Sementara itu, hanya 0,90% siswa yang tergolong dalam kategori rendah, dan tidak ada siswa yang masuk dalam kategori sangat rendah. Data ini menunjukkan bahwa mayoritas besar siswa (99,10%) memiliki tingkat motivasi belajar yang tergolong sedang hingga sangat tinggi, yang mengindikasikan bahwa motivasi

belajar siswa secara umum sudah berada pada tingkat yang baik. Meskipun demikian, tetap diperlukan upaya berkelanjutan untuk mempertahankan dan meningkatkan motivasi belajar siswa, terutama bagi mereka yang berada dalam kategori rendah.

Sejalan dengan wawancara yang dilakukan bersama salah satu guru BK kelas X menyatakan untuk siswa kelas X.A yang memiliki motivasi belajar rendah cenderung menunjukkan prestasi akademik yang kurang memuaskan, seperti nilai ujian yang rendah, kurangnya minat untuk berpartisipasi dalam kegiatan belajar serta rendahnya minat untuk belajar. Terdapat juga, siswa yang memiliki motivasi belajar tinggi cenderung lebih aktif dalam mengikuti proses pembelajaran, berpartisipasi dalam kegiatan kelas, serta memiliki keinginan yang kuat untuk mencapai hasil yang memuaskan. Sebaliknya, ada beberapa siswa dengan motivasi belajarnya rendah seringkali menunjukkan ketidakmauan untuk belajar, siswa lebih banyak diam, tidak merespon, dan tidak mengerjakan pekerjaan rumah. Terdapat siswa yang tidak memperhatikan guru pada saat menjelaskan pelajaran, kurang disiplin, dan cenderung tidak fokus, yang akhirnya berdampak negatif pada hasil belajar.

Oktavia (2020) mengemukakan motivasi belajar merupakan hal yang dibutuhkan untuk mengembangkan potensi diri secara optimal dan mampu melakukan yang lebih baik, berprestasi dan kreatif. Pada proses belajar mengajar motivasi sangat besar peranannya terhadap hasil belajar, dengan adanya motivasi dapat menumbuhkan minat belajar siswa (Simorangkir & Pangestie, 2022). Hasil belajar yang rendah menjadi perhatian utama, baik bagi guru maupun orang tua, karena merupakan indikator keberhasilan pendidikan

di sekolah. Dari pernyataan di atas diketahui bahwa terdapat hubungan motivasi belajar terhadap hasil belajar siswa. Hal ini sejalan dengan beberapa penelitian lainnya yaitu Amalia (2023) yang menyatakan bahwa motivasi belajar mempengaruhi hasil belajar secara signifikan. Oleh karena itu, dibutuhkan strategi yang efektif untuk meningkatkan motivasi dan hasil belajar siswa, salah satunya melalui pendekatan konseling dengan teknik *Cognitive Behavior Therapy* (CBT).

Menurut Aaron T. Beck (dalam Yahya dan Megalia, 2017), *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) merupakan pendekatan konseling yang dirancang untuk menyelesaikan permasalahan konseli yang berkaitan dengan kondisi saat ini dan perilaku menyimpang. CBT merupakan model teoritis yang menghubungkan pikiran, emosi, dan perilaku, di mana ketiganya saling memengaruhi. Dengan demikian, perubahan dalam pola pikir (kognitif) individu diharapkan dapat berdampak langsung terhadap perubahan emosi dan perilaku yang lebih adaptif. Pendekatan ini sangat relevan dalam konteks pendidikan, terutama dalam membantu siswa yang mengalami hambatan dalam proses belajar, seperti rendahnya motivasi, kecemasan akademik, dan perilaku tidak disiplin. Berdasarkan temuan di lapangan, masih banyak siswa yang menunjukkan gejala-gejala seperti kurang percaya diri, menunda tugas, dan enggan terlibat aktif dalam pembelajaran. Hal ini menunjukkan adanya permasalahan pada aspek kognitif dan afektif yang dapat menghambat pencapaian tujuan belajar.

Berbagai penelitian sebelumnya telah menunjukkan efektivitas terapi CBT dalam meningkatkan aspek-aspek psikologis siswa, termasuk motivasi belajar,

regulasi diri, dan penyesuaian diri di lingkungan sekolah. Misalnya, studi yang dilakukan oleh Sari (2021) menunjukkan bahwa penerapan CBT secara signifikan dapat meningkatkan motivasi belajar siswa yang sebelumnya berada dalam kategori rendah. Penelitian lain oleh Hidayat dan Pratiwi (2020) juga menemukan bahwa teknik restrukturisasi kognitif dalam CBT efektif untuk mengurangi pikiran negatif yang menghambat prestasi akademik siswa.

Selain itu pemilihan teknik yang tepat juga menjadi salah satu hal yang penting dalam pemberian konseling. Salah satu teknik yang dapat digunakan untuk meningkatkan motivasi dan membentuk perilaku adaptif siswa adalah teknik modeling, khususnya modeling simbolik. Menurut Bandura (sebagaimana yang dikutip dalam Alwisol, 2009), modeling merupakan proses belajar melalui pengamatan terhadap perilaku orang lain, baik secara langsung maupun melalui media simbolik seperti video, cerita, gambar, atau tokoh fiksi. Dalam modeling simbolik, individu tidak berinteraksi langsung dengan model, melainkan belajar melalui penyajian perilaku yang dicontohkan secara tidak langsung, misalnya melalui tayangan audiovisual atau narasi. Teknik modeling simbolik sangat cocok digunakan dalam konseling, terutama bagi siswa yang kesulitan memahami atau membayangkan perilaku ideal yang diharapkan. Oleh karena itu penyajian tokoh yang menunjukkan perilaku positif sangat penting agar, siswa dapat memperoleh gambaran konkret tentang bagaimana merespons situasi sulit, mengatasi kegagalan, atau tetap termotivasi saat menghadapi tantangan belajar.

Konseling kelompok adalah proses bantuan psikologis yang dilakukan dalam suasana kelompok kecil, di mana para peserta berbagi pengalaman,

memperoleh dukungan sosial, dan belajar dari satu sama lain melalui interaksi yang terstruktur. Menurut Corey (2013), konseling kelompok memberikan manfaat unik dibandingkan konseling individu, karena peserta tidak hanya berinteraksi dengan konselor, tetapi juga dengan anggota kelompok lainnya yang mungkin mengalami masalah serupa. Hal ini dapat menciptakan rasa kebersamaan, penerimaan, dan dorongan untuk berubah secara positif. Dalam konteks siswa sekolah, setting kelompok juga menciptakan suasana yang lebih santai dan informal, sehingga siswa merasa nyaman untuk membuka diri dan terlibat aktif dalam proses konseling. Selain itu, konseling kelompok juga memberikan ruang bagi penerapan berbagai teknik terapi yang bersifat kognitif, emosional, dan perilaku. Proses diskusi kelompok memungkinkan peserta untuk merefleksikan pengalamannya, memahami nilai dari perilaku adaptif yang diperlihatkan, dan termotivasi untuk mencoba mengubah dirinya. Dengan demikian, setting konseling kelompok menjadi wadah yang sangat potensial untuk mengembangkan aspek-aspek psikologis seperti motivasi belajar, kepercayaan diri, dan keterampilan sosial.

Berdasarkan uraian sebelumnya, kombinasi antara pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT), teknik modeling simbolik, dan konseling kelompok merupakan strategi yang efektif untuk membantu meningkatkan motivasi belajar dan perkembangan pribadi siswa secara menyeluruh. Oleh karena itu, peneliti merasa perlu untuk melakukan penelitian dengan judul “Efektivitas Konseling Kognitif Behavioral Teknik Modeling dengan Setting Kelompok untuk Meningkatkan Motivasi dan Hasil Belajar Siswa di SMA Negeri 1

Singaraja.” Penelitian ini dipilih karena dinilai sesuai untuk mengatasi masalah rendahnya motivasi belajar yang berdampak pada hasil belajar siswa.

1.2 Identifikasi Masalah

Mengacu pada latar belakang masalah yang telah dipaparkan, teridentifikasi masalah sebagai berikut.

1. Rendahnya motivasi dan hasil belajar siswa disebabkan oleh faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi kurangnya pemahaman terhadap materi pembelajaran, minimnya minat dan ketertarikan terhadap pelajaran, rendahnya rasa percaya diri. Sementara faktor eksternal meliputi lingkungan sosial siswa, seperti interaksi dengan teman sebaya, lingkungan belajar yang kurang kondusif, serta pengaruh nilai-nilai yang dibawa oleh keluarga dan orang tua.
2. Sebagian siswa di SMA Negeri 1 Singaraja memiliki motivasi belajar yang rendah seperti: menunjukkan ketidakmauan untuk belajar, siswa lebih banyak diam, tidak merespon, jika diberikan tugas dan pekerjaan rumah sering tidak mengerjakan, dan tidak bersemangat.
3. Rendahnya hasil belajar siswa di SMA Negeri 1 Singaraja dilihat dari nilai rapor siswa.
4. Guru Bimbingan dan Konseling (BK) di SMAN 1 Singaraja belum pernah menerapkan teknik modeling dengan setting konseling kelompok dalam membimbing siswa yang bermasalah terutama dalam motivasi belajar.

1.3 Batasan Masalah

Memperhatikan identifikasi masalah yang telah dilakukan sebagaimana terlihat di atas maka penting dilakukan pembatasan masalah yang ada pada penelitian ini, sehingga dalam pengkajian yang dilakukan menjadi lebih fokus. Pembatasan masalah dari penelitian ini terdapat pada identifikasi masalah di atas yaitu terkait dengan rendahnya motivasi belajar yang berpengaruh pada hasil belajar siswa. Berdasarkan hal tersebut, untuk menjawab permasalahan motivasi belajar siswa di SMA Negeri 1 Singaraja. Maka peneliti melakukan tindakan dan upaya untuk meningkatkan motivasi dengan pemilihan teknik yang tepat dalam pelaksanaan konseling yang nantinya bermuara pada peningkatan hasil belajar. Untuk menjawab persoalan motivasi belajar Konseling Kelompok Teknik Modeling merupakan salah satu yang tepat karena teknik ini digunakan untuk mengubah perilaku, kognitif dan afektif seseorang melalui pengamatan yang dilanjutkan pada proses meniru atau meneladani tingkah laku model yang ditampilkan.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan masalah yang teridentifikasi dan pembatasan masalah menghasilkan rumusan masalah pada penelitian yaitu

1. Bagaimana tingkat motivasi belajar siswa sebelum dan sesudah diberikan konseling kognitif behavioral teknik modeling dengan setting kelompok pada siswa SMA Negeri 1 Singaraja?

2. Bagaimana hasil belajar siswa sebelum dan sesudah diberikan konseling kognitif behavioral teknik modeling dengan setting kelompok pada siswa SMA Negeri 1 Singaraja?
3. Apakah konseling kognitif behavioral teknik modeling dengan setting kelompok efektif dalam meningkatkan motivasi belajar dan hasil belajar siswa SMA Negeri 1 Singaraja?
4. Apakah konseling kognitif behavioral teknik modeling dengan setting kelompok efektif dalam meningkatkan hasil belajar siswa SMA Negeri 1 Singaraja?
5. Apakah konseling kognitif behavioral teknik modeling dengan setting kelompok efektif secara simultan dalam meningkatkan motivasi belajar dan hasil belajar siswa SMA Negeri 1 Singaraja?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah tersebut, dapat dikemukakan tujuan penelitian ini yaitu:

1. Mendeskripsikan tingkat motivasi belajar siswa sebelum dan sesudah diberikan konseling kognitif behavioral teknik modeling dengan setting kelompok.
2. Mendeskripsikan hasil belajar siswa sebelum dan sesudah diberikan konseling kognitif behavioral teknik modeling dengan setting kelompok.

3. Menganalisis efektivitas konseling kognitif behaviorial teknik modeling dengan setting kelompok dalam meningkatkan motivasi belajar dan hasil belajar siswa SMA Negeri 1 Singaraja.
4. Menganalisis efektivitas konseling kognitif behaviorial teknik modeling dengan setting kelompok dalam meningkatkan hasil belajar siswa SMA Negeri 1 Singaraja.
5. Menganalisis efektivitas konseling kognitif behaviorial teknik modeling dengan setting kelompok secara simultan dalam meningkatkan motivasi belajar dan hasil belajar siswa SMA Negeri 1 Singaraja.

1.6 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat, baik secara teoritis maupun secara praktis. Berikut merupakan manfaat yang diharapkan dapat diwujudkan dalam penelitian ini.

1. Manfaat Teoritis

Melalui penelitian yang dilakukan ini diharapkan akan dapat memberikan kontribusi empiris terhadap penerapan kegiatan pembelajaran oleh guru BK untuk meningkatkan motivasi dan hasil belajar siswa.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Guru: Penelitian ini diharapkan dapat digunakan oleh guru BK sebagai bahan masukan dalam pelaksanaan proses kegiatan mengajar pada penerapan kegiatan pembelajaran meningkatkan motivasi dan

- hasil belajar siswa serta pemilihan teknik yang sesuai dalam melakukan bimbingan konseling.
- b. Bagi Sekolah: Penelitian ini diharapkan mampu menjadi masukan dalam rangka memaksimalkan aktivitas pembelajaran di sekolah sehingga dapat mencetak generasi yang unggul dibidang akademik.
 - c. Bagi Peneliti Lain: Hasil penelitian ini diharapkan mampu menjadi acuan bagi peneliti lain yang ingin melakukan topik yang sama yaitu berkaitan dengan penggunaan konseling kelompok dengan teknik modeling untuk meningkatkan motivasi dan hasil belajar siswa.

1.7 Deskripsi Teoritis

Pada kajian teori akan dibahas tiga pokok utama yaitu pembelajaran konseling, teknik modeling konseling kelompok, pengaruh motivasi belajar dan hasil belajar.

