

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran Objek Penelitian

a. Rencana Pelaksanaan Layanan konseling Individu dengan Teknik *Self Talk* untuk Meningkatkan Motivasi Belajar di SMK Duta Karya Kudus

Enam siswa kelas XI jurusan teknik kimia industri digunakan sebagai sampel penelitian pada penelitian yang dilakukan di SMK Duta Karya Kudus. Pada dua kelas yaitu kelas eksperimen (pembelajaran siswa) dan kelas kontrol, peneliti menggunakan dua pendekatan dalam penelitian ini.

Pada tahap awal 4 Januari 2024, peneliti melakukan observasi ke lingkungan SMK Duta Karya Kudus dan wawancara guru BK serta mengamati kondisi peserta didik beserta interaksi yang ada di lingkungan sekolah.⁴⁵ Setelah melakukan observasi dan wawancara selanjutnya peneliti menyusun instrumen angket motivasi belajar yang divalidasi oleh penilai ahli dalam bidang bimbingan dan peserta didik berupa 3 dosen BK, selanjutnya setelah diuji menggunakan rumus Aiken V menunjukkan hasil dari validitas angket dikatakan valid.

Setelah pertanyaan instrumen angket dinyatakan valid, selanjutnya peneliti menguji coba 22 butir instrumen angket kepada 46 peserta didik pada satu kelas guna mengetahui reabilitas instrumen angket variabel motivasi belajar. Dan hasil dari uji reabilitas *Cronbach alpha* telah memenuhi syarat reliabel.

Selanjutnya pada tanggal 6 Januari 2024 di bawah pengawasan guru BK, peneliti membagikan angket motivasi belajar kepada siswa kelas XI A dan XI B di ruang kelas terpisah, pemberian angket motivasi belajar digunakan untuk mengetahui tingkatan motivasi belajar dari setiap peserta didik sebelum nantinya diberikan layanan konseling individu dengan teknik *self talk* dan *modelling*, setelah pengisian lembar angket selesai peneliti menjelaskan terkait pertemuan

⁴⁵ Rizki Amalia, "Wawancara Tentang Teknik Yang Diterapkan Untuk Mengatasi Motivasi Belajar Di SMK Duta Karya Kudus " , 26 Oktober 2023.

selanjutnya yaitu layanan konseling individu dengan dengan teknik *self talk* dan *modelling* dan meminta persetujuan dari peserta didik untuk dilakukan pada tanggal berapa.

Selanjutnya, pada tanggal 8 Januari 2024, siswa yang diketahui menunjukkan perilaku maladaptif pada tingkat rendah, sedang, atau tinggi berdasarkan hasil angket akan mendapat perlakuan berupa layanan konseling individu. Untuk mengamati perubahan perilaku peserta didik, peneliti juga memberikan layanan konseling individu untuk perlakuan kedua. Pada perlakuan pertama, siswa mendapatkan layanan konseling individual dengan menggunakan teknik *self talk*. Peneliti membandingkan dua pengobatan berbeda dengan menggunakan perubahan perilaku yang terjadi setelah menerima terapi pertama, yang terdiri dari layanan konseling individu disertai teknik *self talk*. Tujuan dari perbandingan ini adalah untuk mengetahui apakah layanan konseling bersifat personal.

Pada tahap terakhir, setelah sesi terapi individual dengan menggunakan teknik *self talk*, peneliti kembali menyerahkan lembar angket motivasi belajar kepada peserta didik untuk melihat apakah data hasil jawaban angket telah berubah. Peneliti melakukan beberapa tahapan kegiatan, antara lain tahap awal identifikasi masalah, tahap inti kerja, dan tahap akhir tindakan dan perubahan, berdasarkan layanan konseling yang diuraikan dalam lembar RPLBK yang disusun oleh peneliti dan guru BK.

Pada tahap awal / tahap identifikasi masalah peneliti mengawali layanan dengan memberi salam kepada peserta didik layanan konseling individu kemudian peneliti bertanya kepada peserta didik mengenai topik netral. Selanjutnya peneliti memberikan penjelasan mengenai arti layanan konseling individu, tujuan konseling individu, asas –asas konseling individu dan *time limit*. Pada tahap inti yang akan dilaksanakan peneliti, peneliti menggali data peserta didik mengenai masalah yang sedang dihadapi khususnya motivasi belajar rendah. Kemudian peneliti bersama peserta didik membahas masalah yang sedang di alami peserta didik agar peserta didik memahami kondisi yang sedang di

alami dan mampu terhindar dari rendahnya motivasi belajar tersebut. Pada tahap ini peneliti mengaplikasikan teknik *self talk*, selanjutnya pada tahap akhir peneliti beserta peserta didik merencanakan tindak lanjut dari layanan konseling individu, di akhir layanan peneliti menutup salam dengan peserta didik. Setelah itu peserta didik diberikan angket untuk *posttes*. Hasil tersebut menunjukkan adanya perubahan yang terjadi sebelum dan sesudah dilakukannya konseling individu (terapi) pada keenam peserta didik kelas XI SMK Duta Karya Kudus.

Pada tanggal 10 Januari 2024 telah dilaksanakan pertemuan ketiga. Pada tahap kerja/inti, peneliti melakukan sesi konseling individu yang kedua dengan enam peserta didik yang menunjukkan kesadaran belajar rendah, dengan menggunakan teknik *modelling*. Setelah itu peserta didik diberikan angket untuk *posttes*. Hasil tersebut menunjukkan adanya perubahan yang terjadi sebelum dan sesudah dilakukannya konseling individu (terapi) pada keenam peserta didik kelas XI SMK Duta Karya Kudus.⁴⁶

b. Layanan Konseling Individu Dengan Teknik *Self Talk*

	
<p>Gambar 4. 1 Layanan Konseling Individu dengan Teknik <i>Self Talk</i> bersama Guru BK Pertemuan Pertama</p>	<p>Gambar 4. 2 Layanan konseling Individu Self Talk Kegiatan Evaluasi bersama Guru BK Pertemuan Ketiga</p>

Pelaksanaan layanan konseling individu dimulai dengan mempersilahkan masuk dan dimulai pembicaraan menggunakan topik netral misalnya

⁴⁶ “Hasil Output Pretes Dan Posttes, Pada Lampiran 7-9.

menanyakan kabar, menanyakan hobi, dan habis pelajaran apa. Peneliti mendefinisikan layanan konseling individu, merinci kegiatan-kegiatan yang akan berlangsung selama konseling individu, dan membahas asas keterbukaan, kesukarelaan, dan kerahasiaan yang ada dalam layanan konseling individu. Setelah itu, peneliti melakukan penggalan data masalah peserta didik sampai tahu latar belakang masalahnya. Permasalahan peserta didik diantaranya adanya faktor teman, keluarga, pelajaran yang tidak disukai, sering tidur malam –malam untuk bermain HP sehingga peserta didik malas untuk belajar atau berangkat sekolah. Setelah mengetahui permasalahan peserta didik terkait motivasi belajarnya rendah peneliti menjelaskan teknik yang akan diterapkan dengan peserta didik.

Peneliti menggunakan teknik *self talk*, sebelum peneliti menerapkan teknik tersebut peneliti juga menjelaskan tentang teknik dalam layanan konseling individu yakni teknik *self talk* dimana merupakan sebuah teknik yang mengubah pikiran negatif menjadi pikiran positif. Pembicaraan diri yang positif dapat dihasilkan dengan menggunakan teknik *self talk* untuk menantang keyakinan irasional dan menumbuhkan ide-ide yang sehat. Peneliti menanyakan kesediaannya dalam penggunaan teknik. Peserta didik kemudian menjawab setuju ketika peneliti bertanya apakah bersedia menggunakan teknik ini untuk melakukan layanan.

Saat peserta didik mendekati tahap inti, peneliti menggunakan teknik ini pada mereka. Pertama, peserta didik diminta untuk membagikan pemikiran negatif apa pun yang mungkin mereka miliki, dan kemudian peneliti menawarkan instruksi kepada mereka tentang cara mengubah semua pemikiran negatif tersebut menjadi positif. Setelah itu peneliti memberikan *summary* atau simpulan tentang permasalahan peserta didik mengenai motivasi belajar, diantaranya faktor rendahnya motivasi belajar, permasalahan peserta didik terhadap semua permasalahan yang dialami dan memberikan saran untuk meningkatkan motivasi belajar

Dengan menggunakan teknik *self talk*, peneliti bertanya kepada peserta didik tentang *feedback* yang mereka terima selama sesi konseling individu. Kemudian

layanan konseling individu ditutup dengan salam dari peneliti.

Deskripsi hasil konseling individu dengan teknik *self talk* dari 6 sampel. Pertama, peserta didik inisial SAP yaitu penyebab rendahnya motivasi belajar diantaranya, susah menghafal rumus, masalah dengan teman, cita- cita menjadi dokter tetapi dia susah dalam menghafal rumus, dan punya masalah dengan keluarga. Setelah melakukan pertemuan selama 2 kali ada perubahan yang baik dari diri peserta didik diantaranya, permasalahan dengan teman dan keluarga terselesaikan , sudah mencoba membuka tutorial dari youtub jika ada rumus yang tidak dimengerti. Kedua, peserta didik inisial BSAR yaitu penyebab rendahnya motivasi belajar diantaranya, lupa sarapan, mager berangkat, adanya faktor teman, ingin menjadi wanita karir tetapi jurusannya tidak sesuai dengan cita - citanya. Setelah melakukan pertemuan selama 2 kali ada perubahan yang baik dari diri peserta didik diantaranya, permasalahan dengan teman terselesaikan , sudah mencoba sebelum berangkat sarapan terlebih dahulu, dan masalah jurusan dari diri peserta didik ingin mencoba mempelajari dan menyukai pelajaran yang ada.

Ketiga, peserta didik inisial MRK yaitu Penyebab rendahnya motivasi belajar diantaranya, suka bergadang. Setelah melakukan pertemuan selama 2 kali ada perubahan yang baik dari diri peserta didik diantaranya, dia mencoba tidur tepat waktu maksimal jam 21.30 , dan belajar lebih giat lagi. Keempat, peserta didik inisial QRS yaitu, penyebab rendahnya motivasi belajar diantaranya, pelajaran yang tidak disukai yaitu bahasa jawa jadi dia selalu dapat nilai sedikit, ikut organisasi jadi tidak isa membagi waktu, sering overthingking, begadang nonton drakor. Setelah melakukan pertemuan selama 2 kali ada perubahan yang baik dari diri peserta didik diantaranya, tidak bergadang lagi hanya untuk nonton drakor, mencoba membagi waktu dengan baik anara organisasi dengan sekolah, berusaha belajar bahasa jawa melalui youtube, dia akan lebih berfikiran positif utuk menghindari overthingking. Kelima, peserta didik inisial GDK yaitu Penyebab rendahnya motivasi belajar diantaranya, guru yang tidak

disukai jadi menghambat pelajaran yang diampu, ketika hujan dia malas berangkat, berkeinginan kuliah tetapi pengen kerja terlebih dahulu untuk meringankan beban orang tua. Selama 2 kali ada perubahan yang baik dari diri peserta didik diantaranya, permasalahan dengan guru yang tidak disukai sudah mencoba mendekati dan menerima pelajaran yang diampu, mengubah pikiran ketika hujan harus bertekad berangkat sekolah, tambah semangat lagi dalam belajar karena keinginannya kuliah harus dilandasi nilai yang baik agar bisa diterima di suatu pekerjaan untuk mmbiyai kuliah. Keenam, peserta didik inisial ZNA yaitu penyebab rendahnya motivasi belajar diantaranya, kebanyakan main HP cuma buat hiburan, tidak ada hal yang menarik dan ood yang bagus untuk belajar. Setelah melakukan pertemuan selama 2 kali ada perubahan yang baik dari diri peserta didik diantaranya, minimalkan jumlah waktu yang peserta didik habiskan bermain game di ponsel untuk tujuan yang tidak penting. misalnya menggunakan HP untuk belajar dari tutorial youtube, tiktok yang konten edukasi, mencoba mencari atau menyesuaikan mood saat belajar agar tidak cepat bosan.

c. Layanan Konseling Individu Dengan Teknik *Modelling*



Gambar 4. 3 Layanan konseling Individu dengan Teknik *Modelling* bersama Guru BK Pertemuan Kedua



Gambar 4. 4 Layanan konseling Individu *Modelling* Kegiatan Evaluasi bersama Guru BK Pertemuan Ketiga

Pertemuan kedua pelaksanaan layanan konseling individu dengan teknik *modelling* dimulai dengan mempersilahkan masuk dan dimulai pembicaraan menggunakan topik netral misalnya menanyakan kabar, menanyakan hobi, dan habis pelajaran apa. Peneliti menjelaskan tentang apa itu layanan konseling individu, kegiatan apa yang akan dilakukan dalam konseling individu termasuk asas- asas yang ada dalam layanan konseling individu meliputi asas kerahasiaan, kesukarelaan dan asas keterbukaan. Setelah itu, peneliti melakukan penggalian data masalah peserta didik sampai tahu latar belakang masalahnya. Permasalahan peserta didik diantaranya adanya faktor teman, keluarga, pelajaran yang tidak disukai, sering tidur malam –malam untuk bermain HP sehingga peserta didik malas untuk belajar atau berangkat sekolah. Setelah mengetahui permasalahan peserta didik terkait motivasi belajarnya rendah peneliti menjelaskan teknik yang akan diterapkan dengan peserta didik.

Peneliti menggunakan teknik *modelling*, sebelum peneliti menerapkan teknik tersebut peneliti juga menjelaskan tentang teknik dalam layanan konseling individu yakni teknik *modelling* dimana merupakan proses peserta didik belajar dari mengamati orang lain. Setelah itu peneliti menanyai peserta didik apakah bersedia melakukan treatment menggunakan teknik tersebut, lalu peserta didik menjawab bersedia.

Masuk pada tahap inti pada tahap ini peneliti mengaplikasikan teknik tersebut kepada peserta didik, peserta didik diberi kesempatan untuk mempraktekkan perilaku target setelah *modelling* terjadi. Selama perilaku target dilakukan peneliti mendiskripsikan langkah – langkah untuk melaksanakan perilaku yang dicontohkan setelah itu peneliti membawa peserta didik kedalam diskusi tentang motivasi belajar yang ditargetkan. Peneliti memberikan pekerjaan rumah kepada peserta didik untuk mempraktikkan perilaku yang sesuai targetnya. Pada tahap akhir peneliti menanyakan perasaan peserta didik dan *feedback* apa yang diterima peserta didik selama layanan konseling individu dengan teknik *modelling* dilaksanakan, peneliti dan peserta didik menyepakati untuk diadakan pertemuan ketiga pertama,

kemudian layanan konseling individu ditutup dengan salam dari peneliti.

Pada tanggal 13 Januari, peneliti mengadakan pertemuan ketiga untuk mengevaluasi atau tindak lanjut pada pertemuan pertama menggunakan teknik *self talk* dan pertemuan kedua menggunakan *teknik modelling*. Dari hasil tersebut peneliti membuka dengan salam dan topik netral. Setelah itu peneliti menanyai hasil dari peserta didik pada pertemuan pertama dan kedua. Hasil tersebut sangat baik dan ada perubahan pada motivasi belajar peserta didik yang tadinya malas karena hujan, ada masalah dengan temannya sekarang sudah membaik, tidur tepat waktu dll. Tetapi dari hasil dengan teknik *Self talk* banyak peserta didik yang tidak efektif karena peserta didik merasa berat dan susah jika harus menirukan model yang menjadi target. Setelah itu peneliti menutup pertemuan tersebut dengan salam dan membuat perjanjian akan diadakan pemberian *posttes* pada peserta didik. Deskripsi peserta didik saat diberikan layanan konseling individu dengan teknik *modelling* dari 6 peserta didik disini guru BK menerapkan sistem membandingkan atau menjadi modelnya itu peserta didik yang lebih baik, pada saat itu peneliti membantu menggambarkan suatu pekerjaan atau cita-citanya agar bisa lebih dikembangkan dalam belajarnya.

2. Hasil Uji Coba Validitas dan Reabilitas

1) Uji Coba Validitas

Tujuan uji validitas Aiken V dalam penelitian ini adalah untuk mengukur luasnya angket motivasi belajar guna menilai seberapa baik teknik *self talk* yang diterapkan dalam layanan konseling individual meningkatkan semangat belajar peserta didik, untuk membuktikan instrumen angket ini dapat digunakan sebelum di berikan pada peserta didik terlebih dahulu peneliti meminta validasi kepada validator ahli yaitu tiga dosen. Instrumen angket motivasi belajar layak digunakan sebagai alat ukur penelitian motivasi belajar, apabila unguapannya dapat diperbaiki, sesuai dengan temuan uji validitas yang dilakukan oleh ketiga validator tersebut di atas, dalam perhitungan validitas Aiken V peneliti menggunakan bantuan software excel. Diketahui bahwa setiap soal memiliki kriteria berdasarkan hasil perhitungan indeks

aiken v, hasilnya 20 soal masuk dalam kriteria sangat tinggi dan 2 soal masuk dalam kriteria tinggi. Dapat disimpulkan bahwa dari 30 soal instrumen angket motivasi belajar yang sudah diuji validitas aiken v.⁴⁷

Tabel 4. 1 Rekapitulasi Hasil Validitas Instrumen Motivasi Belajar

No Butir Item	Nilai	Kriteria
1,2,3,4,7,8,9,10,11,12,13,14,15,16,17,18,19,20,21,22	0,8 dan 0,9	Sangat Tinggi
5 dan 6	0,6 dan 0,7	Tinggi

2) Uji Coba Reliabilitas

Uji reabilitas merupakan tahapan penting dalam penelitian, pada penelitian ini digunakan *uji cronbach alpha* guna mengetahui setiap indikator instrumen dapat diukur secara konsisten (reliabel). Instrumen yang diuji pada penelitian ini berjumlah 22 soal dengan sampel 46 peserta didik, dalam kriteria *alpha Cronbach* jika hasil dari $r_{11} \geq 0,60$ maka instrumen dikatakan reliabel akan tetapi instrumen dianggap tidak reliabel/tidak konsisten jika r_{11} kurang dari 0,60. Hasil perhitungan reabilitas menggunakan bantuan software SPSS yang ditampilkan pada tabel Berikut ini.⁴⁸

Tabel 4. 2 Uji Reabilitas Instrumen Dengan Cronbach Alpha

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
,829	,828	22

⁴⁷ "Hasil Output Uji Coba Validitas Dengan Rumus V Aiken" Pada Lampiran.5

⁴⁸ "Hasil Output Uji Coba Reliabilitas Dengan SPSS" Pada Lampiran. 6

Berdasarkan hasil perhitungan reabilitas menggunakan software SPSS diperoleh nilai Cronbach alpha 0,82 dapat disimpulkan bahwa $0,82 \geq 0,60$ sehingga diketahui bahwa instrumen yang diuji sudah reliabel.

3. Deskripsi Data

a. Deskripsi Hasil *Pretest* Motivasi Belajar

Untuk mengetahui apakah siswa mempunyai tingkat motivasi belajar yang tinggi atau rendah sebelum mendapat perlakuan maka dilakukan *pretest*. Tabel berikut menampilkan hasil *pretest* yang menggunakan teknik *modeling* dan *self talk*:

Tabel 4. 3 Hasil Prettes Kelompok Penggunaan Teknik *Self Talk* dan *Modelling*

No	Kelas	Responden/ Peserta didik	Skor <i>posttest</i>	Kriteria
1.	A	SAP	49	Rendah
2.	A	BSAR	49	Rendah
3.	A	MRK	50	Rendah
4.	B	QRS	49	Rendah
5.	B	GDK	47	Rendah
6.	B	ZNA	50	Rendah

Enam peserta didik memiliki tingkat motivasi belajar yang rendah, terlihat dari tabel yang telah disediakan yang menampilkan hasil *pretest* peserta didik di total dua kelas yaitu XI TKI A dan B. Kelompok ini akan diberikan perlakuan dengan teknik *Self Talk* dan *modelling* guna mengurangi rendahnya motivasi belajar.

b. Deskripsi Hasil *Posttest* Motivasi Belajar

Tujuan dari *posttest* adalah untuk menilai kondisi peserta didik pasca perlakuan. Pada titik ini, temuan *posttest* digunakan peneliti untuk mengukur peningkatan motivasi belajar. Berikut hasil *posttest* peserta didik kelas XI TKI A dan B dengan perlakuan teknik *self talk*:⁴⁹

⁴⁹ “Hasil Output Excel Deskripsi Hasil Pre Tes dan Post Tes Konseling Individu Teknik *Self Talk*” Pada Lampiran. 7

Tabel 4. 4 Hasil Posttes Penggunaan Teknik *Self Talk*

No	Kelas	Responden/ Peserta didik	Skor <i>posttest</i>	Kriteria
1.	A	SAP	91	Tinggi
2.	A	BSAR	89	Tinggi
3.	A	MRK	88	Tinggi
4.	B	QRS	84	Tinggi
5.	B	GDK	85	Tinggi
6.	B	ZNA	84	Tinggi

Tabel di atas menunjukkan bahwa di antara responden, enam siswa yang mendapat perlakuan dengan teknik *self talk* melaporkan merasa lebih termotivasi untuk belajar; keenam siswa ini tergolong memiliki motivasi belajar yang tinggi.

Berikut hasil *posttest* peserta didik kelas XI TKI A dan B dengan perlakuan teknik *modelling*.⁵⁰

Tabel 4. 5 Hasil Posttes Penggunaan Teknik *Modelling*

No	Kelas	Responden/ Peserta didik	Skor <i>posttest</i>	Kriteria
1.	A	SAP	85	Tinggi
2.	A	BSAR	84	Tinggi
3.	A	MRK	81	Tinggi
4.	B	QRS	80	Sedang
5.	B	GDK	79	Sedang
6.	B	ZNA	84	Tinggi

⁵⁰ “Hasil Output Excel Deskripsi Hasil Pre Tes dan Post Tes Konseling Individu Teknik *Modelling*” Pada Lampiran. 8

Berdasarkan tabel di atas, enam peserta didik yang menerima teknik *modelling* merasa lebih termotivasi untuk belajar; keenam peserta didik ini masuk dalam kategori motivasi belajar tinggi dan sedang.

4. Hasil Uji Hipotesis

Untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan yang signifikan tingkat motivasi belajar masing-masing kelompok eksperimen antara *pretest* dan *posttest* pasca layanan konseling individu, maka dilakukan pengujian hipotesis. Selain itu, hal ini digunakan untuk menentukan apakah hasil sesi konseling individu dengan peserta didik berbeda secara signifikan dalam hal pertumbuhan mereka melalui penerapan teknik *modeling* dan *self talk*. Ada enam tahapan uji hipotesis komparatif yaitu pertama, menunjukkan hasil rumusan hipotesis. Kedua, penentuan dasar uji komparatif nilai signifikan. Ketiga, penentuan uji komparatif yaitu uji *Wilcoxon signed rank test*. Keempat, perhitungan menggunakan SPSS. Kelima, kriteria hasil komparasi SPSS apabila nilai *sig.* < 0,05, maka H_0 ditolak atau H_a tidak dapat ditolak. Sedangkan apabila nilai *sig.* > 0,05, maka H_0 tidak dapat ditolak atau H_a ditolak. Keenam, simpulan dari hasil komparasi SPSS. Berikut hasil rumusan hipotesis komparatif pada penelitian ini:

- a. Tingkat motivasi belajar peserta didik kelas XI teknik kimia industri SMK Duta Karya Kudus sebelum dan sesudah diterapkannya layanan konseling individu dengan teknik *self talk*

Uji hipotesis ini digunakan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan tingkat motivasi belajar yang signifikan dari hasil pemberian layanan konseling individu pada kelompok eksperimen dengan teknik *self talk* yang sebelum dan sesudah diberikan perlakuan, dengan rumus hipotesis sebagai berikut:

H_0 : Tidak adanya perbedaan signifikan tingkat motivasi peserta didik di SMK Duta Karya Kudus sebelum dan sesudah diterapkannya layanan konseling individu dengan teknik *self talk*, atau

H_a : Terdapat perbedaan signifikan tingkat motivasi belajar di SMK Duta Karya Kudus sebelum dan sesudah diterapkannya layanan konseling individu dengan teknik *self talk*

Adapun dasar penentuan dari uji *Wilcoxon signed rank test* adalah apabila nilai *sig.* < 0,05, maka H_0 ditolak atau H_a

tidak dapat ditolak. Sedangkan apabila nilai $sig. > 0,05$, maka H_0 tidak dapat ditolak atau H_a ditolak. Berikut hasil uji *Wilcoxon signed rank test*.

Tabel 4. 6 Hasil Uji Wilcoxon Signed Rank Test Teknik Self Talk Test Statistics^a

	Posttes - Pretest
Z	-2,214 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	,027

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Tabel 4. 7 Hasil Analisis Deskriptif Data Pretest Dan Posttest Penggunaan Teknik Self Talk

Descriptive Statistics					
	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Pretest	6	48,83	,983	47	50
Posttes	6	86,83	2,927	84	91

Dari tabel 4.8 berdasarkan test statistik uji *Wilcoxon signed rank test* diperoleh nilai *asyp. sig (2-tailed)* sebesar 0,027, karena nilai $Sig < 0,05$, maka H_a tidak dapat ditolak, Sehingga terdapat perbedaan signifikan mengenai tingkat motivasi belajar peserta didik di SMK Duta Karya Kudus sebelum dan sesudah diterapkannya layanan konseling individu dengan teknik *self talk*.

Berdasarkan tabel 4.9 peneliti dapat melihat ringkasan dari kedua sampel hasil statistik deskriptif yaitu nilai *pretest* dengan rata-rata 48,83 dan nilai *posttest* dengan nilai rata-rata 86,83. Selain itu peneliti dapat mengetahui bahwa nilai *posttest* lebih tinggi dibandingkan nilai *pretest*, hal ini berarti bahwa terdapat peningkatan tingkat motivasi belajar di SMK Duta Karya Kudus setelah diberikan perlakuan. Dampak yang terjadi yaitu berupa adanya peningkatan yang signifikan berdasarkan hasil skor skala motivasi belajar setelah mengikuti konseling individu.

- b. Tingkat motivasi belajar peserta didik kelas XI teknik kimia industri SMK Duta Karya Kudus sebelum dan sesudah diterapkannya layanan konseling individu dengan teknik *modelling*

Uji hipotesis ini digunakan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan tingkat kecemasan peserta didik yang signifikan dari hasil pemberian layanan konseling individu pada kelompok eksperimen dengan teknik *modelling* yang menerapkan teknik *modeling* sebelum dan sesudah diberikan perlakuan, dengan rumus hipotesis sebagai berikut:

H_0 : Tidak adanya perbedaan signifikan tingkat motivasi belajar di SMK Duta Karya Kudus sebelum dan sesudah diterapkannya layanan konseling individu dengan teknik *modelling*. atau

H_a : Terdapat perbedaan signifikan tingkat motivasi belajar peserta didik di SMK Duta Karya Kudus sebelum dan sesudah diterapkannya Layanan konseling kelompok dengan teknik *modelling*.

Adapun dasar penentuan dari uji *Wilcoxon signed rank test* adalah apabila nilai *sig.* < 0,05, maka H_0 ditolak atau H_a tidak dapat ditolak. Sedangkan apabila nilai *sig.* > 0,05, maka H_0 tidak dapat ditolak atau H_a ditolak. Berikut hasil uji *Wilcoxon signed rank test*.⁵¹

Tabel 4. 8 Hasil Uji Wilcoxon Signed Rank Test Teknik Modelling

Test Statistics ^a	
	Posttes - Pretest
Z	-2,214 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	,027

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Tabel 4. 9 Hasil Analisis Deskriptif Data Pretest dan Posttest Penggunaan Teknik Modelling

Descriptive Statistics					
	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Pretest	6	48,83	,983	47	50
Posttes	6	82,17	2,483	79	85

Dari tabel 4.10 berdasarkan test statistik uji *Wilcoxon signed rank test* diperoleh nilai *asymp. sig (2-tailed)* sebesar 0,027, karena nilai *Sig* < 0,05, maka H_a tidak dapat ditolak. Sehingga terdapat perbedaan signifikan mengenai tingkat motivasi belajar peserta didik di SMK Duta Karya Kudus

⁵¹ "Hasil Output Uji Wilcoxon Dengan SPSS" Pada Lampiran. 10

sebelum dan sesudah diterapkannya layanan konseling individu dengan teknik *modelling*.

Berdasarkan tabel 4.11 peneliti dapat melihat ringkasan dari kedua sampel hasil statistik deskriptif yaitu nilai *pretest* dengan rata-rata 48,83 dan nilai *posttest* dengan nilai rata-rata 82,17 . Selain itu peneliti dapat mengetahui bahwa nilai *posttest* lebih tinggi dibandingkan nilai *pretest*, hal ini berarti bahwa terdapat peningkatan tingkat motivasi belajar peserta didik SMK Duta Karya Kudus setelah diberikan perlakuan. Dampak yang terjadi yaitu berupa adanya peningkatan yang signifikan berdasarkan hasil skor skala motivasi belajar setelah mengikuti konseling individu.

c. Perbedaan Perkembangan motivasi belajar di SMK Duta Karya Kudus Dengan Layanan Konseling individu Teknik *Self Talk* Dan *Modelling*

Uji hipotesis komparatif ini dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan dari hasil pemberian layanan konseling individu terhadap motivasi belajar peserta didik di SMK Duta Karya Kudus terkhusus kelas XI teknik kimia industri melalui teknik *self talk* dan *modelling* dengan menggunakan uji komparasi *Uji Wilcoxon Sign Rank*. Berikut rumusan hipotesis komparatifnya:

H_0 : Tidak ada perbedaan signifikan dari hasil konseling individu dalam menangani motivasi belajar peserta didik kelas XI teknik kimia industri di SMK duta Karya Kudus melalui teknik *self talk* , atau

H_a : Terdapat perbedaan signifikan dari hasil konseling individu dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik yang motivasi belajarnya rendah di SMK Duta Karya Kudus melalui teknik *self Talk* dengan *modelling*.

Adapun dasar penentuan dari uji *Wilcoxon Sign Rank* adalah H_0 ditolak atau H_a tidak dapat ditolak apabila nilai signifikansi atau *asympt. sig (2-tailed)* < Probabilitas 0,05, serta H_0 tidak dapat ditolak atau H_a ditolak apabila nilai signifikansi atau *asympt. sig (2-tailed)* \geq Probabilitas 0,05.

Tabel 4. 10 Hasil Uji Wilcoxon Sign Rank Test Test Statistics^a

	Modelling – SelfTalk
Z	-2,032 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	,042

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Tabel 4. 11 Hasil Analisis Deskriptif Data Posttest Kelompok penggunaan teknik self talk dan Posttest Kelompok penggunaan teknik modelling

Descriptive Statistics					
	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
SelfTalk	6	86,83	2,927	84	91
Modelling	6	82,17	2,483	79	85

Dari tabel 4.12 berdasarkan hasil dari uji *Wilcoxon sign rank test* diperoleh nilai *asymp. sig. (2-tailed)* sebesar 0,042, karena nilai *sig.* < 0,05 maka H_a tidak dapat ditolak. Hal ini berarti adanya perbedaan yang signifikan dari hasil konseling individu melalui teknik *self talk* dengan *modelling* dalam mengatasi motivasi belajar rendah peserta didik di SMK Duta Karya Kudus, hal ini berarti penggunaan teknik *self talk* dan *modelling* dalam pelaksanaan konseling individu memiliki dampak yang berbeda dalam mengatasi motivasi belajar rendah. Dari kedua teknik tersebut yang lebih lebih berdampak yaitu pada penggunaan layanan konseling individu dengan teknik *self talk* dikarenakan teknik *self talk* dari fikiran atau kesadarannya sendiri jadi mudah untuk peserta didik dalam mengubah fikiran yang irasional. Sedangkan layanan konseling individu dengan teknik *modelling* peserta didik merasa sulit untuk merubah atau menirukan model yang harus sama dengan model yang ditirukan.

Berdasarkan tabel 4.13 menunjukkan *mean rank* atau rata-rata peringkat tiap kelompok eksperimen, yaitu pada kelompok eksperimen dengan teknik *self talk* rata-rata peringkatnya 86,83 dan standar deviasinya 2,927 sedangkan

nilai rata-rata kelompok eksperimen dengan teknik *modelling* yaitu 82,17 dan standar deviasinya 2,483. Hal ini menunjukkan bahwa penggunaan konseling individu dengan teknik *self talk* dirasa lebih efektif karena tingkat motivasi belajar peserta didik mengalami peningkatan yang lebih signifikan apabila dibanding peserta didik idividu dengan teknik *modelling*.

B. Pembahasan

1. Kategori Motivasi Belajar Rendah Pada Peserta Didik SMK Duta Karya Kudus

Motivasi belajar peserta didik pada kondisi awal sebelum menerima layanan tergolong rendah dan sedang berdasarkan temuan penelitian dengan memanfaatkan analisis data. Dilihat dari 6 sampel dapat diketahui 6 peserta didik dalam kategori rendah. Karena sebelumnya jika peserta didik motivasi belajarnya rendah guru BK hanya memberikan pengarahan dan punishment yang sebenarnya tidak mampu memberikan solusi dari perilaku negatif peserta didik tersebut.⁵² Hal ini membuat rendahnya motivasi belajar masih melekat di kalangan peserta didik, jika pemberian bantuan untuk menyelesaikan permasalahan peserta didik ini salah maka dapat dipastikan bahwa peserta didik tidak mampu terhindar rendahnya motivasi belajar, karna peserta didik merasa bisa menerima konsekuensi dari apa yang dilakukan tanpa memikirkan solusi yang dapat diambil agar peserta didik mampu terhindar dari rendahnya motivasi belajar. Setiap peserta didik menunjukkan derajat dan pola perilaku motivasi belajar yang berbeda-beda, hal ini ditunjukkan dengan klasifikasi motivasi belajar sedang dan rendah. Pengaruh internal dan lingkungan siswa menentukan betapa berbedanya mereka dalam motivasi belajar yang buruk.

Motivasi belajar dikalangan peserta didik semakin meningkat setelah diberikan layanan konseling individu dengan teknik *self talk*, setelah diberikannya layanan dengan teknik tersebut kesadaran peserta didik terkait motivasi belajar semakin meningkat dibandingkan sebelum perlakuan tersebut diberikan yang berakibat motivasi belajar semakin menurun jadi dapat membuktikan bahwa layanan konseling dengan teknik *self talk* terbukti efektif. Hal tersebut membuktikan bahwa kategori

⁵² Rizki Amalia, Wawancara *Perlakuan Motivasi Belajar Rendah* ", 26 Oktober 2023.

motivasi belajar setiap peserta didik berbeda beda, tergantung pengaruh yang setiap individu terima. Akan tetapi dari motivasi belajar peserta didik lebih banyak dalam kategori sedang.

2. Layanan Konseling Individu Dengan Teknik *Self Talk* Guna Mengurangi Rendahnya Motivasi Belajar

Pelaksanaan layanan konseling individu dengan teknik *self talk* Untuk tahapan Pengambilan data penelitian dilakukan di SMK Duta Karya Kudus, pada kelas XI A dan XI B sebagai kelas penelitian. Pengambilan sampel ini berdasarkan wawancara dengan guru BK peneliti menggunakan teknik penentuan sampel yaitu teknik *purposive sampling*, dimana teknik ini merupakan pengambilan sampel dengan pertimbangan tertentu. Maksud dari pertimbangan tertentu ialah berdasarkan variabel Y yaitu motivasi belajar. Penelitian ini menggunakan 2 kelas yaitu kelas XI A TKI dan XI B TKI.

Sebelum dilaksanakan layanan konseling individu dengan teknik *self talk* dan *modelling*. Peneliti terlebih dahulu membagikan angket motivasi belajar kepada peserta didik guna mengetahui seberapa besar tingkat motivasi belajar peserta didik pada tahap awal, selanjutnya baru peneliti memberikan layanan konseling konseling individu dengan teknik *self talk* dan *modelling*. Pada hasil peserta didik idividu terdapat masalah yang menyebabkan motivasi belajar rendah diantaranya faktor teman, faktor keluarga yang tidak adil dengan anaknya, pelajaran yang tidak disukai, susah menghafak rumus, dan sering begadang main handphone sampai larut malam. Hal tersebut yang menyebabkan peserta didik malas untuk belajar.

Selanjutnya pertemuan penelitian diakhiri dengan pemberian angket motivasi belajar kembali setelah diberikannya layanan konseling individu dengan teknik *self talk*. Berdasarkan hasil pemberian *posttest* dan *pretest* pada kelas teknik *self talk* maupun kelas *modelling* menggunakan rumus validitas aiken v diketahui bahwa kedua kelas sama – sama mengalami peningkatan, pada kelas *self talk* rata- rata hasil *pretest* dan *posttest* 6 peserta didik (49,5 menjadi 91 terjadi peningkatan 41,5) dan pada kelas teknik *modelling* rata-rata hasil *pretest* dan *posttest* 6 peserta didik (49,5 menjadi 84,7 terjadi peningkatan 35,2) dari hasil *pretest* dan *posttest* dapat dilihat bahwa antara layanan konseling individu dengan teknik *self talk* dan layanan konseling individu dengan teknik *modelling* sama-sama terjadi peningkatan, akan tetapi terdapat selisih lebih tinggi pada kelas

penggunaan teknik *self talk* sebesar 6,3⁵³ yang artinya dapat disimpulkan bahwa layanan konseling individual menggunakan teknik *self talk* untuk meningkatkan motivasi belajar lebih efektif dibandingkan dengan teknik *modeling* pada peserta didik SMK Duta Karya Kudus. Kelas yang menggunakan teknik *self talk* lebih berpengaruh dibandingkan kelas yang menggunakan teknik *modeling*.

Hal tersebut membuktikan bahwa kategori motivasi belajar setiap peserta didik berbeda beda, tergantung pengaruh yang setiap individu terima. Akan tetapi dari motivasi belajar peserta didik lebih banyak dalam kategori rendah, Hal tersebut sejalan dengan faktor penyebab anak motivasi belajar rendah dibagi dalam 2 kelompok yaitu faktor dari dalam diri anak itu sendiri dan sebab dari luar anak. Faktor dari dalam anak seperti minat, cita- cita, kondisi peserta didik (sesuai dengan suasana hati dalam belajar), sifat, kebiasaan dan kecerdasan. sedangkan faktor dari luar kecemasan berhubungan dengan penghargaan dan hukuman, , pengahrgaan dan pujian dan kondisi lingkungan.⁵⁴

3. Efektivitas Layanan konseling Individu Dengan Teknik *Self Talk dan Modelling*

Guna menambah motivasi belajar peserta didik SMK Duta Karya Kudus efektivitas dapat dilihat dari berhasil atau tidaknya suatu layanan, berdasarkan hasil penelitian dengan uji hipotesis *Wilcoxon Signed Rank Test* terhadap motivasi belajar peserta didik setelah diberikannya layanan konseling individu dengan teknik *self talk* dan *Modelling* bernilai 0,42 yang mana dapat diketahui bahwa $0,042 \leq 0,05$ yang artinya H_a tidak dapat ditolak.⁵⁵ Dari hasil hipotesis tersebut dapat disimpulkan bahwa layanan konseling individu dengan teknik *self talk* dan *modelling* sama- sama efektif guna menambah motivasi belajar peserta didik di SMK Duta Karya Kudus, tetapi teknik *self talk* lebih efektif atau hasilnya lebih tinggi dari teknik *modelling*.

Pelaksanaan layanan konseling individu merupakan suatu usaha peneliti menyelesaikan permasalahan peserta didik baik secara pribadi, sosial, belajar dan karir. Penelitian ini peneliti menggunakan teknik *self talk* yang mana merupakan teknik

⁵³ Output Excel Perbandingan Hasil *Pretest* Dan *Posttest*, pada lampiran .9

⁵⁴ Erwin Widiasworo, *19 Kiat Sukses Membangkitkan Motivasi Belajar Peserta Didik*. Yogyakarta : Ar-Ruz Media. Hal 29

⁵⁵ “Hasil Output Uji *Wilcoxon sign rank test* Dengan SPSS” Pada Lampiran. 10

yang dipakai dalam pelaksanaan bimbingan dan peserta didik, teknik ini digunakan untuk merubah pikiran negatif menjadi pikiran yang positif. Motivasi belajar adalah suatu kegiatan dimana peserta didik harus menyiapkan pikiran yang positif untuk menumbuhkan motivasi pada peserta didik. *Self talk* ini merupakan motivasi intrinstik yang perlu perhatian, dikarenakan dari individu sendiri yang bisa mengubahnya dan berdampak besar pada perasaan dan tindakan seseorang.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa motivasi belajar yang termasuk dalam perilaku maladaptif dan layanan konseling individu mampu membantu permasalahan peserta didik dalam bidang pribadi, sosial, belajar maupun karir dengan pemanfaatan dinamika lewat implementasi teknik *self talk* yang mampu mengurangi perilaku maladaptive. Paparan tersebut menunjukan bahwa pada setiap variabel memiliki keterikatan guna menambah motivasi belajar. Berdasarkan teori dan temuan empiris diketahui bahwa penggunaan teknik *self talk* dalam layanan konseling individual meningkatkan semangat belajar peserta didik dan memotivasi mereka untuk mengubah rendahnya motivasi belajar. Hal ini pada gilirannya memungkinkan peserta didik untuk mendapatkan kembali motivasi belajarnya. Menurut Seligman dan Reichenberg *self talk* merupakan sebuah perlakuan yang menumbuhkan keberanian.⁵⁶ Keberanian itu dimaksud *Self talk* dipakai guna menunjang dalam pengendalian yang tidak efektif atau hilangnya bayangan serta pandangan diri seseorang dengan menghilangkan wawasan buruk.

Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa teknik *self talk* yang digunakan dalam konseling individual berhasil meningkatkan motivasi belajar peserta didik di SMK Duta Karya Kudus.

⁵⁶ BErford T Bradley, *40 Teknik Yang Harus Diketahui Setiap Konselor*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2016).Hal 224.