

**Efektifitas Pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* dengan *Setting*
Kelompok untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa
(*Studi Eksperimen terhadap Siswa SMP Negeri 2 Padang Panjang*)**

SKRIPSI

*Diajukan Sebagai Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan Strata
Satu (S1) Jurusan Bimbingan dan Konseling*



Oleh :

Sri Purwanti

1300388/2013

JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING

FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS NEGERI PADANG

2017

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

EFEKTIVITAS PENDEKATAN *COGNITIVE BEHAVIORAL THERAPY*
DENGAN *SETTING* KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN
MOTIVASI BELAJAR SISWA
(Studi Eksperimen terhadap Siswa SMP Negeri 2 Padang Panjang)

Nama : Sri Purwanti
NIM/BP : 1300388/2013
Jurusan : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, Agustus 2017

Disetujui Oleh:

Pembimbing I



Dr. Yeni Karneli, M.Pd., Kons.
NIP. 19620410 198602 2 001

Pembimbing II



Drs. Erlamsyah, M.Pd., Kons.
NIP. 19620218 198703 1 001

HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI

*Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi
Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Padang*

**Judul : Efektivitas Pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* dengan *Setting*
Kelompok untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa**

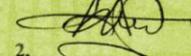
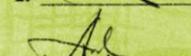
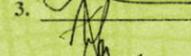
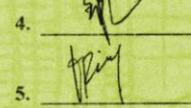
Nama : Sri Purwanti
NIM/BP : 1300388/2013
Jurusan : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, Agustus 2017

Tim Penguji:

Tanda Tangan

1. Ketua : Dr. Yeni Karneli, M.Pd., Kons
2. Sekretaris : Drs. Erlamsyah, M.Pd., Kons
3. Anggota : Drs. AsmidirHlyas, M.Pd., Kons
4. Anggota : Dr. Riska Ahmad, M.Pd., Kons
5. Anggota : Frischa Meivilona Yendi, M.Pd., Kons

1. 
2. 
3. 
4. 
5. 

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

EFEKTIVITAS PENDEKATAN *COGNITIVE BEHAVIORAL THERAPY*
DENGAN *SETTING* KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN
MOTIVASI BELAJAR SISWA
(Studi Eksperimen terhadap Siswa SMP Negeri 2 Padang Panjang)

Nama : Sri Purwanti
NIM/BP : 1300388/2013
Jurusan : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, Agustus 2017

Disetujui Oleh:

Pembimbing I



Dr. Yeni Karneli, M.Pd., Kons.
NIP. 19620410 198602 2 001

Pembimbing II



Drs. Erlamsyah, M.Pd., Kons.
NIP. 19620218 198703 1 001

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang lazim.

Padang, Agustus 2017

Yang menyatakan,



Sri Purwanti
1300388/2013

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Bacalah dengan menyebut nama Tuhanmu

Dia telah menciptakan manusia dari segumpal darah Bacalah, dan Tuhanmulah yang maha mulia

Yang mengajar manusia dengan pena,

Dia mengajarkan manusia apa yang tidak diketahuinya (QS: Al-'Alaq 1-5)

Maka nikmat Tuhanmu yang manakah yang kamu dustakan ? (QS: Ar-Rahman 13)

Niscaya Allah akan mengangkat (derajat) orang-orang yang beriman diantaramu dan orang-orang yang diberi ilmu beberapa derajat(QS : Al-Mujadilah 11)

Ya Allah,

Waktu yang sudah kujalani dengan jalan hidup yang sudah menjadi takdirku, sedih, bahagia, dan bertemu orang-orang yang memberiku sejuta pengalaman bagiku, yang telah memberi warna-warni kehidupanku. Kubersujud dihadapan Mu, Engkau berikan aku kesempatan untuk bisa sampai di penghujung awal perjuanganku Segala Puji bagi Mu ya Allah,

Alhamdulillahirobbil'alamin..

Sujud syukurku, ku sembahkan kepadaMu Tuhan yang Maha Agung nan Maha Tinggi nan Maha Adil nan Maha Penyayang, atas takdirmu telah kau jadikan aku manusia yang senantiasa berpikir, berilmu, beriman dan bersabar dalam menjalani kehidupan ini. Semoga keberhasilan ini menjadi satu langkah awal bagiku untuk meraih cita-cita besarku. Ku persembahkan sebuah karya kecil ini untuk Ayahanda dan Ibundaku tercinta, yang tiada pernah hentinya selama ini memberiku semangat, doa, dorongan, nasehat dan kasih sayang serta pengorbanan yang tak tergantikan hingga aku selalu kuat menjalani setiap rintangan yang ada didepanku. Ayah Ibu terimalah bukti kecil ini sebagai kado keseriusanku untuk membalas semua pengorbananmu, dalam hidupmu demi hidupku kalian ikhlas mengorbankan segala perasaan tanpa kenal lelah.

Terimakasih Tuhan telah kau tempatkan aku diantara kedua malaikatmu yang setiap waktu ikhlas menjagaku, mendidikku, membimbingku dengan baik, ya Allah berikanlah balasan setimpal syurga firdaus untuk mereka dan jauhkanlah mereka nanti dari panasnya sengat hawa api nerakamu.

Untukmu Ayah (Suwanto) & Ibu (Syamsimar)

Dalam setiap langkahku aku berusaha mewujudkan harapan-harapan yang kalian impikan diriku, meski belum semua itu kuraih' insyallah atas dukungan doa dan restu semua mimpi itu kan terjawab di masa penuh kehangatan nanti.

Untuk itu kupersembahkan ungkapan terimakasihku:

Kepada adik kakak satu-satunya Muhammad Rizki yang paliang mada makasih yaa buat segala dukungan serta doanya, makasi selama ini telah menjadi sahabat, tempat curhat hingga tampek bacakak, makasih lah pokoknyo, kalau ndak cakak-cakak ndak lamak rasonyo iduik ko.

Buat Abang sepupu Syah Bayu Ginanjar S. Kom dan Rofita Astuti makasi udah menjadi sepupu yang baik. Love you My brother and sister

Terima kasih ku ucapkan kepada Dosen Pembimbing Skripsiku Ibu Dr. Yeni Karneli, M.Pd., Kons dan Bapak Drs. Erlamsyah, M.Pd., Kons karena berkat bimbingan dan ilmu mereka, kini aku dapat terus melangkah meraih cita-cita yang dulu aku dambakan.

"Hidupku terlalu berat untuk mengandalkan diri sendiri tanpa melibatkan bantuan Tuhan dan orang lain. "Tak ada tempat terbaik untuk berkeluh kesah selain bersama sahabat-sahabat terbaik". Terimakasih ku ucapkan Kepada Teman sejawat Saudara seperjuangan Bimbingan dan Konseling 2013. "Tanpamu teman aku tak pernah berarti,

Spesial buat seseorang !!

Buat seseorang yang masih menjadi rahasia illahi, yang pernah singgah dihati ataupun yang belum sempat berjumpa, terimakasih untuk semua-semuanya yang pernah tercurah untukku. Untuk seseorang di relung hati percayalah bahwa hanya ada satu namamu yang selalu kusebut-sebut dalam benih-benih doaku, semoga keyakinan dan takdir ini terwujud, insyallah jodohnya kita bertemu atas ridho dan izin Allah S.W.T

Hanya sebuah karya kecil dan untaian kata-kata ini yang dapat kupersembahkan. Terima kasih untuk semua dukungannya.

Padang, Agustus 2017

Sri Purwanti

ABSTRAK

Sri Purwanti. 2017. Efektivitas Pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* dengan *Setting* Kelompok untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa. Skripsi. Padang: BK FIP UNP.

Fakta di lapangan menunjukkan bahwa adanya siswa yang mengalami motivasi belajar yang rendah. Motivasi merupakan salah satu aspek penting yang menjadi penentu seseorang dikatakan sukses dalam belajar. Tujuan utama dalam penelitian ini adalah untuk mengungkapkan efektivitas pendekatan *cognitive behavioral therapy* dengan *setting* kelompok untuk meningkatkan motivasi belajar siswa

Rancangan penelitian yang digunakan adalah penelitian eksperimen model *Pre Experiment*, dengan desain penelitian *The One Group Pretest-Posttest*. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP N 2 Padang Panjang yang memiliki motivasi belajar yang rendah sebanyak 10 orang siswa. Metode pengumpulan data menggunakan skala motivasi. Analisis data menggunakan Uji *Wilcoxon* dan analisis data deskriptif.

Dari hasil *Pretest* skala motivasi terdapat 3 siswa berada pada kategori sedang dan 7 siswa berada pada kategori rendah. Hasil *Posttest* dari 10 siswa setelah diberikan perlakuan *Cognitive Behavioral Therapy* terjadi perubahan rata-rata motivasi belajar siswa dan berada pada kategori tinggi. Hasil Uji *Wilcoxon* menunjukkan rata-rata $T_{hitung} = 0,005 < T_{tabel} = 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan motivasi belajar siswa sebelum dan setelah mengikuti kegiatan. Jadi *Cognitive Behavioral Therapy* efektif untuk meningkatkan motivasi belajar siswa.

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Alhamdulillah, segala puji dan syukur kehadiran Allah SWT, berkat rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi dengan judul “Efektivitas Pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* dengan *Setting* Kelompok untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa (Studi Eksperimen pada Siswa SMP N 2 Padang Panjang”. Dalam penulisan skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, oleh sebab itu penulis menyampaikan terima kasih kepada :

1. Ibu Dr. Yeni Karneli, M.Pd., Kons., sebagai pembimbing I sekaligus Pembimbing Akademik penulis, yang dengan penuh kesabaran serta kesediaan meluangkan waktu di tengah-tengah kesibukan beliau, untuk membimbing, mengarahkan dan memberi dukungan penulis dari awal proposal sampai akhir skripsi ini sehingga dapat terselesaikan.
2. Bapak Drs. Erlamsyah, M.Pd., Kons., sebagai pembimbing II penulis, yang dengan penuh kesabaran serta kesediaan meluangkan waktu di tengah-tengah kesibukan beliau, untuk membimbing, mengarahkan dan memberi dukungan penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
3. Bapak Drs. Asmidir Ilyas, M.Pd., Kons. Ibu Dr. Riska Ahmad, M.Pd., Kons. Dan Ibu Frisca Meivilona Yendi, S.Pd, M.Pd., Kons selaku dosen penguji yang telah bersedia memberikan saran dan kritikan untuk kesempurnaan skripsi ini.

4. Bapak Dr. Marjohan, M.Pd., Kons selaku Ketua Jurusan BK FIP UNP dan Ibu Dr. Syahniar, M.Pd., Kons selaku Sekretaris Jurusan BK FIP UNP dan segenap karyawan Jurusan BK FIP UNP yang telah memberikan pelayanan terbaik pada peneliti dalam rangka penyelesaian skripsi ini.
5. Kepada Bapak dan Ibu dosen yang telah membantu penulis selama penulis menuntut ilmu di Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Padang.
6. Bapak Drs. Amverianus, M.Pd., Kons selaku Kepala Sekolah SMP N 2 Padang Panjang dan Bapak Mulyadi S.Pd., Kons sebagai Guru BK SMP N 2 Padang Panjang yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian di SMP N 2 Padang Panjang.
7. Siswa SMP N 2 Padang Panjang yang menjadi subjek penelitian yang telah bekerjasama dan meluangkan waktunya dalam penelitian ini, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
8. Ayahanda tersayang dan tercinta Suwanto, Ibunda tersayang dan tercinta Syamsimar, Adik tersayang dan tercinta Muhammad Rizki beserta keluarga besar tersayang dan tercinta yang selalu mencurahkan kasih sayang, perhatian, bimbingan, arahan dan memberikan dukungan baik moril maupun materil kepada penulis demi kelancaran dan kesempurnaan dalam penyelesaian skripsi ini. Semoga seluruh keluarga penulis selalu diberi limpahan rahmat, kesehatan, dan rezeki serta kebahagiaan oleh Allah SWT.
9. Buat sahabat-sahabat penulis, Aresa Suciанти Autama, Gina Mustafa, Putri Sakinah Lubis dan Sri Wahyuni yang telah bersedia mendengarkan dan

mendampingi penulis dalam suka dan duka, telah memberikan dukungan dan semangat serta bimbingan kepada penulis, terimakasih untuk semuanya. Sampai kapanpun kita adalah sahabat untuk selamanya dan akan tetap terus saling support. Serta seluruh teman-teman Angkatan 2013 Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Padang yang telah memberikan dukungan dan doanya.

10. Buat teman-teman dan adek-adek kos Fatma, Ami, Riri dan Mici yang telah bersedia mendengarkan dan mendampingi penulis dalam suka maupun duka, serta memberikan dukungan dan semangat kepada penulis.
11. Pihak-pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu demi satu, yang telah memberikan bantuan kepada penulis dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam penyusunan skripsi ini, oleh karena itu kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan untuk melengkapi penulisan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan serta dapat menjadi bahan kajian dalam bidang terkait.

Padang, Agustus 2017

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	7
C. Batasan Masalah.....	7
D. Rumusan Masalah.....	7
E. Asumsi.....	8
F. Pertanyaan Penelitian.....	8
G. Tujuan Penelitian.....	8
H. Manfaat Penelitian.....	9
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. <i>Cognitive Behavioral Therapy</i>	
1. Pengertian <i>Cognitive Behavioral therapy</i>	11
2. Tujuan <i>Cognitive Behavioral therapy</i>	13
3. Merencanakan Proses dan Sesi Konseling	14
4. Peran Praktisi (Konselor) dan Klien.....	17
5. Teknik <i>Cognitive Behavioral Therapy</i>	18
B. Motivasi Belajar	
1. Pengertian Motivasi Belajar	20
2. Ciri-ciri Motivasi Belajar	21
3. Aspek-aspek Motivasi Belajar.....	22
4. Fungsi Motivasi Belajar	23
5. Tujuan Motivasi Belajar	24
C. Pengertian <i>Setting</i> Kelompok	25
D. Kerangka Berpikir	26
E. Hipotesis Penelitian	27

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis dan Desain Penelitian Penelitian	
1. Jenis Penelitian	28
2. Desain Penelitian	28
B. Prosedur Penelitian	
1. Menentukan Tempat Penelitian	30
2. Menentukan Rancangan Materi yang Diberikan	30
C. Subjek Penelitian	31
D. Rancangan Penelitian	31
E. Defenisi Operasional	32
F. Pengembangan Instrumen	
1. Jenis Instrumen Penelitian	33
2. Pengembangan Kisi-kisi Intrumen Motivasi Belajar	33
G. Teknik Analisis Data	35
H. Pelaksanaan Penelitian	
1. Izin Penelitian	37
2. Pengadministrasian <i>Pretest</i>	37
3. Kegiatan Penelitian	38
4. Pengadministrasian <i>Posttest</i>	38

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Hasil Penelitian	39
B. Pengujian Hipotesis	49
C. Deskripsi Proses Layanan Bimbingan Kelompok	50
D. Pembahasan	60
E. Keterbatasan Penelitian	69

BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

A. Kesimpulan	70
B. Implikasi	70
C. Saran	72

KEPUSTAKAAN

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 1 Proses Konseling Berdasarkan Konsep Aaron T	16
Tabel 2 Proses Konseling <i>Cognitive Behavioral Therapy</i> yang Telah Disesuaikan dengan Kultur Indonesia	17
Tabel 3 Rancangan Materi untuk Meningkatkan Motivasi Belajar	30
Tabel 4 Kategori Skor Alternatif Jawaban.....	33
Tabel 5 Kisi-kisi Pengembangan Instrumen Motivasi Belajar	35
Tabel 6 Jadwal Pelaksanaan <i>Cognitive Behavioral Therapy</i> dengan <i>Setting</i> Kelompok.....	38
Tabel 7 Kondisi Motivasi Belajar Siswa Sebelum (<i>Pretest</i>) dan Setelah (<i>Posttest</i>) Diberikan Pendekatan <i>Cognitive Behavioral Therapy</i>	40
Tabel 8 Motivasi Belajar Siswa Dilihat dari Aspek Disiplin dalam Belajar	41
Tabel 9 Motivasi Belajar Siswa Dilihat dari Aspek Ketekunan dalam Belajar	43
Tabel 10 Motivasi Belajar Siswa Dilihat dari Aspek Keuletan dalam Menghadapi Kesulitan Belajar	44
Tabel 11 Motivasi Belajar Siswa Dilihat dari Aspek Kemandirian dalam Belajar	46
Tabel 12 Distribusi Frekuensi motivasi Belajar Siswa <i>Pretest-Posttest</i>	47
Tabel 13 Gambaran Perbedaan <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Motivasi Belajar Siswa	48
Tabel 14 Hasil Analisis <i>Wilcoxon Rank Test Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Motivasi Belajar	50

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
Gambar 1 Kerangka Berpikir	26
Gambar 2 Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Motivasi belajar.....	47

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
Lampiran 1 Kisi-kisi Instrumen Penelitian	74
Lampiran 2 Instrumen Penelitian	75
Lampiran 3 Rekap Instrumen.....	82
Lampiran 4 Angket Penelitian	90
Lampiran 5 Desain Penelitian	97
Lampiran 6 Hasil <i>Pretest</i>	107
Lampiran 7 Hasil <i>Posttest</i>	108
Lampiran 8 Hasil Pretest dalam Bentuk Aspek Motivasi Belajar.....	109
Lampiran 9 hasil Posttest dalam Bentuk Aspek Motivasi Belajar.....	113
Lampiran 10 Hasil Analisis <i>Wilcoxon Signed Ranks Test Pretest dan Posttest</i> .	117
Lampiran 11 Daftar Hadir	118
Lampiran 12 Surat Izin Penelitian dari FIP UNP.....	119
Lampiran 13 Surat Izin Penelitian dari DPM dan PTSP Kota Padang Panjang .	120
Lampiran 14 Surat Keterangan Penelitian dari SMP N 2 Padang Panjang.....	121
Lampiran 15 Dokumentasi	123

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan merupakan sektor yang sangat menentukan kualitas suatu bangsa. Kegagalan pendidikan berimplikasi pada gagalnya suatu bangsa, keberhasilan pendidikan juga secara otomatis membawa keberhasilan sebuah bangsa.

Perkembangan potensi peserta didik dapat dilihat dari motivasi belajar yang dia miliki. Peningkatan motivasi belajar yang tinggi merupakan indikator utama dalam pendidikan di sekolah, karena motivasi belajar menunjukkan tingkat kompetensi siswa dalam menguasai materi pembelajaran. Sedangkan motivasi yang rendah dapat menyebabkan kurangnya usaha belajar, yang pada akhirnya dapat berpengaruh terhadap hasil belajar yang didapatkan (Nana Syaodih, 2005:163).

Maslow (dalam Mohammad Asrori, 2008:183) mengemukakan motivasi seseorang untuk melakukan aktifitas ialah karena memiliki suatu kebutuhan yang harus dipenuhi. Dalam kegiatan belajar, motivasi merupakan keseluruhan daya penggerak di dalam diri yang menimbulkan kegiatan belajar, yang menjamin kelangsungan dari kegiatan belajar. Motivasi belajar merupakan faktor psikis yang bersifat non intelektual.

Motivasi belajar siswa sesungguhnya berkaitan erat dengan keinginan siswa untuk terlibat dalam proses pembelajaran. Menurut Sardiman A. M (2012:75) siswa yang tidak punya motivasi tidak akan

berusaha keras untuk belajar dan sebaliknya, siswa yang memiliki motivasi kuat akan mempunyai banyak energi untuk melakukan kegiatan belajar.

Menurut Sardiman A.M (2012:75) motivasi belajar dapat dikatakan sebagai keseluruhan daya penggerak di dalam diri siswa yang menimbulkan kegiatan belajar, yang menjamin kelangsungan dari kegiatan belajar dan yang memberikan arah pada kegiatan belajar sehingga tujuan yang dikehendaki oleh subjek belajar itu dapat tercapai.

Indikator siswa yang memiliki motivasi belajar yang rendah menurut Mohammad Asrori (2008:184) adalah:

1. Kurangnya perhatian terhadap pelajaran.
2. Rendahnya semangat juang.
3. Mengerjakan sesuatu merasa diminta membawa beban berat.
4. Sulit untuk dapat jalan sendiri ketika diberi tugas.
5. Memiliki ketergantungan kepada orang lain.
6. Individu dapat berjalan jika sudah dipaksa.
7. Daya konsentrasi kurang, cenderung membuat kegaduhan.
8. Mudah berkeluh kesah dan pesimis ketika menghadapi kesulitan.

Hal-hal seperti itulah yang membuat siswa mendapatkan hasil belajar menurun yang diakibatkan oleh motivasi belajar yang rendah. Pada kenyataannya masih banyak siswa yang memiliki motivasi belajar rendah, hal itu berdasarkan dari hasil wawancara yang peneliti lakukan dengan 3 (tiga) orang siswa yang berada di kelas dua SMP N 2 Padang Panjang pada tanggal 31 Mei 2016, terungkap bahwa ke tiga siswa ini memiliki motivasi belajar yang rendah. Hal itu disebabkan karena siswa masih banyak bermain sewaktu jam pelajaran berlangsung, tidur di kelas jika

tidak menyenangkan pelajaran, jika ditegur baru kembali memperhatikan pelajaran yang dijelaskan oleh guru, sering minta izin sewaktu jam pelajaran berlangsung, tidak memiliki konsentrasi dalam belajar.

Wawancara dengan beberapa orang siswa lainnya dia lebih banyak bermain dari pada belajar, sering keluar malam, tidak peduli dengan nilai yang didapatkannya. Karena dia berpikiran guru-guru akan membantunya dalam belajar sampai dia bisa dan masih banyak belajar tambahan yang akan diberikan oleh gurunya.

Dari hasil wawancara dengan salah satu guru mata pelajaran siswa yang memiliki motivasi rendah dalam belajar juga ditandai siswa lebih jarang mengerjakan tugas yang diberikan, mudah putus asa, kurang ada dorongan dalam belajar dan lebih banyak berdiam diri, kurang senang dalam memecahkan soal dan semangat belajar yang dimilikinya juga berkurang. Jika dia mempunyai nilai yang rendah dari teman-temannya dia merasa tidak peduli.

Kondisi seperti ini membuat siswa tidak ada mengkonsultasikan tentang masalah motivasi belajarnya kepada pembimbing/guru BK. Motivasi tersebut juga dipengaruhi oleh lingkungannya dalam belajar, sehingga membuat motivasi belajarnya rendah dan berdampak pada hasil belajarnya juga ikut rendah.

Penelitian oleh Andry Putra Pratama; Endang Widyorini, Lita Widyo Hastuti (2012) tentang “Penerapan *Cognitive Behavioral Therapy*

untuk Menurunkan Gejala-gejala *Generalized Anxiety Disorder* pada Remaja” mengungkapkan bahwa *Cognitive-Behavioral Therapy* dapat menurunkan gejala-gejala *Generalized Anxiety Disorder* pada remaja. Gejala-gejala *Generalized Anxiety Disorder* tersebut ada yang sepenuhnya menghilang, tetapi ada gejala yang belum sepenuhnya menghilang.

Penelitian selanjutnya oleh Esty Aryani Safithry (2014) tentang “*Group Cognitive Behaviour Therapy* untuk Mengurangi Kecemasan pada Mahasiswa UM Palangkaraya Yang Akan Menghadapi Ujian Skripsi” mengungkapkan berdasarkan hasil terapi dapat diketahui bahwa subjek mengalami perubahan yang cukup berarti setelah beberapa proses terapi. Perubahan tersebut terdiri dari penurunan tingkat kecemasan dan perubahan pikiran negatif menjadi positif.

Sarandria (2012) tentang “Efektifitas *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) untuk Meningkatkan *Self Esteem* pada Dewasa Muda” berdasarkan hasil terapi dapat diketahui bahwa subjek mengalami perubahan yang cukup berarti setelah beberapa proses terapi. Perubahan tersebut terdiri dari penurunan tingkat kecemasan dan perubahan pikiran negatif menjadi positif.

Menurut Muhibbin Syah (1999:137) kekurangan atau ketiadaan motivasi baik yang bersifat internal maupun eksternal, dapat menyebabkan kurang bersemangatnya siswa dalam proses pembelajaran baik di sekolah maupun di rumah. Menurut Ngalim Purwanto (1990:73) secara umum

dapat dikatakan bahwa tujuan motivasi belajar adalah menggerakkan atau menggugah seseorang agar timbul keinginan dan kemauannya untuk melakukan sesuatu, dalam hal ini belajar sehingga dapat memperoleh hasil atau mencapai tujuan belajar.

Pada lingkungan sekolah, untuk meningkatkan motivasi belajar siswa dapat menggunakan bantuan pendekatan *Cognitif Behavioral Therapy* dengan *setting* kelompok. Menurut David A. Tomb (2004:251) terapi kognitif perilaku merupakan suatu gabungan antara terapi kognitif dan terapi perilaku. Terapi ini menganggap kesulitan-kesulitan emosional berasal dari pikiran atau keyakinan yang salah yang menyebabkan perilaku yang tidak produktif.

Tujuan dari konseling *cognitive behavioral therapy* menurut Oemarjoedi A. Kasandra (2003:9) yaitu mengajak konseli untuk menentang pikiran dan emosi yang salah dengan menampilkan bukti-bukti yang bertentangan dengan keyakinan mereka tentang masalah yang dihadapi. Melalui pendekatan *cognitive behavioral therapy* siswa mampu mengembangkan tanggung jawab dan mampu meningkatkan motivasi untuk berperilaku yang lebih baik.

Dengan *cognitive behavioral therapy*, dilakukan modifikasi fungsi pikiran, perasaan, dan perbuatan (perilaku), dengan cara menekankan fungsi kognitif (otak) dalam menganalisis, memutuskan, bertanya, berkehendak, dan memutuskan kembali. Dengan merubah status pikiran

dan perasaan, diharapkan klien dapat merubah perilakunya dari negatif menjadi positif.

Adapun hal yang menjadi alasan bagi peneliti untuk melakukan penelitian terhadap efektivitas pendekatan *cognitive behavioral therapy* dengan *setting* kelompok untuk meningkatkan motivasi belajar siswa di SMP N 2 Padang Panjang ini ialah melihat banyaknya persoalan yang perlu peneliti kaji lebih dalam berkaitan dengan permasalahan yang telah peneliti uraikan berdasarkan fenomena sebelumnya di sekolah ini. Sehingga nantinya melalui hasil penelitian ini, peneliti dapat membantu memberikan gambaran yang jelas mengenai keadaan yang sebenarnya kepada pihak-pihak terkait seperti guru, konselor dan kepala sekolah, dan pihak-pihak ini mampu memberikan bantuan dan membentuk kebijakan yang positif untuk merubahnya.

Oleh sebab itu, guna membantu memberikan gambaran yang jelas dan sistematis mengenai keadaan tersebut berdasarkan fenomena dan kenyataan yang ditemui di lapangan, maka peneliti merasa tertarik dan perlu mengkaji secara sistematis dan ilmiah mengenai “Efektifitas Pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* dengan *Setting* Kelompok untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang dikemukakan maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut :

1. Tidak adanya dorongan dalam diri siswa untuk belajar.
2. Adanya siswa yang kurang perhatian terhadap pelajaran yang diberikan dan memiliki semangat juang yang rendah.
3. Adanya siswa yang bergantung kepada orang lain dalam belajar.
4. Rendahnya konsentrasi siswa dalam belajar
5. Masih adanya siswa yang mudah berkeluh kesah dan pesimis ketika menghadapi kesulitan.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah, maka peneliti membatasi permasalahan penelitian mengenai efektifitas pendekatan *cognitive behavioral therapy* dengan *setting* kelompok untuk meningkatkan motivasi belajar siswa.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi dan batasan masalah, maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana tingkat motivasi belajar siswa sebelum diberikan perlakuan (*pretest*)?
2. Bagaimana tingkat motivasi belajar siswa sesudah diberikan perlakuan (*posttest*)?

3. Apakah pendekatan *cognitive behavioral therapy* efektif untuk meningkatkan motivasi belajar siswa?

E. Asumsi

Asumsi merupakan titik tolak pemikiran yang tidak dipersoalkan lagi kebenarannya. Penelitian ini berpijak pada asumsi sebagai berikut:

1. Setiap siswa memiliki motivasi yang berbeda-beda.
2. Motivasi belajar siswa akan mempengaruhi semangatnya dalam belajar.
3. Setiap tingkah laku dapat dipelajari, tingkah laku lama dapat diganti dengan tingkah laku baru, dan manusia memiliki potensi untuk berperilaku baik atau buruk.

F. Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimana gambaran motivasi belajar siswa sebelum dilakukan *treatment*?
2. Bagaimana gambaran motivasi belajar siswa setelah dilakukan *treatment*?
3. Apakah ada perubahan motivasi belajar siswa sebelum dan sesudah dilakukannya *treatment*?

G. Tujuan Penelitian

Tujuan utama dalam penelitian ini adalah untuk mengungkapkan efektifitas pendekatan *cognitive behavioral therapy* dengan *setting* kelompok untuk meningkatkan motivasi belajar siswa. Selanjutnya tujuan khusus penelitian ini adalah untuk mengungkapkan hal-hal sebagai berikut:

1. Mendeskripsikan motivasi belajar siswa sebelum diberikan perlakuan (*pretest*).
2. Mendeskripsikan motivasi belajar siswa sesudah diberikan perlakuan (*posttest*).
3. Menguji efektifitas pendekatan *cognitive behavioral therapy* dengan *setting* kelompok untuk meningkatkan motivasi belajar siswa.

H. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat hasil temuan penelitian ini sebagai berikut.

1. Manfaat Teoretis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi pengembangan teori tentang efektifitas pendekatan *cognitive behavioral therapy* dengan *setting* kelompok untuk meningkatkan motivasi belajar siswa.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi peneliti, mendapatkan pemahaman tentang efektifitas dengan pendekatan *cognitive behavioral therapy* dengan *setting* kelompok untuk meningkatkan motivasi belajar siswa.
- b. Bagi siswa, bermanfaat bagi siswa yang mengalami motivasi belajar rendah sehingga mampu menyelesaikan masalahnya dengan penanganan yang sesuai dan tepat. Melalui hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai upaya pencegahan agar siswa tidak mengalami motivasi belajar rendah.

- c. Bagi konselor, sebagai bahan masukan dalam pelaksanaan pelayanan bimbingan dan konseling secara efektif dan efisien dengan pendekatan *cognitive behavioral therapy*.
- d. Bagi peneliti lain, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai wacana dan acuan bagi peneliti lain untuk meneliti hal yang sama serta menyempurnakan hasil penelitian.