



**LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK
SELF MANAGEMENT UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI
BELAJAR SISWA KELAS VIII A SMP 4 BAE KUDUS**

**Disusun Oleh
GUSNUR RAHMAN ALQUDSI
NIM 201931040**

**PROGAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MURIA KUDUS**

2024

LOGO



**LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK *SELF*
MANAGEMENT UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR
SISWA KELAS VIII A SMP 4 BAE KUDUS**

SKRIPSI

**Diajukan kepada Universitas Muria Kudus untuk Memenuhi
Salah Satu Persyaratan dalam Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan
Program studi Bimbingan dan Konseling**

**Disusun Oleh
GUSNUR RAHMAN ALQUDSI
NIM 201931040**

**PROGAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MURIA KUDUS**

2024

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO:

“Sesungguhnya bersama kesukaran itu ada kemudahan, maka apabila kamu telah selesai dari suatu urusan dan hanya kepada Tuhanmu lah kamu berharap”

(Q.s Al-Insyirah 6:8)

PERSEMBAHAN:

1. Kepada kedua orang tua saya Joko Kustoyo dan Sri Esni Tresniyanti yang telah banyak memberikan dorongan, baik moril ataupun materil serta memberikan perhatian yang sangat besar untuk mendukung kegiatan penelitian dilakukan.
2. Untuk seluruh teman-teman seperjuanganku Prodi Bimbingan dan Konseling angkatan 2019. Terimakasih telah berperan banyak memberikan pengalaman dan pembelajaran selama dibangku kuliah
3. Almamaterku Universitas Muria Kudus Angkatan 2019

PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Skripsi oleh Gusnur Rahman Alqudsi, NIM (201931040) ini telah diperiksa dan disetujui untuk diuji.

Kudus, 28 Februari 2024
Pembimbing I



Dr. Richma Hidavati, S.Pd., M.Pd.
NIDN. 0612028801

Pembimbing II



Dr. Agung Slamet Kusmanto, S.Pd., M.Pd., Kons.
NIDN. 0624068401

Mengetahui,
Ka. Prodi Bimbingan dan Konseling



Drs. Arista Kiswanto, M.Pd.
NIDN. 0611116401

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi oleh Gusnur Rahman Alqudsi. NIM (201931040) ini telah dipertahankan didepan Tim Penguji pada tanggal 29 Februari 2024 sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana Pendidikan Bimbingan dan Konseling

Kudus, 29 Februari 2024
Tim Penguji




Dr. Richma Hidayati, S.Pd., M.Pd.
NIDN. 0612028801

, Ketua



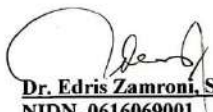
Dr. Agung Slamet Kusmanto, S.Pd., M.Pd., Kons.
NIDN. 0624068401

, Anggota



Drs. Arista Kiswanto, M.Pd.
NIDN. 0611116401

, Anggota



Dr. Edris Zamroni, S.Pd., M.Pd.
NIDN. 0616069001

, Anggota

Mengetahui,
Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan



Dr. Sucipto, M.Pd., Kons
NIDN. 0629086302

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan taufik dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal skripsi ini dengan judul “Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self Management* untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas VIII A SMP 4 BAE KUDUS” dapat diselesaikan dengan baik. Peneliti menyadari akan kekurangan dalam penyusunan proposal ini, oleh karena itu bimbingan dan arahan dari dosen pembimbing sangat diperlukan oleh peneliti demi hasil penelitian yang lebih baik. Oleh karena itu, pada kesempatan kali ini penulis ingin menyampaikan terimakasih terutama kepada:

1. Drs. Sucipto, M.Pd., Kons. Selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus.
2. Drs. Arista Kiswanto, M.Pd. Selaku Kaprodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus.
3. Dr. Richma Hidayati, S.Pd., M.Pd. Sebagai dosen pembimbing I yang telah memberikan bimbingan dan masukan dalam proses penyusunan proposal skripsi ini.
4. Dr. Agung Slamet Kusmanto, S.Pd., M.Pd., Kons. Sebagai dosen pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan masukan dalam proses penyusunan proposal skripsi ini.
5. Bapak dan Ibu Dosen pengampu Progam Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus yang telah mengampu selama masa perkuliahan.
6. Kepada kedua orang tua saya yang telah banyak memberikan dorongan, baik moril ataupun materil serta memberikan perhatian yang sangat besar untuk mendukung kegiatan penelitian dilakukan.
7. Teman-teman seperjuangan dan semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu yang telah banyak membantu peneliti dalam penyusunan proposal skripsi ini.

8. *Last but not least, I wanna thank me, I wanna thank me for believing in me. I wanna thank me for doing all this hard work, I wanna thank me for having no days off, I wanna thank me for never quitting. For just being me at all times.*

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa proposal skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, karena itu penulis membuka diri terhadap saran dan kritik yang bersifat membangun dari segi apapun. Semoga proposal skripsi ini dapat bermanfaat untuk menambah pengetahuan bagi kami dan juga pembaca.

Kudus, 29 februari 2024

Gusnur Rahman Alqudsi

ABSTRAK

Alqudsi, Gusnur Rahman Alqudsi. 2023. “Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self Management* untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa kelas VIII A SMP 4 BAE KUDUS. Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus. Dosen Pembimbing (1) Dr. Richma Hidayati, S.Pd., M.Pd., (2) Dr. Agung Slamet Kusmanto, S.Pd., M.Pd., Kons.

Kata Kunci: Meningkatkan Motivasi Belajar, Bimbingan Kelompok, Teknik *Self Management*

Motivasi belajar merupakan perubahan dalam diri seseorang yang ditandai dengan munculnya reaksi untuk mencapai tujuan. Layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* dapat membangkitkan keinginan dan minat baru pada siswa. Permasalahan yang terjadi pada penelitian ini adalah meningkatkan motivasi belajar siswa kelas VIII A SMP 4 BAE KUDUS.

Tujuan dari penelitian ini adalah: 1. mempelajari tentang penerapan layanan bimbingan kelompok teknik *self management* untuk meningkatkan motivasi belajar siswa kelas VIII A SMP 4 BAE KUDUS, 2. Mencapai hasil peningkatan motivasi belajar yang lebih baik sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok teknik *self management*.

Penelitian dengan menggunakan metode quasi *experimen design one group pretest* dan *posttest*. Penelitian ini dilaksanakan di kelas VIII A dengan dilakukan *pretest* untuk mengetahui jumlah subjek penelitian yang dibutuhkan *treatment* dan setelah dilaksanakan *pretest* maka diketahui terdapat 8 peserta didik dengan motivasi belajar yang rendah dengan nilai rata-rata skor 45 sedang (S).

Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa saat dilaksanakan *pretest* terdapat 8 peserta didik yang memiliki nilai rata-rata skor 45 sedang (S), dengan demikian 8 peserta didik mendapatkan *treatment* untuk meningkatkan motivasi belajar. Setelah dilaksanakan *treatment* peneliti melakukan *posttest* dan didapatkan hasil nilai rata-rata skor 81 sangat baik (SB). Skor peningkatan rata-rata motivasi belajar meningkat sebesar 39.

Berdasarkan penjelasan diatas, diharapkan dapat menjadi langkah untuk dapat membantu menyelesaikan permasalahan peserta didik khususnya layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* untuk meningkatkan motivasi belajar siswa. Karena, jika dilihat dari penelitian yang telah dilaksanakan dapat dilihat bahwa terjadi kenaikan skor diantara *pretest* dan *posttest* setelah diberikan layanan bimbingan kelompok teknik *self management*. Penelitian ini dapat diajukan sebagai saran untuk siswa untuk dapat mengatasi permasalahan yang ditemuinya, bagi guru untuk tindak lanjut untuk meningkatkan motivasi belajar siswa, bagi peneliti dapat digunakan sebagai referensi untuk mengembangkan atau melanjutkan penelitian, bagi kepala sekolah, untuk menyediakan sarana dan pra sarana berkualitas untuk kegiatan bimbingan konseling, dan bagi pembaca untuk sumber informasi dan bahan refensi untuk penelitian selanjutnya.

ABSTRACT

Alqudsi, Gusnur Rahman. 2023. "Guidance counseling group Services with *Self Management* Techniques to Increase Students' Learning Motivation in class VIII A SMP 4 BAE KUDUS. Guidance and Counseling, Faculty of Teacher Training and Education, Muria Kudus University. Supervisor (1) Dr. Richma Hidayati, S.Pd., M.Pd., (2) Dr. Agung Slamet Kusmanto, S.Pd., M.Pd., Kons.

Keywords: Increasing Learning Motivation, Guidance Counseling group, Self Management Techniques

Learning motivation is a change within an individual marked by the emergence of reactions to achieve goals. Guidance counseling group with self-management techniques can arouse new desires and interests in students. The problem addressed in this research is to enhance the learning motivation of eighth-grade students in class VIII A at SMP 4 BAE KUDUS.

The objectives of this research are: 1. to study the implementation of guidance counseling group using self management techniques to enhance the learning motivation of eighth-grade students in class VIII A at SMP 4 BAE KUDUS, 2. to achieve better learning motivation outcomes after providing guidance counseling group using self-management techniques.

The research used the quasi-experimental method with a one group pretest and posttest design. This study was conducted in class VIII A, with a pretest performed to determine the number of research subjects needing treatment. After the pretest, it was found that there were 8 students with low learning motivation, with an average score of 45 (SD).

The results of the study show that during the pretest, there were 8 students who had an average score of 45 (SD). Thus, these 8 students received treatment to improve their learning motivation. After the treatment, the researcher conducted a posttest and obtained an average score of 81, indicating excellent improvement (SB). The increase in learning motivation scores amounted to 39.

Based on the explanation above, it is hoped that this can be a step to help resolve student issues, particularly in group guidance services using self-management techniques to enhance student learning motivation. Because, from the conducted research, it can be observed that there was an increase in scores between the pretest and posttest after providing group guidance services using self-management techniques. This research can be proposed as a suggestion for students to address the issues they encounter, for teachers to follow up on improving student learning motivation, for researchers to use as a reference for developing or continuing research, for school principals to provide quality facilities and pre-facilities for counseling guidance activities, and for readers as a source of information and reference material for further research.

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	<i>Error! Bookmark not defined.</i>
LOGO	<i>ii</i>
HALAMAN JUDUL	<i>iii</i>
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	<i>iv</i>
PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI.....	<i>v</i>
KATA PENGANTAR	<i>vi</i>
ABSTRAK	<i>ix</i>
ABSTRACT	<i>x</i>
DAFTAR ISI.....	<i>xi</i>
DAFTAR TABEL	<i>xiv</i>
DAFTAR LAMPIRAN.....	<i>xv</i>
BAB I PENDAHULUAN	<i>1</i>
1.1 Latar belakang	<i>1</i>
1.2 Rumusan Masalah.....	<i>6</i>
1.3 Tujuan Penelitian.....	<i>6</i>
1.4 Manfaat penilitan.....	<i>6</i>
1.4.1 Manfaat secara teoritis	<i>6</i>
1.4.2 Manfaat secara praktis	<i>7</i>
1.5 Ruang lingkup	<i>7</i>
1.6 Devinisi operasional	<i>7</i>
BAB II KAJIAN PUSTAKA	<i>10</i>
2.1 Motivasi	<i>10</i>
2.1.1 Pengertian Motivasi belajar.....	<i>10</i>
2.1.2 Tujuan Motivasi Belajar	<i>10</i>
2.1.3 Ciri-Ciri Motivasi Belajar	<i>11</i>
2.1.4 Faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi belajar	<i>12</i>
2.1.5 Fungsi dan peran motivasi belajar	<i>12</i>
2.1.6 Jenis-jenis motivasi belajar	<i>13</i>

2.2	Layanan bimbingan kelompok	14
2.2.1	Pengertian layanan bimbingan kelompok	14
2.2.2	Tujuan Bimbingan Kelompok	15
2.2.3	Asas-asas bimbingan kelompok	16
2.2.4	Komponen bimbingan kelompok	<i>Error! Bookmark not defined.</i>
2.2.5	Jenis-jenis layanan bimbingan kelompok	17
2.2.6	Tahap-tahap bimbingan kelompok	18
2.3	Teknik Self Management	19
2.3.1	Pengertian Self Management	19
2.3.2	Aspek-aspek Self Management	21
2.3.3	Faktor faktor yang mempengaruhi self management	21
2.3.4	Langkah langkah penerapan self management	22
2.4	Penerapan layanan bimbingan kelompok Teknik self management dalam meningkatkan motivasi belajar siswa	23
2.5	Penelitian yang relevan	24
2.6	Kerangka berpikir	27
BAB III METODOLOGI PENELITIAN		30
3.1	Waktu dan Tempat Penelitian	30
3.2	Rancangan Penelitian	30
3.3	Populasi dan Sampel	32
3.4	Pengumpulan Data	32
3.4.1	Kuesioner (angket)	33
3.4.2	Observasi	33
3.4.3	Wawancara	33
3.5	Instrumen penelitian	34
3.6	Analisis Data	38
BAB IV HASIL PENELITIAN		40
4.1	Hasil Penelitian	40
4.2	Profil Umum Motivasi Belajar Pada Peserta Didik	40

4.2.1	Deskripsi data hasil Pretest Motivasi Belajar pada Peserta Didik	40
4.3	Deskripsi proses konseling dengan bimbingan kelompok Teknik self management untuk meningkatkan motivasi belajar siswa.....	42
4.4	Hasil Posttest Motivasi Belajar Peserta Didik.....	49
4.5	Pembahasan.....	51
4.5.1	Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik self Management untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas VIII A SMP 4 BAE KUDUS.....	51
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN		55
5.1	Kesimpulan	55
5.2	Saran	55
DAFTAR PUSTAKA		57
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....		61

DAFTAR TABEL

Table 3.1 Kriteria Penyekoran Intrument Motivasi Belajar.....	34
Tabel 3.2 Kisi-kisi Angket Motivasi Belajar	34
Tabel 3.3 kriteria penilaian motivasi belajar siswa	38
Tabel 4.1 Hasil Pretest Peserta Didik Kelas VIII A	41
Table 4.2 Hasil Posttest peserta didik kelas VIII A.....	49
Table 4.3 Hasil Peningkatan Sampel setelah diberikan Treatment	49
Tabel 4.4 Hasil Sampel Sebelum dan Sesudah diberikan treatment	52
Table 4.5 Wilcoxon Signed Ranks Test.....	54

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar angket	62
Lampiran 2. Uji validitas dan reliabilitas.....	64
Lampiran 3. Kisi-kisi instrument.....	66
Lampiran 4. Data kasar uji validitas	68
Lampiran 5. Hasil Uji Wilcoxon Signed Ranks Test	69
Lampiran 6. RPL pertemuan 1	70
Lampiran 7. RPL pertemuan 2	73
Lampiran 8. RPL pertemuan 3	76
Lampiran 9. Daftar hadir peserta didik	79
Lampiran 10. Penilaian hasil layanan bimbingan kelompok	81
Lampiran 11. Hasil layanan bimbingan kelompok.....	81
Lampiran 12. Satuan layanan	<i>Error! Bookmark not defined.</i>
Lampiran 13. Tindak lanjut bimbingan konseling.....	83
Lampiran 14. Surat izin penelitian.....	84
Lampiran 15. Selesai Penelitian	85
Lampiran 16. Lampiran Instrument Penilaian Google Form	86
Lampiran 17. laiseg.....	87
Lampiran 18. dokumentasi.....	93
Lampiran 19. Surat pernyataan.....	97
Lampiran 20. Surat pernyataan.....	98
Lampiran 22. Daftar Riwayat hidup	100

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Pendidikan adalah seluruh pengetahuan belajar yang terjadi sepanjang hayat dalam semua tempat serta situasi yang memberikan pengaruh positif pada pertumbuhan setiap makhluk individu. Pendidikan membuat setiap individu manusia memiliki aspek kehidupan yang layak dan teratur, memiliki aspek pengetahuan dan keterampilan. Pendidikan adalah proses sistematis di mana individu memperoleh pengetahuan, keterampilan, nilai-nilai, dan pemahaman yang mendalam tentang berbagai aspek kehidupan. Ini melibatkan proses pembelajaran yang terstruktur dan terorganisir, baik secara formal di lembaga-lembaga pendidikan seperti sekolah dan Universitas, maupun secara informal dalam kehidupan sehari-hari. Pendidikan adalah usaha manusia untuk menumbuhkan dan mengembangkan potensi-potensi pembawaan baik rohani maupun jasmani sesuai dengan nilai-nilai yang ada dalam lingkungan masyarakat (Ahdar Djamiluddin (2014).

Motivasi adalah kekuatan internal atau eksternal yang mendorong individu untuk bertindak, mencapai tujuan, atau menjalankan aktivitas tertentu. Ini adalah dorongan atau gairah yang memotivasi seseorang untuk melakukan sesuatu. Motivasi dapat berasal dari berbagai faktor, termasuk kebutuhan, tujuan, nilai-nilai, dorongan emosional, atau penghargaan dalam Pendidikan motivasi belajar merupakan hal terpenting untuk siswa.

Motivasi adalah istilah yang sering digunakan untuk menjelaskan pencapaian atau kegagalan dalam menjalankan tugas-tugas yang kompleks. Hampir semua ahli juga sependapat bahwa suatu teori motivasi berkaitan dengan faktor-faktor yang mendorong perilaku dan memberikan arah pada perilaku tersebut. Umumnya, diterima bahwa motif seseorang dalam terlibat dalam suatu kegiatan khusus didasarkan pada kebutuhan mendasarnya (Idham Kholid, 2017). Motivasi belajar merupakan pendorong yang berasal baik dari faktor eksternal maupun internal dalam diri siswa, yang mendorongnya untuk terlibat dalam kegiatan pembelajaran dan menghasilkan semangat belajar (Monica & Adman, 2017).