

**KONSELING BEHAVIOR DENGAN TERAPI MUHASABAH
DIRI DALAM MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR SISWA
BERPRESTASI RENDAH DI SMPN 2 KERUAK**



oleh

ELDI HARI SEPTRIADI

NIM : 160303082

**JURUSAN BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN) MATARAM
MATARAM
2021**

**KONSELING BEHAVIOR DENGAN TERAPI MUHASABAH
DIRI DALAM MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR SISWA
BERPRESTASI RENDAH DI SMPN 2 KERUAK**

Skripsi

**diajukan kepada Universitas Islam Negeri Mataram untuk
melengkapi persyaratan mencapai gelar Sarjana Sosial**



oleh

ELDI HARI SEPTRIADI

NIM : 160303082

**JURUSAN BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN) MATARAM
MATARAM
2021**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi oleh: Eldi Hari Septriadi, NIM. 160303082 yang berjudul, "Konseling Behavior dengan Terapi Muhasabah Diri dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Berprestasi Rendah di SMPN 2 Keruak" telah memenuhi syarat dan disetujui untuk diuji.

Disetujui pada tanggal : Juli 2021

Pembimbing I,



Dr. H. Subhan Abdullah Acim M.A
NIP. 197107102001121002

Pembimbing II,



Muhammad Awwad, M.Pd.I
NIP. 198810302019031010

Perpustakaan UIN Mataram

NOTA DINAS PEMBIMBING

Mataram, Juli 2021

Hal : Ujian Skripsi

**Yang Terhormat
Rektor UIN Mataram
di Mataram**

Assalamu'alaikum, Wr. Wb


Disampaikan dengan hormat, setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi maka kami berpendapat bahwa skripsi saudara:

Nama Mahasiswa : Eldi Hari Septriadi
NIM : 160303082
Jurusan/Prodi : Bimbingan Konseling Islam
Judul : Konseling Behavior dengan Terapi
Muhasabah Diri dalam Meningkatkan
Motivasi Belajar Siswa Berprestasi
Rendah di SMPN 2 Keruak

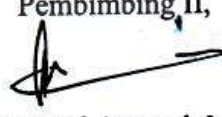
Telah memenuhi syarat untuk diajukan dalam sidang *munaqasyah* skripsi Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Mataram. Oleh karena itu, kami berharap agar skripsi ini dapat segera *dimunaqasyahkan*.

Wassalamu'alaikum, Wr. Wb

Pembimbing I,


Dr. H. Subhan Abdullah Acim, M.A
NIP. 197107102001121002

Pembimbing II,


Muhammad Awwad, M.Pd.I
NIP. 198810302019031010

PENGESAHAN

Skripsi oleh: Eldi Hari Septriadi, NIM: 160303082 dengan judul: **Konseling Behavior dengan Terapi Muhasabah Diri dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Berprestasi Rendah di SMPN 2 Keruak**, telah dipertahankan di depan dewan penguji Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Mataram pada tanggal Juli 2021.

Dewan Penguji

Dr. H. Subhan Abdullah Acim, M.A
(Ketua Sidang/Pemb. I)

Muhammad Awwad, M.Pd.I
(Sekretaris Sidang/Pemb.II)

Dr. Moh. Fakhri, M.Pd
(Penguji I)

Sarapudin, M.A
(Penguji II)



Perpustakaan UIN Mataram



Mengetahui,

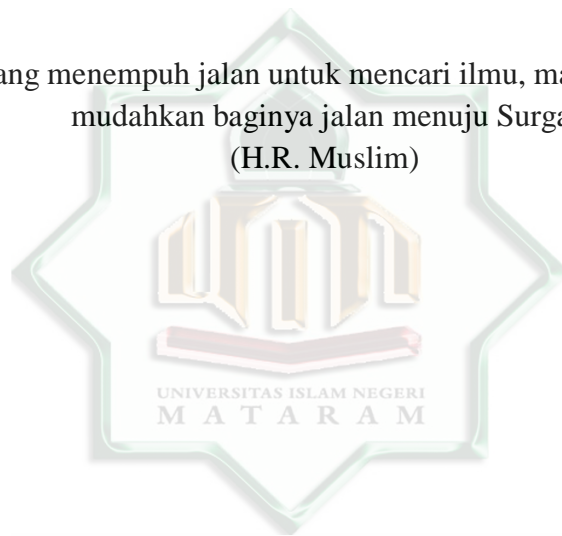
Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi

Dr. Muhammad Saleh, M.A
NIM. 197209121998031001

MOTTO

Siapa yang menempuh jalan untuk mencari ilmu, maka Allah akan
mudahkan baginya jalan menuju Surga.

(H.R. Muslim)

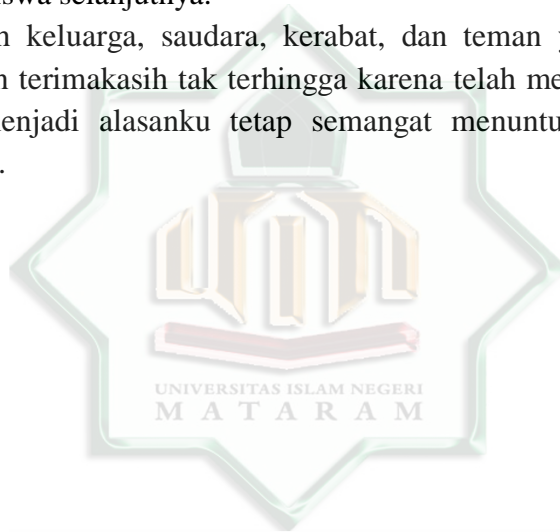


Perpustakaan UIN Mataram

PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa syukur skripsi ini kupersembahkan untuk :

1. Kedua orang tuaku tercinta. Ibuku (Sahni) dan Bapakku (Muslim). Terimakasih atas semua jasa dan pengorbanan kalian selama ini yang tak kan pernah bisa kubalas sampai kapanpun.
2. Almamater kebanggaanku Universitas Islam Negeri Mataram. Saya merasa bangga bisa menjadi bagian dari ladang pendidikan ini, karya ini saya dedikasikan semoga bisa bermanfaat untuk adik-adik mahasiswa selanjutnya.
3. Seluruh keluarga, saudara, kerabat, dan teman yang saya miliki. Ucapan terimakasih tak terhingga karena telah memberiku motivasi dan menjadi alasanku tetap semangat menuntut ilmu di segala tempat.



Perpustakaan UIN Mataram

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT karena berkat Rahmat dan Karunia-Nya penulis dapat meneliti, menulis dan menyusun skripsi ini hingga selesai. Shalawat dan salam semoga senantiasa terlimpahkan kepada Baginda Sayyidina Muhammad SAW, kepada keluarganya, para sahabatnya dan kepada umatnya hingga akhir zaman.

Skripsi ini merupakan karya terbesar yang pernah saya lakukan sepanjang tapak dunia pendidikan yang telah saya tempuh, dan tentunya penulis menyadari bahwa proses penyelesaian skripsi ini tidak akan sukses tanpa bantuan dan keterlibatan berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis memberikan penghargaan setinggi-tingginya dan ucapan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah membantu, yaitu mereka antara lain adalah:

1. Dr. H. Subhan Abdullah Acim, M.A sebagai pembimbing I dan Muhammad Awwad, M.Pd.I sebagai pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, motivasi dan koreksi mendetail, terus-menerus, dan tanpa bosan di tengah kesibukannya dalam suasana keakraban menjadikan skripsi ini lebih matang dan cepat selesai;
2. Dr. Mira Mareta, M.A selaku ketua jurusan Bimbingan Konseling Islam yang telah membimbing selama proses perkuliahan di UIN Mataram
3. Dr. Muhamad Saleh, M.A selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi yang telah memberi fasilitas untuk kelancaran perkuliahan penulis.
4. Prof. Dr. H. Masnun Tahir, M.Ag. selaku Rektor UIN Mataram yang telah memberi tempat bagi penulis untuk menuntut ilmu dan memberi bimbingan serta peringatan untuk tidak berlama-lama di kampus tanpa pernah selesai.
5. Bapak/Ibu Dosen dan Pegawai di Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Mataram yang telah membimbing dan melayani penulis selama masa studi.
6. Teman-teman BKI angkatan 2016 yang sangat aku cintai.

Semoga amal kebaikan dari berbagai pihak tersebut mendapatkan pahala yang berlipat-ganda dari Allah SWT. Dan semoga karya ilmiah ini bermanfaat bagi semesta. Aamiin.

Mataram, Juli 2021

Penulis,

Eldi Hari Septriadi

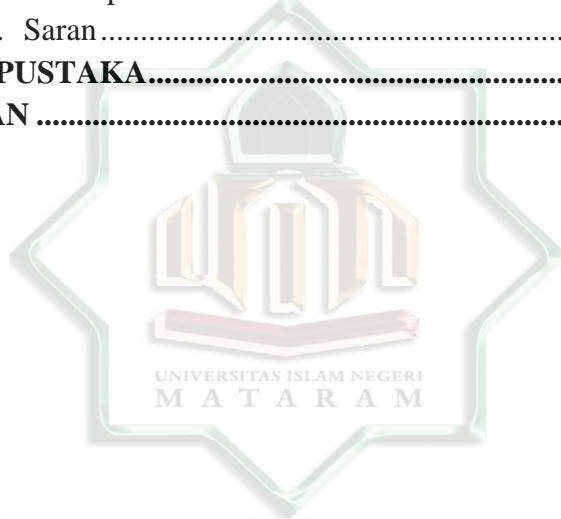


Perpustakaan UIN Mataram

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
NOTA DINAS PEMBIMBING	iv
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	v
PENGESAHAN DEWAN PENGUJI.....	vi
HALAMAN MOTTO	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
ABSTRAK	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	4
E. Ruang Lingkup dan Setting Penelitian	5
F. Telaah Pustaka	5
G. Kerangka Teori	6
H. Metode Penelitian	16
I. Sistematika Pembahasan.....	25
BAB II PAPARAN DATA DAN TEMUAN	27
A. Deskripsi Lokasi Penelitian	27
B. Deskripsi Konselor dan Konseli	27
C. Deskripsi Masalah	31
D. Penerapan Konseling Behavior Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Berprestasi Rendah	31
E. Penerapan Terapi Muhasabah Diri dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Berprestasi Rendah	36
F. Kendala-Kendala yang Dihadapi dalam Pelaksanaan Konseling Behavior dan Terapi Muhasabah Diri	43

BAB III PEMBAHASAN	46
A. Hubungan Teori dengan Penerapan Konseling Behavior dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Berprestasi Rendah Di SMPN 2 Keruak.....	46
B. Hubungan Teori Dengan Penerapan Terapi Muhasabah Diri dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Berprestasi Rendah Di SMPN 2 Keruak	48
 BAB IV PENUTUP	 51
A. Kesimpulan.....	51
B. Saran	51
DAFTAR PUSTAKA.....	53
LAMPIRAN	55



Perpustakaan UIN Mataram

KONSELING BEHAVIOR DENGAN TERAPI MUHASABAH DIRI DALAM MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR SISWA BERPRESTASI RENDAH DI SMPN 2 KERUAK

Oleh:

Eldi Hari Septriadi

NIM : 160303082

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menjelaskan hal-hal yang berhubungan Konseling Behavior dengan Terapi Muhasabah Diri dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Berprestasi Rendah di SMPN 2 Keruak. Sebelum itu, tulisan ini memaparkan kondisi motivasi belajar siswa di SMPN 1 Keruak, selain itu juga memaparkan bagaimana dampak konseling terhadap siswa yang menjadi konseli. Jenis penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif.

Dalam mengumpulkan data yang dibutuhkan, peneliti menggunakan metode observasi, wawancara dan dokumentasi. Sedangkan untuk menguji keabsahan data, peneliti menggunakan dua langkah pengujian yaitu perpanjangan pengamatan dan triangulasi.

Hasil dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa ada beberapa siswa yang memiliki prestasi rendah disebabkan minimnya motivasi belajar. Lalu siswa-siswa tersebut diberikan layanan konseling oleh peneliti. Dalam pelaksanaan konseling berjalan cukup lancar, meskipun terdapat sedikit kendala kecil yang dihadapi. Dalam penerapan meningkatkan motivasi belajar siswa, semua guru harus bersinergi memberikan bimbingan, terutama peran keluarga juga sangat penting.

Kata kunci: *Konseling Behavior, Terapi Muhasabah Diri, Motivasi Belajar*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan elemen fundamental pada sebuah bangsa. Kemajuan negara sangat dipengaruhi oleh tingkat kualitas pendidikannya. Dengan Pendidikan yang baik akan menghasilkan sumber daya manusia yang unggul, yang dapat bersaing di kancah global. Lembaga Pendidikan atau sekolah menjadi garda utama dalam melahirkan SDM unggul tersebut. Menurut KBBI definisi sekolah adalah lembaga atau bangunan yang dipakai untuk aktivitas belajar dan mengajar sesuai dengan jenjang pendidikannya (SD, SMP, SMA).

Dalam aktivitas belajar mengajar yang berlangsung di sekolah pemerintah telah menetapkan kurikulum yang baku yang harus diikuti oleh setiap individu dalam sekolah baik guru, siswa, serta tenaga-tenaga bantu lainnya. Guru bertugas mentransformasikan ilmu pengetahuan kepada siswa sesuai dengan jenjangnya.

Perlu diketahui bahwa, setiap individu atau siswa memiliki kemampuan kognitif yang berbeda antara satu dengan yang lainnya. Banyak faktor yang mempengaruhi kemampuan kognitif siswa, baik faktor internal ataupun faktor eksternal dirinya. Prestasi rendah seorang siswa, salah satunya disebabkan karena siswa tersebut malas belajar sehingga berpengaruh pada prestasi di sekolah. Selain itu siswa berprestasi rendah dapat juga disebabkan karena memang kemampuan atau daya tangkap seorang siswa tersebut akan materi yang disampaikan memanglah sangat rendah. Hal tersebut bisa dipengaruhi oleh faktor genetika atau faktor keturunan. Namun, prestasi rendah juga dapat disebabkan oleh latar belakang lingkungan atau tempat tinggal, seperti siswa nakal, kurang mendapatkan perhatian orang tua dan keluarga, karena itulah siswa kemudian menjadi malas atau tidak mempunyai motivasi belajar. Maka dalam meningkatkan motivasi belajar kondusifitas lingkungan sangat dibutuhkan.

Salah satu faktor dari dalam diri yang menentukan berhasil tidaknya dalam proses belajar mengajar adalah Motivasi Belajar.

Dalam kegiatan belajar, motivasi merupakan keseluruhan daya penggerak di dalam diri yang menimbulkan keinginan belajar yang menjamin kelangsungan kegiatan belajar tersebut. Motivasi belajar adalah faktor psikis yang bersifat non intelektual. Seseorang yang mempunyai intelegensi yang cukup tinggi, bisa gagal karena kurang adanya motivasi dalam belajarnya.

Dalam Kitab suci Al Quran cukup banyak perintah agar manusia selalu berupaya untuk terus belajar, di antaranya adalah :

أَقْرَأْ بِاسْمِ رَبِّكَ الَّذِي خَلَقَ الْإِنْسَانَ مِنْ عَلَقٍ اقْرَأْ وَرَبُّكَ الْأَكْرَمُ الَّذِي عَلَّمَ بِالْقَلَمِ عَلَّمَ الْإِنْسَانَ مَا لَمْ يَعْلَمْ

Artinya: "Bacalah dengan (menyebut) nama Tuhanmu yang menciptakan (1), Dia telah menciptakan manusia dari segumpal darah (2), Bacalah, dan Tuhanmulah Yang Maha Mulia (3), Yang mengajar (manusia) dengan pena (4), Dia mengajarkan manusia apa yang tidak diketahuinya (5)." (QS. Al-Alaq: 1-5)

Rendahnya prestasi siswa di sekolah diakibatkan adanya masalah dalam proses belajar. Siswa perlu memiliki dorongan dalam diri maupun di luar dirinya untuk mau belajar. Hal ini perlu mendapat perhatian baik oleh guru maupun orang-orang terdekatnya untuk membantu siswa dalam mengatasi permasalahannya yakni bagi siswa yang berprestasi rendah. Oleh karena itu Bimbingan dan Konseling merupakan salah satu solusi dalam mengatasi masalah tersebut. Konseling adalah hubungan saling tatap muka atau pertemuan yang bersifat rahasia, penuh dengan sikap keberterimaan dan pemberian kesempatan dari konselor kepada klien, konselor mempergunakan pengetahuan dan keterampilannya untuk membantu kliennya dalam mengatasi masalah-masalah yang dihadapinya.¹

Dalam kajian konseling sendiri terdapat berbagai macam pendekatan konseling. Terkait permasalahan motivasi belajar siswa, peneliti akan mencoba menerapkan konseling behavior untuk

¹ Juntika, Nurihsan, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. (Bandung: Mutiara, 2003), hlm 11.

menangani masalah ini. *Konseling Behavior*. *Konseling behavior* merupakan bentuk adaptasi dari aliran psikologi behavioristik, yang menekankan perhatiannya pada perilaku yang nampak. *Konseling behavior* sebagai model konseling yang memiliki pendekatan yang berorientasi pada perubahan perilaku menyimpang dengan menggunakan prinsip-prinsip belajar.

Muhamad surya memaparkan bahwa dalam konsep *behavioral*, perilaku manusia merupakan hasil belajar, sehingga dapat diubah dengan memanipulasi dan mengkreasi kondisi-kondisi belajar. Pada dasarnya, proses konseling merupakan suatu penataan proses atau pengalaman belajar untuk membantu individu agar dapat mengubah perilakunya supaya dapat memecahkan masalahnya.²

Pada penelitian ini, teori konseling behaviour akan menjadi landasan utama dalam melakukan konseling. Dalam praktiknya akan digunakan terapi muhasabah dalam membantu proses konseling behavior. Muhasabah adalah evaluasi diri sendiri. Sehingga penjabaran akan makna muhasabah berasal dari kata hasiba yang artinya adalah menghisab atau pun menghitung. Dalam penggunaan katanya, muhasabah diidentikan dengan menilai diri sendiri atau mengevaluasi, atau pun introspeksi diri.

Selanjutnya penelitian ini akan dilaksanakan di SMPN 2 Keruak Lombok Timur. Peneliti beranggapan lokasi tersebut yang jauh dari perkotaan sehingga kemungkinan memiliki kendala yang lebih besar dalam proses belajar mengajar, seperti dari segi sarana prasarana ataupun kondisi lingkungannya. Karena itulah kondisi seperti itu akan mempengaruhi tingkat prestasi siswa.

B. RUMUSAN MASALAH

Menurut latar belakang yang dipaparkan, dapat disampaikan rumusan masalah sebagai berikut:

² Surya, Mohammad, *Teori Teori Konseling*, (Bandung: Pustaka Bani Quraisy, 2003) hlm. 186.

1. Bagaimana penerapan konseling behavior dan terapi muhasabah dalam meningkatkan motivasi belajar siswa berprestasi rendah di SMPN 2 Keruak Lombok Timur?
2. Bagaimana kendala-kendala yang dialami dalam pelaksanaan konseling behavior dan terapi muhasabah untuk meningkatkan motivasi belajar siswa berprestasi rendah di SMPN 2 Keruak Lombok Timur ?

C. TUJUAN DAN MANFAAT PENELITIAN

Berdasarkan rumusan masalah di atas maka tujuan yang ingin dicapai sebagai dasar acuan dalam penelitian ini adalah

1. Untuk mengetahui penerapan konseling behavior dan terapi muhasabah dalam meningkatkan motivasi belajar siswa berprestasi rendah di SMPN 2 Keruak Lombok Timur
2. Untuk mengetahui kendala-kendala yang dialami dalam pelaksanaan konseling behavior dan terapi muhasabah untuk meningkatkan motivasi belajar siswa berprestasi rendah di SMPN 2 Keruak Lombok Timur

Adapun manfaat penelitian ini secara garis besar dapat diklasifikasikan menjadi dua yaitu:

1. Manfaat Teoritis
Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumbangan pemikiran dalam rangka menambah khazanah keilmuan dalam ranah bimbingan konseling, khususnya yang berkaitan dengan bimbingan dan konseling Islam
2. Manfaat Praktis
Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan koreksi terhadap langkah-langkah yang ditempuh di dalam menghadapi siswa-siswa dengan prestasi rendah. Dengan penelitian ini diharapkan akan menjadi formula bagi tenaga pendidik dalam meningkatkan motivasi belajar siswa. Motivasi belajar yang tinggi tentu akan meningkatkan prestasi siswa itu sendiri

D. RUANG LINGKUP DAN SETTING PENELITIAN

1. Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup dalam penelitian ini yakni bagaimana tahap-tahap melakukan konseling behavior dan terapi muhasabah diri. Keduanya akan diterapkan dalam rangka meningkatkan motivasi belajar siswa yang berprestasi rendah. Peneliti akan mencari tahu faktor-faktor apa saja yang menyebabkan siswa memiliki prestasi rendah. Lalu peneliti akan memaparkan setiap tahapan dengan jelas bagaimana Teknik konseling tersebut berjalan. Selain itu, penulis akan meneliti kendala-kendala apa saja yang dapat terjadi selama proses penerapan konseling.

2. Setting penelitian

Penelitian ini akan terfokus pada komunitas di SMPN 2 Keruak. Peneliti akan mendalami bagaimana kondisi fisik dan sosial di tempat tersebut. Nantinya peneliti akan memfokuskan penelitiannya pada siswa di kelas tertentu. Sebelum melakukan konseling, tentunya peneliti akan mendalami lebih jauh bagaimana aktifitas belajar mengajar yang terjadi dalam kelas tersebut. Peneliti akan melakukan langkah-langkah tertentu untuk menentukan siswa mana yang akan menjadi konseling serta menentukan beberapa informan yang dibutuhkan.

E. TELAAH PUSTAKA

Berikut ini adalah beberapa penelitian yang sudah dilakukan oleh peneliti lain yang mirip dengan penelitian yang peneliti angkat, diantaranya adalah penelitian yang dilakukan oleh Yuni Wiragil Probo Santoso dengan judul "*Konseling Behavior Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Berprestasi Rendah di SMP Muhammadiyah 2 Mlati Sleman Yogyakarta*"

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Yuni menjelaskan bagaimana konseling behavior dapat berpengaruh dalam memberikan motivasi belajar siswa untuk meningkatkan prestasinya. Ia menggunakan penelitian kualitatif, dengan menjadikan subjek

penelitian sebagai informan atau sumber data, yaitu guru BK, wali kelas, dan siswa kelas VIII B sebanyak tiga orang sebagai konseling.

Ada perbedaan serta persamaan dari penelitian Yuni dengan penelitian peneliti. Persamaannya yakni kedua penelitian tersebut menjadikan konseling behavior sebagai landasan teori utamanya. Hanya saja ada perbedaan yang terdapat dalam penelitian peneliti. Dalam hal ini peneliti menambahkan terapi dzikir dalam membantu pengaplikasian teori konseling behavior

Selain itu juga ada penelitian lain yang mirip dengan penelitian penulis yang menarik untuk dijadikan referensi. Penelitian tersebut dibuat oleh Neng Syifa Zahra dengan judul *“Terapi Muhasabah Diri dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa di SMKN 6 Bandung”*.

Dari setting penelitian yang dilakukan Neng Syifa Zahra berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti. Peneliti menjadikan siswa SMP sebagai subyek penelitian, sedangkan Neng menjadikan siswa SMK sebagai subyek penelitian. Dengan begitu banyak perbedaan mendasar yang dialami antara peneliti dengan Neng Syifa Zahra. Sebagaimana diketahui tentu akan berbeda karakter siswa SMP dengan siswa SMK, karena itu kendala-kendala yang akan dihadapi selama penelitian akan berbeda.

Terdapat persamaan antara penelitian yang dilakukan oleh peneliti dengan Neng Syifa Zahra. Kedua penelitian ini menggunakan terapi muhasabah diri dalam melakukan konseling. Peneliti akan menarik beberapa pelajaran dari penelitian yang dilakukan oleh Neng Syifa Zahra terkait pelaksanaan terapi zikir dalam memberikan motivasi belajar pada siswa berprestasi rendah.

F. KERANGKA TEORI

1. Konseling Behavior

a. Pengertian Konseling Behavior

Menurut Fenti Hikmawati didalam bukunya konseling sebenarnya merupakan salah satu teknik atau layanan di dalam

bimbingan, tetapi teknik atau layanan ini sangat istimewa karena sifatnya yang lentur atau fleksibel dan komprehensif. Konseling merupakan salah satu teknik dalam bimbingan, tetapi merupakan teknik inti atau teknik kunci. Hal ini dikarenakan konseling dapat memberikan perubahan yang mendasar, yaitu mengubah sikap. Sikap mendasari perbuatan, pemikiran, pandangan, dan perasaan.

Teori Behavior merupakan sebuah teori yang dicetuskan oleh Gagne dan Berliner tentang perubahan tingkah laku sebagai hasil dari pengalaman. Kemudian teori ini berkembang menjadi aliran psikologi belajar yang dikenal sebagai aliran behavioristik. Aliran ini menekankan pada terbentuknya perilaku yang tampak sebagai hasil belajar.

Menurut teori behavioristik, belajar merupakan perubahan tingkah laku sebagai akibat dari adanya interaksi antara stimulus dan respons. Dengan belajar terjadi transfer pengalaman atau pengetahuan baru, sehingga dapat mempengaruhi karakter dirinya. Seseorang dianggap telah belajar sesuatu apabila ia mampu menunjukkan perubahan tingkah laku. Perubahan tersebut haruslah berkonotasi positif. Maka belajar merupakan bentuk perubahan yang dialami siswa dalam hal kemampuannya untuk bertingkah laku dengan cara yang baru sebagai hasil interaksi antara *stimulus* dan *respons*. Teori ini mengatakan hal yang terpenting adalah masuk atau *input* yang berupa stimulus dan keluaran atau *output* yang berupa *respons*.³

Pendekatan behavioral ini digunakan untuk melakukan kegiatan psikoterapi yang bersumber pada aliran behaviorisme, yaitu suatu aliran yang menitikberatkan peranan lingkungan,

³ Fenti Hikmawati, *Bimbingan Konseling- Edisi Revisi*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2011), hlm.109.

peranan dunia luar sebagai faktor penting dimana seseorang dipengaruhi, seseorang belajar.⁴

Konseling behavioral adalah konseling yang didasarkan pada upaya perubahan perilaku. Perilaku dalam pandangan ini dibentuk berdasarkan hasil dari segenap pengalamannya berupa interaksi individu dengan lingkungan sekitar. Dengan demikian perilaku manusia terbentuk dari stimulus yang diterimanya dari lingkungan.⁵

Pada dasarnya konseling behavior mencoba untuk mengilmiahkan semua perilaku manusia, yang pada akhirnya memunculkan paradigma bahwa semua perilaku manusia dapat diamati, sehingga dapat dilakukan penilaian secara obyektif.

Ada beberapa asumsi dalam konseling behavioral yaitu; 1) manusia baik dan buruk sebagai hasil dari pengalaman; 2) manusia mampu mengkonsepsikan dan mengendalikan perilakunya; 3) manusia mampu mendapatkan perilaku baru; 4) manusia dapat mempengaruhi perilaku orang lain dan juga dipengaruhi orang lain.⁶

Berdasarkan asumsi di atas, maka dapat dipahami bahwa manusia itu dalam hidupnya selalu belajar dari orang lain dan juga dapat membentuk perilaku orang lain. Dalam terbentuknya perilaku dikarenakan adanya stimulus dari lingkungan yang membentuknya.

b. Tujuan Konseling Behavior

Menurut Latipun, tujuan konseling behavior adalah menciptakan suatu kondisi baru yang lebih baik melalui proses belajar sehingga perilaku yang negatif dapat dihilangkan serta mengubah tingkah laku adaptif dengan cara memperkuat tingkah laku yang diharapkan dan meniadakan perilaku yang tidak

⁴ Singgih Gunarsa, *Psikologi Praktis: Anak, Remaja, dan Keluarga*, (Yogyakarta: Gunung Mulia, 2009), hlm. 191.

⁵ Latifun, *Psikologi Konseling*, (Malang: UMM Press, 2001), hlm. 106

⁶ Ibid, hlm. 111

diharapkan serta berusaha menemukan cara-cara bertingkah laku yang baru.⁷

Konseling behavior bekerja dengan cara memberikan perhatian khusus terhadap perilaku manusia pada yang nampak dan dapat dipelajari. Konseling behavior berasumsi bahwa perilaku konseli hasil dari pengkondisian konselor. Maka setiap reaksi yang dikeluarkan oleh konseli akibat dari stimulus yang diberikan oleh konselor. Konselor menjadi contoh utama yang akan diikuti oleh konseli. Tujuan yang ingin dicapai pada saat proses konseling harus jelas dan sesuai dengan prosedur yang ada, memusatkan perhatian pada masalah klien dan membantu dalam memecahkan masalah klien. Tujuan konseling behavior adalah mencapai kehidupan tanpa mengalami perilaku simtomatik, yaitu kehidupan tanpa mengalami kesulitan atau hambatan perilaku, yang mana hal itu dapat membuat ketidakpuasan dalam jangka panjang atau mengalami konflik dengan kehidupan sosial.

Menurut Komalasari, tujuan konseling behavior yakni:

- 1) Menciptakan kondisi lingkungan baru bagi proses belajar.
- 2) Membantu konseli membuang respons-respon negatif terdahulu yang merusak diri atau maladaptif dan mempelajari respons-respons yang baru yang lebih sehat dan sesuai (adjustive).
- 3) Konseli belajar perilaku baru dan mengeliminasi perilaku yang maladaptif, memperkuat serta mempertahankan perilaku yang diinginkan.
- 4) Penetapan tujuan dan tingkah laku serta upaya pencapaian sasaran dilakukan bersama antara konseli dan konselor.⁸

⁷ Latipun, *Psikologi Konseling*. (Malang: UMM Press, 2008), hlm. 56

⁸ Komalasari, Gantina, Dkk., *Teori Teknik Konseling*. (Jakarta: Indeks, 2011)

Menurut Surya, untuk mencapai tujuan dalam konseling behavior, karakteristik konselor haruslah sebagaimana berikut:

- 1) Konselor harus mengutamakan kepentingan keseluruhan individual yang bertanggung jawab, yang dapat memenuhi kebutuhannya.
- 2) Konselor harus kuat, yakin, dia harus dapat menahan tekanan dari permintaan klien untuk simpati atau membenarkan perilakunya. Konselor tidak boleh menerima alasan-alasan dari perilaku irrasional klien.
- 3) Konselor harus sensitif terhadap kemampuan untuk memahami perilaku orang lain. Sensitifitas diperlukan agar menghasilkan penilaian yang obyektif
- 4) Konselor harus dapat bertukar pikiran dengan klien tentang perjuangannya dapat melihat bahwa seluruh individu dapat melakukan secara bertanggung jawab termasuk pada saat yang sulit⁹

2. Terapi Muhasabah

Terapi muhasabah terdiri dari dua suku kata yaitu terapi dan muhasabah. Secara etimologi, terapi dalam bahasa Arab berbunyi "Syafa-Yashfi-Shifani", yang berarti pengobatan, mengobati, dan menyembuhkan.¹⁰

Menurut pandangan beberapa para tokoh, di antaranya Abdul Aziz Ahyadi secara terminologi terapi adalah perawatan dengan menggunakan alat-alat psikologis terhadap permasalahan yang berasal dari kehidupan emosional, dimana seorang ahli dengan sengaja menumbuhkan hubungan profesi dengan pasien yang bertujuan untuk menghilangkan, mengubah, atau menurunkan gejala-gejala yang ada, meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan

⁹ Surya, Mohammad, *Teori Teori Konseling*. (Bandung: Pustaka Bani Quraisy, 2003) hlm. 47.

¹⁰ Muhammad Yunus, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: PT. Hidakarya Agung, 1989), hlm. 120.

kepribadian ke arah yang lebih positif. Sedangkan menurut James P Chaplin yang dikutip oleh Abdul Mujib dan Jusuf Mudzakir mengartikan terapi dengan dua sudut pandang. Sudut pandang yang pertama, adalah penerapan teknik khusus adalah penerapan teknik khusus pada penyembuhan penyakit mental atau pada kesulitan-kesulitan penenangan diri setiap hari. Kedua, secara luas adalah mencakup penyembuhan melalui keyakinan agama dengan pembicaraan informal atau diskusi personal dengan guru atau teman. Maka yang dimaksud dengan terapi diatas ialah pengobatan pikiran, hati dan perawatan berbagai bentuk gangguan psikis melalui metode psikologis.¹¹

Sedangkan definisi dari *muhasabah*, secara etimologis merupakan bentuk *mashdar* (kata dasar) dari kata *hasaba-yuhaasibu* yang mana kata dasarnya yakni *hasaba-yahsibu* atau *yahsubu* yang mempunyai arti menghitung.¹² Sedangkan dalam kamus bahasa Arab-Indonesia *muhasabah* memiliki arti perhitungan dan intropeksi.¹³

Muhasabah merupakan suatu aktivitas untuk diri sendiri dengan cara intropeksi, mawas, atau meneliti diri sendiri. Yakni dengan cara mengkalkulasikan perbuatan yang dilakukan setiap tahun, tiap bulan, tiap minggu, bahkan aktivitas yang dilakukan individu setiap harinya. Oleh karena itu *muhasabah* tidak harus dilakukan pada akhir tahun atau akhir bulan. Namun *muhasabah* perlu juga dilakukan setiap hari bahkan setiap saat.¹⁴

Umar r.a. berkata: “adankanlah *al-muhasabah* kepada dirimu sendiri, sebelum kamu diadakan orang akan *al-muhasabah*

¹¹ Chaplin, C.P, *Kamus Lengkap Psikologi*, Terjemah Kartini Kartono, (Jakarta, PT. Raja Grafindo Persada: 1995), hlm. 34.

¹² Asad M. Al Kali, *Kamus Indonesia-Arab*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1989), hlm. 183

¹³ Ahmad Warson Munawir, *Al-Munawir Kamus Arab-Indonesia*, (Yogyakarta: Pondok Pesantren Al-Munawir,1984), hlm. 283

¹⁴ Amin Syukur, *Tasawuf Bagi Orang Awam (Menjawab Problematika Kehidupan)*, (Yogyakarta: LPKSuar Merdeka, 2006), hlm. 83

dan timbangkanlah akan dirimu itu sebelum kamu ditimbangkan orang lain”.

Menurut Imam Al-Ghazali, *muhasabah* merupakan upaya *i'tisham* dan *istiqomah*. *I'tisham* merupakan suatu pemeliharaan diri dengan berpegang teguh pada aturan-aturan syariat. Sedangkan *istiqomah* adalah keteguhan diri dalam menangkal berbagai kecenderungan negatif.¹⁵

Secara teknis psikologis, usaha tersebut dapat dinamakan intropeksi diri yang pada dasarnya merupakan cara untuk menalaah diri agar lebih bertambah baik dalam berperilaku dan bertindak, atau merupakan cara berpikir terhadap segala perbuatan, tingkah laku, kehidupan batin, pikiran, perasaan, keinginan, pendengaran, penglihatan dan segenap unsur kejiwaan lainnya.¹⁶

Hanya saja upaya intropeksi diri ini sering dijumpai hambatan-hambatan psikologis yang muncul dari diri sendiri. Hambatan-hambatan itu sendiri antara lain sebagai berikut:

- a. Penghalang terhadap segala sesuatu sering tidak dapat diingat kembali secara keseluruhan.
- b. Adanya keinginan untuk melakukan beberapa hal yang tidak relevan dengan hasil penghayatan sebagai pembenaran diri.
- c. Sering kali muncul perbuatan membohongi diri sendiri, yang menyebabkan ketakutan dalam menuliskan segala sesuatu apalagi menyangkut pikiran-pikiran yang buruk.
- d. Seringkali adanya anggapan lebih terhadap kesempurnaan diri dari pada keadaan yang sebenarnya.¹⁷

Melalui muhasabah, insyaallah kita dapat mendeteksi jenis – jenis penyakit hati sehingga memudahkan kita merawat serta membersihkannya agar menjadi bersih dan bersinar kembali. Muhasabah sebaiknya dilakukan setiap hari secara continue,

¹⁵ Abdullah Hadziq, *Rekonsiliasi Psikologi Sufistik dan Humanistik*, (Semarang: Rasail, 2005), hlm. 31

¹⁶ Abdullah Hadziq, *Rekonsiliasi Psikologi Sufistik dan Humansitik*, (Semarang: Rasail, 2005), hlm. 30

¹⁷ Abdullah Hadziq, *Rekonsiliasi Psikologi Sufistik dan Humanistik*, hlm. 31

walaupun hanya sepuluh menit. Sudah menjadi kebiasaan bagi para sufi untuk senantiasa melakukan muhasabah setelah selesai sholat shubuh, mereka meyakini bahwa pada saat itu pikiran manusia masih bersih dan jernih. Setelah itu mereka melanjutkan dengan membaca Al – Qur'an, khususnya surat Al – Waqi'ah sambil menunggu terbitnya matahari untuk melanjutkan dengan melakukan sholat – sholat sunnah lainnya.

Dengan Muhasabah kita periksa kembali kondisi hati kita setiap waktu. Barangkali saja kita telah melakukan sebagian maksiat secara terus – menerus tanpa disadari. Lihat, apakah didalam hati ini ada rasa cinta dunia dan hanyut dengan arus syahwatnya ?, apakah ia senang jika dipuji dan terkadang merasa sebagai orang besar ? apakah ia benci dan geram ketika ia dicela ? apakah ia senang menyukai sesuatu yang bertentangan dengan perintah Allah dan lebih senang dengan hal – hal yang sesuai dengan dorongan hawa nafsu ? apakah ia suka mengucapkan perkataan yang kurang bermanfaat ? apakah ia tidak bisa diam sejenak untuk merenungkan hari pembalasan ? apakah ia membenci takdir yang ditetapkan oleh Allah ?

Melalui muhasabah niscaya kita dapat mengetahui kekurangan dan kelemahan yang ada pada diri kita. Kita akan mengetahui bahwa perbuatan – perbuatan yang dilakukan ternyata bukan untuk Allah. Melainkan hanya karena menuruti hawa nafsu belaka. Dengan adanya kesadaran – kesadaran tersebut, insyaallah hati kita akan tetap bergantung kepada Allah. Para penempuh ruhani selalu memulai bermuhasabah ketika hati mereka mulai khawatir akan kurangnya ibadah yang mereka lakukan.¹⁸

Oleh karena itu, sebagai orang Islam dan beriman, hendaknya seorang muslim senantiasa menyadari untuk mengoreksi dan membersihkan aib atau kesalahan-kesalahan yang terjadi pada diri sendiri dan berusaha dengan segala upaya yang maksimal untuk

¹⁸ Asfa Davi Bya, *Jejak Langkah Mengenal Allah*, (Jakarta : Maghfirah Pustaka, 2006), hlm. 147- 148.

mengekang hawa nafsu. Karena pada dasarnya, kesalahan-kesalahan yang terjadi itu disebabkan menuruti hawa nafsu.

3. Motivasi Belajar

Secara etimologi kata motivasi berasal dari bahasa Inggris *mition* yang berarti gerakan. Dalam Kamus Jhon M. Echols dijumpai kata *motivation* yang berarti alasan, daya batin dan motivasi.¹⁹

Motivasi adalah salah satu aspek untuk memahami perilaku manusia, karena motivasi merupakan tenaga penggerak pada jiwa untuk melakukan kegiatan. Tanpa motivasi, aktivitas untuk mencapai sebuah tujuan tertentu akan berjalan kurang maksimal. Motivasi merupakan gairah pendorong seseorang untuk melakukan kerja-kerja apapun semaksimal mungkin. Untuk lebih jelasnya penulis mencoba mencantumkan beberapa pendapat ahli mengenai makna motivasi.

Hubart Bonner dalam bukunya Ali Usman menyatakan bahwa Motivasi secara fundamental bersifat dinamis yang melukiskan ciri-ciri tingkah laku manusia yang terarah kepada tujuan. Bilamana terjadi rintangan-rintangan yang menghalangi pencapaian tujuan yang diinginkan, dengan motivasi itu seseorang melipat gandakan usahanya untuk mengatasinya dan berusaha mencapai tujuan itu.²⁰

Keberhasilan suatu proses belajar mengajar bukan hanya ditentukan oleh faktor intelektual, tetapi juga faktor-faktor non-intelektual, termasuk salah satunya ialah motivasi. Dengan motivasi proses belajar akan menjadi lebih bergairah. Dalam Islam kata motivasi lebih dikenal dengan istilah niat yaitu dorongan yang tumbuh dari dalam hati manusia yang menggerakkan jasmani, akal, hati, dan bagian lainnya dalam diri manusia untuk melakukan suatu aktifitas tertentu.

Motivasi belajar adalah keseluruhan daya penggerak dalam diri siswa yang menimbulkan kegiatan belajar, yang menjamin

¹⁹ Jhon M. Echols dan Hasan Shadily, *Kamus Inggris Indonesia*, (Jakarta: Gramedia, 2003), hlm.386

²⁰ M. Ali Usman, *Hadist Qudsi Pola Pengembangan Akhlak Muslim*, (Bandung, CV Diponegoro, 1989), hlm.276

kelangsungan dari kegiatan belajar dan memberikan arah pada kegiatan belajar, sehingga tujuan yang dikehendaki oleh subyek belajar itu dapat tercapai.²¹

Secara umum motivasi dapat dikelompokkan menjadi dua macam, yaitu :

a. Motivasi Instrinsik

Menurut Priyitno motivasi intrinsik adalah keinginan bertindak yang disebabkan oleh faktor pendorong dari dalam diri (internal) individu. Tingkah laku individu itu terjadi tanpa dipengaruhi oleh faktor-faktor dari lingkungan. Tetapi individu bertingkah laku karena mendapatkan energi dan pengaruh tingkah laku dari dalam dirinya sendiri yang tidak bisa dilihat dari luar.

Dari definisi di atas dapat disimpulkan bahwa motivasi intrinsik adalah dorongan dari dalam individu, dimana dorongan tersebut menggerakkan individu atau subyek untuk memenuhi kebutuhan, tanpa perlu dorongan dari luar.²²

b. Motivasi ekstrinsik

Sardiman memberikan definisi motivasi ekstrinsik sebagai motif-motif yang menjadi aktif dan berfungsi karena adanya perangsang dari luar. Motivasi ekstrinsik dapat dikatakan lebih banyak dikarenakan pengaruh dari luar yang relatif berubah-ubah.

Motivasi ekstrinsik dapat juga di katakan sebagai bentuk motivasi yang di dalamnya aktivitas belajar di mulai dan diteruskan berdasarkan dorongan dari luar yang tidak secara mutlak berkaitan dengan aktivitas belajar.²³

Dari beberapa definisi di atas dapat disimpulkan bahwa seseorang yang bermotivasi ekstrinsik melakukan sesuatu kegiatan

²¹ Sardiman, A.M., *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. (Jakarta: Rajawali, 1990) hlm. 75

²² Priyitno, Elida, *Motivasi Dalam Belajar*. (Jakarta: P2LPTK, 1989) hlm. 10

²³ Sardiman, A.M. 1990. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. (Jakarta: Rajawali, 1990) hlm. 90

bukan karena ingin mengetahui sesuatu, tetapi ingin mendapatkan pujian, hadiah dan sebagainya.

G. METODE PENELITIAN

Metodologi penelitian adalah proses, prinsip, dan prosedur yang kita gunakan untuk mendekati problem dan mencari jawaban, dengan ungkapan lain, metodologi adalah suatu pendekatan umum untuk mengkaji topik penelitian.²⁴

1. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Untuk memperoleh data dan temuan, penulis menggunakan suatu desain atau pendekatan penelitian yang disebut sebagai pendekatan kualitatif.

Pendekatan ini langsung menuju (setting) lingkungan, dan individu-individu dalam setting tersebut. Semua itu tidak dapat dipisahkan menjadi satu variabel, melainkan lebih dipandang sebagai suatu bagian dari satu keseluruhan. Di dalam melakukan kegiatan, maka penulis dapat memperoleh data yang obyektif dan sistematis, untuk memecahkan dan mengembangkan persoalan-persoalan yang dihadapi oleh peneliti, dengan demikian penulis dapat mempertimbangkan bahwa dengan mengadakan penelitian data yang belum diperoleh dapat dilihat dan ditulis dengan mengadakan pendekatan penelitian.

Proses penelitian kualitatif lazimnya menggunakan proses yang berbentuk siklus, bukan linear sebagaimana halnya pendekatan penelitian yang bersifat deduktif-hipotesis, positivistic, empirik-behavioristik, nomotetik, atomistik, dan universalistik. Dalam penelitian kualitatif, siklus penelitian dimulai dengan memilih proyek penelitian. Kemudian diteruskan dengan mengajukan pertanyaan-pertanyaan yang berkaitan dengan proyek penelitian, seterusnya mengumpulkan data yang menyangkut pertanyaan-pertanyaan dimaksud tadi, menyusun catatan data yang

²⁴ Dedy Mulyana, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT Siswa Rosda Karya, 2004), hlm. 145

telah dikumpulkan, dan menganalisisnya. Proses ini berlangsung berulang beberapa kali, bergantung pada lingkup dan kedalaman yang diperlukan dari pertanyaan-pertanyaan penelitian itu sendiri.²⁵

Penulis menggunakan jenis penelitian deskriptif, yang mana jenis penelitian ini bertujuan untuk memperoleh informasi-informasi mengenai kondisi yang ada pada saat ini dan tidak menguji hipotesa atau tidak menggunakan hipotesa melainkan hanya mendeskripsikan atau menjelaskan informasi apa adanya sesuai dengan variabel-variabel yang diteliti. dalam laporan hasil penelitian diungkapkan secara apa adanya dalam bentuk uraian naratif. Peneliti tidak akan menambah-nambahkan bagian yang tidak ditemukan dalam proses penelitian.

Penelitian ini bertujuan untuk menerapkan konseling behavior dengan terapi muhasabah dalam meningkatkan motivasi belajar siswa berprestasi rendah.

Pada dasarnya konseling behavior adalah upaya untuk membentuk perilaku melalui pembentukan kebiasaan yang berulang-ulang melalui stimulus yang dikondisikan sehingga perilaku tersebut dapat terbentuk dalam waktu yang ditentukan. Muhasabah adalah sikap mengevaluasi diri sendiri untuk menata ulang hidup, memilah sifat – sifat yang seharusnya dimiliki dan dijaga serta yang seharusnya dihilangkan. Seumpama desain interior sebuah ruangan, demikian pula kehidupan manusia, adakalanya direnovasi.

Sebelum konseling behavior dengan terapi muhasabah dilakukan peneliti akan mencari tahu lebih dalam bagaimana praktek konseling yang dilakukan selama ini pada setting penelitian. Untuk mendapatkan hasil yang baik tentu memerlukan data-data yang mampu memberikan jawaban yang memuaskan baik bagi

²⁵ Hardani, S.Pd.,M.Si.,dkk., *Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*, (Yogyakarta: CV. Pustaka Ilmu Group, 2020), hlm. 21

masyarakat maupun peneliti sendiri. Penelitian ini dilakukan secara bertahap, dengan tahapan-tahapan sebagai berikut :

- a. *Tahap orientasi*, yaitu untuk mendapatkan gambaran tentang permasalahan-permasalahan yang akan diteliti, subyek peneliti, serta keadaan lokasi penelitian
- b. *Tahap eksploitasi fokus*, yaitu tahap menyusun petunjuk memperoleh data seperti petunjuk wawancara dan pengamatan terhadap pengumpulan data serta tahap pembuatan laporan hasil penelitian.
- c. *Tahap pengecekan dan pemeriksaan data*, tahap ini dimaksudkan untuk menjamin dan meningkatkan derajat keabsahan dan kredibilitas data..

2. Jenis dan Sumber Data

Penelitian akan kurang valid jika tidak ditemukan jenis data dan sumber datanya. Adapun jenis data pada penelitian ini yaitu:

a. *Jenis Data*

- 1) *Data Primer*, merupakan uraian informasi yang diambil dari sumber utama di lapangan seperti hasil dari wawancara dan observasi kepada konseli. Data-data yang diambil merupakan hasil dari observasi di lapangan, seperti, perilaku konseli sehari-hari, faktor yang menyebabkan konseli kurang memiliki motivasi untuk belajar, harapan yang diinginkan konseli untuk kedepannya, dan permasalahan terhadap keluarga konseli. Penulis akan mendeskripsikan data primer ini dalam bentuk kata-kata (verbal)
- 2) *Data Sekunder*, adalah data yang diperoleh oleh peneliti dari wawancara dengan beberapa orang-orang terdekat konseli dan juga menjadi pengamatan peneliti sebagai kelengkapan data primer. Data ini dapat diambil dari keadaan lingkungan konseli, gambaran lokasi penelitian, perilaku konseli terhadap keluarga maupun kerabat lainnya dan riwayat pendidikan klien.

b. *Sumber Data*

Sumber data merupakan suatu subjek dari mana data diperoleh. Data yang digunakan oleh peneliti harus didapatkan dari sumber yang jelas, yang mana sumber data tersebut memiliki kapasitas dalam hal terkait. Adaaun yang akan dijadikan sumber data adalah:

- 1) Sumber Data Primer, yaitu sumber data yang diperoleh peneliti langsung dari konseli, dimana peneliti memperoleh data tersebut dengan memberikan konseling behaviour dan terapi *muhasabah* untuk meningkatkan motivasi belajar.
- 2) Sumber Data Sekunder, yakni data-data atau uraian informasi yang diperoleh oleh penulis dari orang lain yang memiliki keterkaitan dari dengan sumber data primer. Data ini digunakan untuk mendukung dan melengkapi dari data primer. Informan yang menjadi sumber data sekunder yakni orangtua, teman klien, keluarga, dan guru-guru klien.

3. Prosedur Pengumpulan Data

a. Observasi

Observasi merupakan metode pengumpulan data yang menggunakan pengamatan terhadap obyek penelitian baik secara langsung terhadap gejala-gejala subjek, maupun observasi tidak langsung yaitu pengamatan yang dilakukan melalui perantara atau alat, dan pelaksanaannya dapat berlangsung di dalam situasi yang sebenarnya ataupun situasi buatan. Observasi adalah alat pengumpulan data yang dilakukan dengan cara mengamati dan mencatat secara sistematis gejala-gejala yang diselidiki.²⁶

Pada dasarnya, tujuan dari observasi adalah untuk mendeskripsikan lingkungan yang diamati, aktivitas-aktivitas yang berlangsung, individu-individu yang terlibat dalam lingkungan tersebut beserta aktivitas dan perilaku yang dimunculkan, serta

²⁶ Cholid Narbuko, *Metodologi Penelitian*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2004) hlm. 70.

makna kejadian berdasarkan perspektif individu yang terlibat tersebut.²⁷

Dengan menggunakan metode observasi ini peneliti ingin melihat langsung bagaimana kondisi sekolah, tempat tinggal konseling, dan tempat-tempat pergaulan konseling sehari-hari. Peneliti akan melakukan proses konseling langsung secara tatap muka dengan konseling.

Metode observasi ini digunakan untuk membantu konselor memahami lebih dalam bagaimana kondisi konseling dilihat dari berbagai segi. Dengan begitu proses konseling akan berjalan baik, dan hasilnya pun akan memuaskan.

b. Metode Wawancara

Wawancara atau interview merupakan salah satu teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara tanya jawab, baik secara langsung maupun tidak langsung dengan sumber data, dan agar dapat memperoleh data yang optimal hendaknya disusun pedoman wawancara terlebih dahulu sehingga pertanyaan yang diajukan terarah.

Wawancara ialah tanya jawab lisan antara dua orang atau lebih secara langsung atau percakapan dengan maksud tertentu. Percakapan itu dilakukan oleh dua pihak, yaitu pewawancara (interviewer) yang mengajukan pertanyaan dan yang diwawancarai (interviewee) yang memberikan jawaban atas pertanyaan itu. Maksud mengadakan wawancara, antara lain: mengkonstruksi mengenai orang, kejadian, kegiatan, organisasi, perasaan, motivasi, tuntutan, kepedulian dan lain-lain.²⁸

Peneliti akan menggunakan wawancara tak berstruktur, yang berarti peneliti mengajukan pertanyaan-pertanyaan dengan

²⁷ Haris Herdiansyah, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: PT. Gramedia, 2002), hlm. 116.

²⁸ Hardani, S.Pd.,M.Si.,dkk., *Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*, (Yogyakarta: CV. Pustaka Ilmu Group, 2020), hlm. 137

bebas dan leluasa tanpa terikat oleh suatu susunan pertanyaan yang telah dipersiapkan sebelumnya dan informasi yang digali menjadi lebih luas lagi, dan membuat konseli nyaman dalam proses wawancara.

Peneliti akan melakukan wawancara secara langsung terhadap sumber data sekunder seperti orangtua, keluarga, teman, guru klien, dan klien sendiri, seperti aktivitas konseli sehari-hari baik di rumah, sekolah, maupun bersama teman-temannya. Peneliti mencatat semua hasil pembicaraan dari wawancara tersebut.

Pertanyaan-pertanyaan yang akan dilontarkan sebelum proses pemberian terapi muhasabah untuk meningkatkan kesadaran motivasi belajar siswa yakni kegiatan sehari-hari klien, waktu istirahat klien di malam hari, waktu belajar klien, minat belajar konseli serta kegiatan konseli yang dilakukan ketika nongkrong bersama teman-teman konseli.

c. *Metode Dokumentasi*

Dokumentasi berasal dari kata dokumen yang berarti barang-barang tertulis. Jadi, dokumentasi adalah mencari data mengenai hal-hal atau variable yang berupa catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah, agenda, dan sebagainya.²⁹

Data yang dikumpulkan dengan teknik dokumentasi cenderung merupakan data sekunder, sedangkan data yang dikumpulkan dengan teknik observasi, wawancara, angket cenderung merupakan data primer atau data yang langsung didapatkan dari pihak pertama.

Data yang akan dikumpulkan dengan metode dokumentasi ini adalah data-data tentang letak geografis lingkungan yang biasa didapatkan di kantor, struktur kepengurusan organisasi, program

²⁹ Suharsimi, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 1997) hlm. 236.

konseling yang diterapkan, dan data-data pendukung lainnya yang berkaitan dengan penelitian.

4. Analisis Data

Setelah data yang diperlukan terkumpul dengan menggunakan Teknik pengumpulan data yang ditetapkan, maka aktivitas selanjutnya adalah melakukan analisis data. Data mentah yang dikumpulkan peneliti di lapangan akan ada gunanya setelah dianalisa, analisa data adalah sangat penting dalam penelitian, karena setelah dianalisislah data yang ada akan nampak manfaatnya terutama dalam memecahkan masalah penelitian dan mencapai akhir tujuan penelitian.

Pada pokoknya pengolahan data atau analisis data ada dua cara, yang tergantung pada datanya, yaitu analisis non statistik, dan analisis statistik. Analisis non statistic dilakukan terhadap data kualitatif. Dalam hal ini penelitian kualitatif mengajak seseorang untuk mempelajari sesuatu masalah yang ingin diteliti secara mendasar dan mendalam sampai ke akar-akarnya. Masalah dilihat dari berbagai segi. Data yang dikumpulkan bukanlah secara random atau mekanik, tetapi dikuasai oleh pengembangan hipotesis.³⁰

Pada penelitian bersifat *study* kasus, untuk itu analisa data yang digunakan adalah tehnik analisis deskriptif komparatif, yakni setelah data terkumpul dan diolah maka langkah selanjutnya adalah menganalisa data tersebut. Pada analisis data ini dilakukan dengan dua langkah, yaitu:

- a. Tehnik analisis data dengan menjelaskan hasil dari perbandingan proses terapi muhasabah secara teoritik maupun terapi muhasabah yang dilakukan di lapangan. Teknik analisis data bekerja melihat hasil penelitian dengan cara membandingkan hasil akhir dari pelaksanaan terapi muhasabah untuk meningkatkan kesadaran belajar pada siswa.

³⁰ Drs. Salim, M.Pd. & Drs. Syahrin, M.Pd., *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Cita Pustaka Media, 2007) hlm. 144

- b. Apakah terdapat perbedaan kondisi, sikap, dan kepribadian antara sebelum dan sesudah melakukan terapi.

5. Kredibilitas Data

Kredibilitas merupakan konsep penting yang diperbaharui dan konsep kesahihan (validitas) dan keandalan (realibilitas), menurut versi “positifisme” dan disesuaikan dengan ketentuan pengetahuan kriteria dan paradigma itu sendiri.³¹

Teknik keabsahan data merupakan faktor yang menentukan dalam penelitian kualitatif untuk mendapatkan data yang valid. Validitas data merupakan ukuran kualitas sebuah penelitian. Dalam penelitian ini, peneliti memakai teknik keabsahan data sebagai berikut:

a. Perpanjangan Pengamatan

Lamanya waktu keikutsertaan peneliti dalam pengumpulan serta dalam meningkatkan derajat kepercayaan data yang dilakukan dalam waktu yang relatif panjang. Kehadiran peneliti di lapangan sangat menentukan keabsahan dalam pengumpulan data.

Keikutsertaan tersebut tidak hanya dilakukan dalam waktu singkat, tetapi memerlukan perpanjangan keikutsertaan pada penelitian. Keikutsertaan dengan durasi yang lama dimaksudkan untuk membangun kepercayaan terhadap peneliti dan juga kepercayaan diri peneliti sendiri.

b. Ketekunan Pengamatan

Bermaksud menentukan ciri-ciri dan unsur-unsur dalam situasi yang sangat relevan dengan persoalan atau isu yang sedang dicari dan kemudian memusatkan pada hal-hal tersebut secara rinci. Ketekunan pengamatan sangat diperlukan dalam sebuah penelitian agar data yang diperoleh bisa dipertanggungjawabkan dan dapat diuji kebenarannya.

³¹ Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT Siswa Rosda Karya, 1988) hlm. 171

c. Triangulasi

Triangulasi ialah Teknik pemeriksaan keabsahan data dapat memanfaatkan sesuatu yang lain di luar data itu untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembanding terhadap data yang diperoleh dari penggunaan Teknik pengumpulan data.³²

Teknik pemeriksaan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain di luar data untuk keperluan pemeriksaan atau sebagai perbandingan terhadap suatu data. Pembanding diperlukan untuk mencermati kualitas sebuah data. Peneliti memeriksa data-data yang diperoleh dengan subjek peneliti, baik melalui wawancara maupun pengamatan, kemudian data tersebut peneliti bandingkan dengan data yang ada di luar yaitu sumber lain, sehingga keabsahan data bisa dipertanggung jawabkan.

Dalam metode triangulasi ini peneliti akan melakukan beberapa hal yang didapatkan dari lapangan dengan membandingkan data-data yang diperoleh melalui teknik observasi, wawancara, dan dokumentasi dengan cara:

- 1) Peneliti membandingkan data hasil pengamatan di lapangan dengan data hasil wawancara peneliti dengan beberapa narasumber atau informan.
- 2) Peneliti membandingkan informasi dari guru, orangtua, saudara kandung, dan teman terdekat konseli di lingkungan sekolah maupun di sekitar tempat tinggal.
- 3) Peneliti membandingkan hasil wawancara dengan sumber data dengan isi beberapa dokumen yang berkaitan dan yang sudah didapatkan peneliti di lapangan.
- 4) Peneliti membandingkan informasi-informasi yang didapat oleh orangtua, saudara kandung, dan teman terdekat konseli di lingkungan sekolah maupun di sekitar tempat tinggal.

³² Drs. Salim, M.Pd. & Drs. Syahrin, M.Pd., *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Cita Pustaka Media, 2007) hlm. 166.

- 5) mengenai situasi penelitian dengan apa yang dikatakan secara pribadi.

H. SISTEMATIKA PEMBAHASAN

Sistematika pembahasan ini dimaksudkan untuk memberikan gambaran isi skripsi. Sistematika pembahasan dalam penyusunan skripsi dengan judul *Konseling Behavior dengan Terapi Muhasabah Diri Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Berprestasi Rendah di SMPN 2 Keruak* dibagi dalam tiga bagian, yaitu bagian awal, bagian inti, dan bagian akhir.

Bagian awal terdiri dari halaman judul, halaman surat pernyataan keaslian, halaman surat keterangan, halaman persetujuan pembimbing, halaman pengesahan, halaman persembahan, halaman kata pengantar, halaman daftar isi, halaman daftar gambar, dan halaman daftar lampiran.

Bagian inti berisi uraian penelitian mulai dari bagian pendahuluan sampai bagian penutup yang tertuang dalam bab-bab sebagai satu kesatuan. Pada skripsi ini penulis menuangkan hasil penelitian dalam empat bab. Pada tiap bab terdapat sub-sub bab yang menjelaskan pokok bahasan dari bab yang bersangkutan.

Bab I pendahuluan skripsi, berisi gambaran umum penulisan skripsi, yang meliputi latar belakang, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, kajian pustaka, landasan teori, metode penelitian, dan sistematika pembahasan sebagai pedoman untuk penelitian lebih lanjut.

Pada Bab II berisi pemaparan data dan temuan. Penulis akan menyajikan data-data seperti deskripsi umum obyek penelitian. Elemen yang dideskripsikan untuk menjadi obyek penelitian yakni konselor, konseli, masalah yang diamali dan selanjutnya deskripsi hasil penelitian yang berisi tentang: ciri siswa yang mempunyai motivasi belajar, proses konseling behaviour dengan terapi muhasabah untuk meningkatkan motivasi belajar siswa di SMPN 2 Keruak Lombok Timur, dan hasil proses konseling behaviour dengan terapi muhasabah

untuk meningkatkan motivasi belajar siswa di SMPN 2 Keruak Lombok Timur

Setelah membahas gambaran umum setting penelitian, pada bab III berisi Analisis data mengenai semua variabel yang mempengaruhi kurangnya motivasi belajar terhadap siswa, proses Penerapan konseling behaviour dengan terapi Muhasabah dalam Meningkatkan motivasi belajar pada siswa di SMPN 2 Keruak Lombok Timur dan Hasil Proses konseling behaviour dengan terapi muhasabah dalam Meningkatkan motivasi belajar pada siswa di SMPN 2 Keruak Lombok Timur seperti identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, treatment, dan follow up. Dan analisis keberhasilan dalam proses konseling.

Adapun bagian terakhir dari bagian inti adalah bab IV yaitu bagian penutup yang memuat kesimpulan, saran dan kata penutup.

Bagian akhir dari skripsi ini terdiri dari daftar pustaka, berbagai lampiran yang berkaitan dengan penelitian, dan riwayat penulis.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
M A T A R A M

Perpustakaan UIN Mataram

BAB II

PEMAPARAN DATA DAN TEMUAN

A. Deskripsi Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMPN 2 Keruak Lombok Timur. Sekolah tersebut beralamat di Jl. Lapangan Janjang Keruak, Kecamatan Keruak Kabupaten Lombok Timur Provinsi Nusa Tenggara Barat. Penelitian ini berfokus pada siswa yang duduk di kelas 8.

Selain lokasi penelitian utama di sekolah, penulis juga menjadikan beberapa tempat sebagai lokasi penelitian. Tempat-tempat tersebut merupakan letak kediaman tiga orang siswa yang menjadi konseli. Diantaranya adalah dusun keruak desa Keruak dan dusun Dasan Baru desa Keruak keduanya berada di kecamatan Keruak kabupaten Lombok Timur provinsi NTB.

B. Deskripsi Konselor dan Konseli

Konselor adalah seorang mahasiswa semester sepuluh prodi Bimbingan Konseling Islam.

1. Identitas Konselor

a. Biodata Konselor

Nama Lengkap : Eldi Heri Septriadi

Nama Panggilan : Eldi

NIM : 160303082

Jurusan : Bimbingan Konseling Islam

Fakultas : Dakwah dan Ilmu Komunikasi

Tempat Tanggal Lahir : Keruak, 09 September 1997

Umur : 23

Jenis Kelamin : Laki-laki

Agama : Islam

Alamat Domisili : Buhlawang Timur, Desa Keruak, kec. Keruak

Kabupaten : Lombok Timur

Provinsi : Nusa Tenggara Barat

Perguruan Tinggi : UIN Mataram

2. Penetapan dan Identitas Konseli serta Guru BK

Penetapan konseli dilakukan berdasarkan informasi yang diberikan oleh guru BK. Menurut keterangannya, guru BK melihat rekapan nilai ujian yang lalu, kemudian mengambil sample siswa dengan nilai terendah untuk diberikan kepada konseli.

a. Biodata Guru BK

Nama Lengkap : Heny Rahmaningsih S.Pd
 Tempat tanggal lahir : Keruak, 26 Maret 1985
 Jenis kelamin : Perempuan
 Agama : Islam
 Alamat : Dusun Dasan Baru, desa Keruak,
 kecamatan : Keruak, kabupaten Lombok Timur

b. Biodata Konseli Pertama

Nama Lengkap : Hamzar Wadi
 Tempat Tanggal Lahir : Keruak, 12-03-2007
 Umur : 14
 Jenis Kelamin : Laki-laki
 Agama : Islam
 Alamat : Dusun Keruak, desa Keruak kecamatan keruak
 Kabupaten : Lombok Timur
 Provinsi : Nusa Tenggara Barat
 Latar Belakang Konseli Pertama :

Konseli pertama adalah anak kedua dari tiga bersaudara, konseli memiliki satu kakak dan satu adik, kakak pertama sudah berkeluarga dan memiliki satu anak dan adiknya masih menduduki sekolah dasar kelas empat. Semua saudara konseli berjenis kelamin perempuan, konseli tinggal bersama bapak, ibu, nenek dan adiknya. Bapak Konseli bekerja sebagai tukang ojek di pasar tradisional. Kedua orang tua konseli termasuk kurang berpendidikan, keduanya merupakan lulusan sekolah dasar.

Saat ini konseli tinggal dengan orang tuanya di rumah neneknya. Konseli berasal dari keluarga dengan ekonomi menengah ke bawah. Konseli beragama Islam, akan tetapi dari segi ibadah konseli masih dikatakan minim karena masih ada beberapa sholat yang bolong. Orang tua konseli beragama Islam

namun dari segi beribadah bapak konseli hampir sama dengan konseli, nenek konseli termasuk orang yang taat beragama.

c. Biodata Konseli Kedua

Nama Lengkap : Angga Pratama

Tempat Tanggal Lahir : Keruak, 21-05-2007

Umur : 14

Jenis Kelamin : Laki-laki

Agama : Islam

Alamat : Dusun Dasan Baru, desa Keruak, kecamatan Keruak

Kabupaten : Lombok Timur

Provinsi : Nusa Tenggara Barat

Latar Belakang Konseli :

Konseli kedua adalah anak ketiga dari tiga bersaudara, konseli memiliki dua kakak, kedua kakak konseli sudah berkeluarga. Kakak pertama berjenis kelamin laki-laki dan kakak kedua berjenis kelamin perempuan. Konseli tinggal bersama bapak dan ibunya. Bapak Konseli bekerja sebagai pedagang sayur di pasar tradisional dan ibunya seorang ibu rumah tangga. Kedua orang tua konseli termasuk kurang berpendidikan, keduanya merupakan lulusan sekolah dasar.

Konseli berasal dari keluarga dengan ekonomi menengah ke bawah. Konseli beragama Islam, akan tetapi dari segi ibadah konseli masih dikatakan minim karena masih ada beberapa sholat yang bolong.

d. Biodata Konseli Ketiga

Nama Lengkap : Muhamad Irawan

Tempat Tanggal Lahir : Keruak, 12-07-2007

Umur : 14

Jenis Kelamin : Laki-laki

Agama : Islam

Alamat : Dusun Dasan Baru, desa Keruak, kecamatan Keruak

Kabupaten : Lombok Timur

Latar Belakang Konseli ketiga :

Konseli ketiga adalah anak kedua dari tiga bersaudara, konseli memiliki satu kakak dan satu adik, kakak pertama sudah duduk di bangku SMAN dan adiknya masih belum bersekolah. Semua saudara konseli berjenis kelamin perempuan, konseli tinggal bersama bapak, ibu, nenek dan adiknya. Bapak Konseli bekerja sebagai buruh tani. Kedua orang tua konseli termasuk kurang berpendidikan, keduanya merupakan lulusan sekolah dasar. Saat ini konseli tinggal dengan orang tuanya di rumah neneknya. Konseli berasal dari keluarga dengan ekonomi menengah ke bawah. Konseli beragama Islam, akan tetapi dari segi ibadah konseli masih dikatakan minim karena masih ada beberapa sholat yang bolong.

e. Biodata Konseli Keempat

Nama Lengkap : Wendi Saputra

Tempat Tanggal Lahir : Keruak, 07-01-2007

Umur : 14

Jenis Kelamin : Laki-laki

Agama : Islam

Alamat : Dusun Dasan Baru, desa Keruak, kecamatan Keruak

Kabupaten : Lombok Timur

Provinsi : Nusa Tenggara Barat

Latar Belakang Konseli:

Konseli ketiga adalah anak tunggal, Bapak Konseli bekerja sebagai pegawai swasta, sedangkan ibunya berjualan nasi di rumah. Bapak konseli merupakan lulusan SMP sedangkan ibunya hanya menamatkan sekolah di bangku SD.

Saat ini konseli tinggal bersama kedua orang tuanya. Kondisi ekonomi keluarga konseli cukup sederhana. Konseli beragama Islam, akan tetapi dari segi ibadah konseli masih dikatakan minim karena masih ada beberapa sholat yang bolong. Orang tua konseli beragama Islam namun jarang memperhatikan intensitas ibadah konseli.

Kondisi lingkungan tempat tinggal konseli terbilang cukup kondusif. Gotong royong warga disana cukup baik ketika

ada acara-acara. Sekitar rumah konseli, mayoritas merupakan keluarga dengan ekonomi menengah kebawah.

C. Deskripsi Masalah

Dalam menentukan siswa yang akan dikonseling, penulis hanya menerima empat orang siswa dari guru BK. Penulis menentukan konseli berdasarkan laporan nama-nama yang diberikan guru BK.

Dari beberapa orang yang penulis wawancarai, penulis mendapat beberapa informasi mengenai masalah tentang rendahnya prestasi konseli. yang sering dilakukan oleh keempat siswa tersebut. Rendahnya prestasi konseli disebabkan rendahnya motivasi belajar konseli. Konseli belum menyadari secara baik pentingnya belajar. Selain itu konseli juga beberapa lalai dalam mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru.

Sudah beberapa kali nasehat yang diberikan konseli untuk rajin belajar karena prestasinya yang selalu rendah, namun belum ada perubahan yang signifikan.

Ada berbagai faktor yang menyebabkan mengapa motivasi belajar konseli sangat rendah, di antaranya adalah kurangnya perhatian dari orang tua. Hal ini diakui sendiri oleh konseli. Perhatian orang tua sangat berpengaruh dalam menumbuhkan semangat belajar konseli. Orang tua konseli tidak pernah hadir sebagai pembimbing yang menjelaskan pentingnya menuntut ilmu.

D. Penerapan Konseling Behavior Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Berprestasi Rendah

Layanan konseling behavior dilaksanakan pada empat peserta didik. Para konseli merupakan siswa kelas 8. Pada bab sebelumnya telah dipaparkan biodata empat siswa yang menjadi konseli. Keempat siswa tersebut merupakan pilihan dari guru BK berdasarkan laporan nilai ujian siswa. Guru BK menyampaikan kepada penulis bahwa keempatnya merupakan siswa dengan nilai terendah berdasarkan ujian sekolah yang lalu.

Kegiatan konseling behaviour dilakukan di ruang kelas. Gambaran pelaksanaan kegiatan layanan konseling behaviour adalah sebagai berikut:

1. Tahap Pertama

Kegiatan bimbingan konseling behavior dimulai dengan mengucapkan salam. Pemateri (penulis) mengucapkan terimakasih kepada seluruh keempat konseli atas kesediaannya untuk mengikuti bimbingan konseling behavior. Pemateri (penulis) memimpin doa dengan harapan supaya pelaksanaan bimbingan konseling dapat berjalan dengan lancar dan memberikan manfaat. Pemateri mengawali dengan perkenalan diri yang dilanjutkan oleh keempat orang konseli.

Kegiatan selanjutnya yaitu melakukan penstrukturan dengan menjelaskan pengertian, tujuan, manfaat, azas, norma, cara pelaksanaan kegiatan konseling behavior. Pada tahap pemulaan ini konseli terlihat cukup antusias. Selanjutnya pemateri bersama dengan para konseli menetapkan kontrak waktu untuk melaksanakan konseling behavior, waktu yang disepakati sekitar 45 menit untuk pertemuan bimbingan konseling pada pertemuan pertama ini.

Selanjutnya pemateri (penulis) mencoba menjelaskan kembali maksud dan tujuan dari pelaksanaan bimbingan konseling behavior. Pemateri menanyakan kesiapan kepada seluruh konseli untuk memasuki tahap selanjutnya yakni tahap inti dalam proses konseling (tahap monitoring). Setelah dipastikan bahwa konseli terlihat siap untuk melangkah menuju tahap selanjutnya, kegiatan konseling behavior pun dilanjutkan. Pada pertemuan pertama ini, peneliti tidak langsung masuk pada pengungkapan masalah namun khusus untuk melakukan pembahasan tentang layanan konseling behavior.

Di akhir waktu konselor menanyakan bagaimana pesan dan kesan konseli, serta membahas untuk pertemuan bimbingan konseling berikutnya. Kegiatan bimbingan konseling diakhiri dengan pembacaan doa dan salam.

2. Tahap Kedua

Sebagaimana biasanya pemateri memulai proses konseling dengan mengucapkan salam. Pemateri mengucapkan terimakasih kepada para konseli atas kesediaan dan kesadarannya untuk berubah menjadi pribadi yang lebih baik. Kemudian dilanjutkan dengan pembacaan doa. Pemateri mengurai kembali secara singkat tentang kegiatan konseling behavior sebelumnya. Kegiatan selanjutnya yaitu melakukan penstrukturan dengan menjelaskan kembali kepada peserta didik tentang cara pelaksanaan bimbingan konseling behavior.

Kemudian pemateri dengan keempat konseli menetapkan kontrak waktu. Pada tahap permulaan ini tidak sedikitpun terlihat ketegangan atau kecanggungan pada peserta didik, sebagaimana yang terlihat di hari sebelumnya. Pada tahap peralihan, pemateri mencoba menjelaskan kembali maksud dan tujuan dari pelaksanaan bimbingan konseling behavior. Kegiatan bimbingan konseling behavior pun dilanjutkan setelah peserta didik dipastikan siap untuk melangkah menuju tahap berikutnya,

Kegiatan yang dilakukan dalam tahap ini yakni pembahasan topik yaitu tips untuk meningkatkan motivasi belajar. Permasalahan yang sering dihadapi oleh para konseli yaitu sulit menangkap penjelasan yang disampaikan guru, hal itu disebabkan rendahnya motivasi belajar siswa, sehingga keinginan untuk fokus memperhatikan materi sebelumnya minim. Sehingga kesulitan memahami materi-materi selanjutnya yang disampaikan guru.

Rendahnya motivasi belajar konseli juga disebabkan karena minimnya perhatian orang tua untuk membimbing anak belajar. Konseli mengaku bahwa orang tuanya tidak pernah menyuruh mereka untuk mengulas kembali pelajaran sekolah ketika di rumah.

Pemateri berusaha sebisa mungkin dengan meyakinkan kepada para konseli bahwa pelaksanaan bimbingan konseling behavior ini dijamin kerahasiaannya. Satu persatu peserta didik bergantian mengungkapkan permasalahan penyebab prestasi rendah yang mereka dapatkan meski masih terkesan grogi.

Permasalahan konseli yang memiliki motivasi belajar rendah menyebabkan prestasi mereka cukup mengecewakan.

Pemateri memberikan materi tentang konsep dasar meningkatkan motivasi belajar agar konseli dapat menerapkannya, lalu dapat meningkatkan prestasi mereka. Kemudian agar konseling behavior berjalan dengan lancar para konseli dapat bertanya jawab dengan peneliti selanjutnya berdiskusi antara peneliti dan konseli.

Kemudian pemateri memberi kesimpulan pada kegiatan bimbingan konseling berlangsung hari ini. Lalu konseli diminta untuk memberikan pesan dan kesan kegiatan bimbingan konseling behavior di pertemuan kedua. Selanjutnya pemateri dan para konseli membahas pelaksanaan bimbingan konseling berikutnya, setelah disepakati bimbingan konseling layanan behavioral ditutup dengan doa dan salam.

3. Tahap Ketiga

Seperti biasa pemateri membuka kegiatan dengan mengucapkan salam dan berdoa bersama.. Pemateri menyampaikan penjelasan singkat tentang kegiatan konseling behavior. Pada pertemuan yang ke tiga ini konseli menyepakati untuk berpendapat bebas mengenai topik tentang faktor kemalasan melaksanakan tugas rutin secara disiplin, minimnya semangat siswa untuk belajar, kurangnya perhatian orang tua terhadap belajar anak, dan lain sebagainya seputar penyebab rendahnya motivasi belajar konseli. Menurut mereka permasalahan yang dialami hampir sama yaitu sama-sama merasa kurang sadar akan pentingnya belajar dan sama-sama kurang dapat perhatian dari orang tua. Sehingga dalam konseling behavior ini pemateri mendorong peserta didik untuk aktif membantu dan mengeluarkan pendapat terkait pembahasan tersebut.

Kemudian pemateri bertanya kembali masalah yang dihadapi konseli dan materi yang sudah dibahas sebelumnya yaitu rendahnya prestasi konseli akibat minimnya motivasi belajar, dari ketiga konseli diketahui bahwa masih ada satu di antaranya kurang memahami materi sebelumnya.

Pada tahap ini pemateri memberikan penguatan diri (self reinforment) dengan memberikan stimulus melalui ceramah dan

diskusi yaitu cara meningkatkan motivasi belajar serta tips belajar yang efektif, tujuannya tak lain yakin agar konseli semakin semangat belajar dan otomatis akan meningkatkan prestasi konseli. Konseli pun mendengarkan secara saksama.

Di akhir waktu pemateri menyimpulkan kegiatan yang telah dilaksanakan pada konseling. Kemudian pemateri dan konseli membahas waktu dan tempat untuk melaksanakan layanan konseling behaviour berikutnya. Kegiatan konseling behavior ditutup dengan do'a dan salam.

4. Tahap Keempat

Tahap permulaan ini diawali dengan salam dan berdoa bersama. Pemateri menjelaskan kembali mengenai kegiatan bimbingan konseling kepada seluruh konseli. Pemateri dan konseli menyepakati waktu yang akan ditempuh dalam layanan konseling behavioral yaitu 45 menit. Pada tahap ini pemateri mengulas kembali mengenai kegiatan yang akan ditempuh. Pemateri memastikan kesiapan para konseli untuk mengikuti kegiatan selanjutnya. Setelah dapat dipastikan bahwa konseli telah siap untuk melanjutkan kegiatan, kegiatan konseling behavior pun dilanjutkan. Pada tahap kegiatan ini seluruh konseli membahas dan memecahkan masalah yang telah disepakati bersama. Pertemuan keempat ini target behavior yakni dimana sasaran perilaku konseli agar lebih semangat dalam belajar dan lebih fokus dalam memperhatikan penjelasan guru di kelas, juga lebih disiplin dalam mengerjakan tugas-tugas yang diberikan oleh guru.

Pada pertemuan keempat ini para konseli sudah mulai sadar dan mau mengungkapkan pendapatnya. Setiap konseli memberikan motivasi satu sama lain sehingga setiap konseli berani untuk memberikan pendapatnya. Pemateri juga memberikan motivasi terhadap semua konseli. Kegiatan di hari keempat ini dilanjutkan dengan memberikan suatu penjelasan dengan bantuan media power point, adapun tema yang diberikan pemateri yakni cara meningkatkan motivasi belajar. Para konseli begitu sangat antusias menyaksikan paparan penjelasan bagaimana

meningkatkan motivasi belajar siswa. Di akhir waktu pemateri menyimpulkan kegiatan yang telah dibahas dalam pertemuan keempat ini. Pemateri meminta kesan dan pesan terkait pelaksanaan konseling behavior. Pada pertemuan terakhir ini konseli secara bersama-sama saling menuliskan harapan kepada pemateri (penulis) dan diakhiri dengan salam dan doa

E. Penerapan Terapi Muhasabah Diri dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Berprestasi Rendah

Kasus penelitian ini yaitu tentang rendahnya motivasi belajar siswa berprestasi rendah, dimana peneliti selain memberikan konseling behavior yang telah dikemukakan sebelumnya, juga memberikan bimbingan dan konseling Islam dengan cara terapi muhasabah diri. Terapi muhasabah bertujuan mengintropeksi atau menilai diri sendiri. Tujuan peneliti memberikan terapi ini agar adanya kesadaran dan perubahan tingkah laku dari yang negatif menjadi positif. Terapi muhasabah diharapkan mampu membantu kerja konseling behavior yang dilakukan sebelumnya. Ada beberapa langkah-langkah konseling yang harus dilakukan peneliti dalam melakukan proses pemberian terapi muhasabah, yakni:

1. Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah merupakan langkah awal untuk memahami sebuah permasalahan dengan gejala-gejala nampak yang ada pada diri konseli. Langkah ini dilakukan agar konselor menguasai lebih dalam permasalahan konseli. Langkah ini dilakukan dengan cara menggali data konseli seperti wawancara, observasi serta melalui informan-informan yang memahami dan mengetahui masalah yang dialami konseli. Penulis hanya mengidentifikasi masalah-masalah yang berhubungan dengan variabel penyebab kemalasan siswa dalam belajar.

Ada empat orang siswa yang menjadi objek konseling peneliti. Keempat siswa tersebut dipilih berdasarkan laporan dari guru BK SMPN 2 Keruak. Mereka bertiga memiliki rekam jejak prestasi yang sangat rendah. Motivasi mereka untuk belajar sangat

minim. Hal ini juga karena minimnya pemahaman mereka akan pentingnya belajar

Konseli seringkali mendapat nilai rendah di kelas meskipun telah dinasehati berkali-kali oleh gurunya untuk tingkatan belajar. Nasehat yang diberikan sampai saat ini belum mampu merubah konseli untuk rajin belajar. Konseli masih saja mendapatkan nilai yang rendah

2. Diagnosis

Langkah selanjutnya yakni diagnosis. Diagnosis adalah langkah untuk menetapkan masalah apa yang dialami oleh konseli. Dengan mengetahui masalah, baru konselor dapat menetapkan tindakan yang akan dilakukan selanjutnya. Hal ini dapat diketahui melalui hasil dari pertemuan bersama konseli, serta hasil wawancara dengan seluruh sumber data sekunder yaitu wali kelas konseli, guru BK SMPN 2 Keruak, teman-teman kelas konseli, orang tua konseli, dan tetangganya. Lalu konselor mendapat kesimpulan bahwa konseli kurang mempunyai kesadaran belajar dalam diri. Adapun gejala dan yang melatar belakangi dari kurangnya motivasi belajar yang dialami konseli ialah:

a. Kurangnya perhatian orang tua

Menurut pengakuan konseli ketika ditanya apakah orang tua memperhatikan proses belajar di sekolah, mereka menjawab orang tua konseli memang tidak terlalu memperhatikan prestasi anaknya. Orang tua hampir jarang sekali menyuruh anaknya untuk belajar ketika di rumah.

b. Kurangnya kedisiplinan

Hal ini dapat diketahui dari waktu bangun paginya konseli yang sering kesiangan dan membuat dirinya terlambat ke sekolah yang mengakibatkan konseli tidak mengikuti jam pelajaran dengan tepat waktu. Menurut pengakuan salah seorang guru bahwa konseli juga pernah tidak mengerjakan tugas yang telah diberikan

c. Kurangnya Motivasi Belajar

Hal ini dapat diketahui dari cara tutur kata konseli ketika diwawancarai. Konseli menyatakan bahwa dirinya malas untuk belajar. Di saat mendekati ujian sekalipun konseli masih banyak bermain, tanpa diimbangi dengan belajar. Konseli mengakui, saat di luar sekolah memang tidak ada seorangpun yang menyuruh atau memotivasinya untuk belajar, termasuk orang tua sekalipun.

3. Prognosis

Setelah mengetahui permasalahan yang dialami konseli, selanjutnya konselor menetapkan solusi atau terapi yang akan diberikan kepada konseli (prognosis). Pada langkah ini, konselor menentukan jenis terapi sesuai dengan kasus yang dialami konseli, yaitu dengan menggunakan terapi muhasabah diri. Terapi muhasabah diri adalah sebuah terapi dengan cara menilai diri sendiri melalui pemberian nasehat dari ayat maupun hadist serta motivasi kepada konseli.

Tujuan dari terapi muhasabah tersebut agar konseli dapat menilai setiap tingkah laku yang dilakukannya serta merubah perilaku negatif menjadi pribadi positif. Sehingga setelah melaksanakan terapi muhasabah, konseli dapat mengetahui setiap tingkah laku baik maupun buruk pada apa yang dilakukannya. Dalam pemberian terapi muhasabah, terdapat beberapa langkah-langkah yang konselor lakukan dan menggunakan cara dari Ibnu Qoyyim al-Jauziyah:

- a. Mengingat untuk membandingkan antara nikmat yang diberikan oleh Allah dengan tindakan-tindakan negatif yang telah dilakukannya.
- b. Mampu membedakan antara hak Allah atas dirinya yakni kewajiban ubudiyah, melaksanakan ketaatan, dan menjauhi hukum yang dilarangnya, dengan apa yang menjadi hak dan kewajiban diri sendiri.
- c. Harus menyadari bahwa ketaatan akan selalu menghasilkan ketenangan jiwa, dan sebaliknya setiap tindakan negatif akan menimbulkan ketidaktentraman jiwa.

4. Terapi (Treatment)

Selanjutnya adalah langkah treatment (terapi). Terapi (Treatment) merupakan langkah dalam melaksanakan pemberian bantuan yang telah ditetapkan pada langkah prognosis. Pada treatment ini konselor mengaplikasikan terapi muhasabah yang telah ditetapkan sebelumnya. Terapi muhasabah adalah sebuah terapi yang bekerja menilai, menginstropeksi, dan mengevaluasi perbuatan yang dilakukan setiap waktu. Sedangkan manfaat dari terapi muhasabah ialah untuk mengetahui aib dari setiap perbuatan yang dilakukannya.³³ Aib yang dimaksud merupakan bahan evaluasi diri untuk berfikir agar tidak terulang kembali.

Langkah treatment ini diawali konselor dengan mengadakan pertemuan antara konselor dan konseli. Konselor berusaha menghilangkan kecanggungan pada pertemuan pertama dengan cara diselingi tegur sapa, berbincang-bincang mengenai kabar konseli dan aktivitas konseli. Konselor mengajak berbicara dengan murah senyum, agar konseli merasa nyaman diajak bicara. Konselor mengedepankan kenyamanan konseli untuk membangun komunikasi yang lebih interaktif antara konselor dan konseli dengan harapan bahwa akan lebih kondusif pada pemberian bantuan. Ketika kedekatan emosional yang sudah terbangun konseli diharapkan bersedia mengikuti langkah-langkah dalam kegiatan konseling dengan pendekatan terapi muhasabah diri.

Dalam proses pemberian konseling terhadap kasus kurangnya motivasi belajar, konselor melakukan sebanyak kurang lebih tiga kali pertemuan dengan konseli. Berikut proses dalam pemberian terapi muhasabah:

- a. Membandingkan antara nikmat dari Allah dengan keburukan yang dilakukan.

Pada tahap pertama, Konselor mengawali pendekatan terapi muhasabah dengan bercerita tentang kehidupan konseli. Seperti orangtua yang selalu menyayangi konseli dan keluarga yang selalu peduli terhadap kita. Dari cerita tersebut konselor

³³ Amin Syukur, Tasawuf Bagi Orang Awam (Menjawab Problematika Kehidupan), (Yogyakarta: LPK-2, Suara Merdeka, 2006), hlm. 83

mengungkapkan beberapa pertanyaan, selama hidup apa saja yang kamu syukuri?. Konseli mengungkapkan bahwa yang disyukurinya ialah masih diberi umur panjang Allah dan mempunyai kedua orangtua. Selanjutnya konselor menasehati konseli, “selain kamu diberi umur panjang oleh Allah dan masih mempunyai kedua orangtua, kamu juga masih bisa menduduki bangku sekolah seperti kamu rasakan sekarang. Karena masih banyak anak yang seumuran dengan konseli itu ingin merasakan duduk dibangku sekolah. Namun biasanya ada beberapa kendala yang dialami mereka, misalnya orangtua yang kurang mampu untuk membiayai, keluarga yang kurang mendukung, bahkan membiarkan anaknya merantau dalam hal ini mencari uang sendiri”. Saat itu konseli terdiam dan mengangguk.

Konselor memberikan gambaran tentang nikmat Allah bagi manusia. Konselor mengungkapkan bahwa manusia tidak selayaknya berbangga diri, karena semua kenikmatan yang datang berasal dari Allah semata. Dan manusia juga tidak patut bersedih berlebihan karena semuanya akan kembali kepada Allah sang pencipta. Kemudian konselor membandingkan perbuatan antara nikmat yang diberikan dengan perbuatan yang dilakukan. Ketika konselor memberikan penjelasan, konseli bertanya, apa saja yang termasuk nikmat Allah?. Konselor menjawab dengan rendah suara, bahwa sesungguhnya nikmat Allah itu tidak terhitung, satu contoh nikmat yang paling sederhana ialah kamu masih rasakan sekarang ini masih bisa berjalan, berlari, bersekolah, memiliki kedua orangtua, teman-teman, dan orang lain di sekeliling yang perhatian dengan konseli. Konselor mengajak konseli untuk merenungkan nikmat Allah. Konseli terlihat menjadi sedikit memahami kenikmatan Tuhan yang dimilikinya. Hal ini konselor mengetahuinya dari adanya respon konseli dengan memberikan pertanyaan kepada konselor, “oh jadi nikmatNya Tuhan itu bukan hanya soal umur dan nafaskah?. Kemudian konselor memberikan nasehat kepada konseli agar dirinya dapat memilih pergaulan lingkungan yang baik dimana

dapat memberi motivasi menuju kebaikan, konselor memberikan contoh bagaimana dalam memilih teman,

- b. Harus membedakan antara kewajiban manusia terhadap Allah yaitu beribadah, menjalankan segala hukum yang diperintahkanNya, dan menjauhi laranganNya dengan apa yang menjadi hak dan kewajiban diri sendiri.

Pada tahap atau hari kedua ini, Konselor mereview kembali tahap pertama terapi muhasabah diri yang konselor berikan sebelumnya dengan menanyakan apa yang sudah konseli lakukan setelah pemberian tahap pertama. Konseli berkata bahwa ada sedikit dorongan yang menyemangatnya untuk belajar.

Selanjutnya konselor melanjutkan tahap kedua. Konselor bertanya kepada konseli, “biasanya kalau sore sampai malam apa kesibukannya?”, konseli menjawab “yah main sama teman-teman”. Selanjutnya konselor menjawab “oh gitu? Terus main apa aja?”. Kemudian konseli mengatakan “ya macam-macam, kadang sepak bola, main layangan, atau game online”. Sesudah konseli bercerita, konselor memberikan kesadaran pada konseli bahwa manusia mempunyai kewajiban terhadap Allah SWT yaitu melaksanakan sholat, puasa, ngaji, juga kewajiban untuk berbakti dengan orang tua salah satunya dengan membantu mengerjakan pekerjaan rumah.

Selain itu, kita sebagai seorang siswa memiliki kewajiban untuk diri kita sendiri yaitu menuntut ilmu, tujuan belajar agar kita mampu menjadi orang yang bermanfaat untuk orang lain kelak. Kita memang butuh untuk istirahat ataupun bermain tapi secukupnya. Bermain yang berlebihan akan menghilangkan semangat kita untuk belajar. Kemudian selain melaksanakan kewajibanNya, sebagai muslim harus menjauhi larangan-larangaNya (nahi munkar). Larangan-larangan Allah itu sangatlah banyak seperti minum minuman keras, berjudi, melawan orangtua, dan main game terlalu lama yang memberikan dampak malas belajar.

Konselor memberikan nasehat bahwa setiap pekerjaan sebelum dilakukan harus dipikirkan terlebih dahulu dampak negatif positifnya dan manfaat dari pekerjaan tersebut. apalagi menyangkut kebaikan untuk diri sendiri.

- c. Harus mengetahui bahwa setiap orang merasa puas terhadap ketaatan yang dilakukan, maka hal itu akan merugikan dirinya, dan setiap kemaksiatan yang dicela maka akan menimpa orang itu.

Maksud dari tahap ketiga yakni harus mengetahui bahwa setiap manusia yang merasa puas terhadap ketaatan ataupun keberhasilan yang dicapai, maka akan merugikan diri konseli karena terdapat rasa puas dan cukup dalam diri manusia tersebut. Jika seseorang merasa puas diri terhadap ilmu pengetahuan maka pengetahuan yang dimiliki tersebut terbatas. Dan setiap kemaksiatan yang diremehkan dan dilakukan, maka dosa dari kemaksiatan yang dilakukan tersebut akan menimpa yang mengerjakannya, karena itulah setiap individu harus memiliki kesadaran memilah mana yang baik dan buruk dalam bertindak.

Pada langkah sebelumnya, konseli telah menyadari akan hak Allah terhadap dirinya dan menjauhi larangan-laranganNya. Selanjutnya pada tahap ketiga ini konselor mengidentifikasi tingkat pemahaman konseli dengan memberikan pertanyaan terbuka kepada konseli agar konseli mempunyai persepsi yang baik dalam hal menuntut ilmu:

- 1) Apakah konseli selama ini mempunyai kepuasan dalam belajar?
- 2) Apakah konseli seringkali menginginkan sesuatu ketika bekerja?
- 3) Apakah bagus memiliki rasa puas pada diri sendiri?

Dengan pertanyaan-pertanyaan ini konseli menyadari akan kesalahan persepsinya dalam menuntut ilmu. Selanjutnya konselor menceritakan tentang kemuliaan seseorang yang menuntut ilmu. Konselor mengatakan bahwa setiap muslim wajib hukumnya menuntut ilmu. Seorang muslim harus memiliki

rasa cinta dan haus pada ilmu. Tidak dibenarkan untuk cepat merasa puas dengan kemampuan yang dimiliki, sebab setiap terdapat rasa puas dalam diri seseorang, maka pengetahuan yang dimiliki oleh seorang individu tersebut terbatas. Sejatinnya rahasia Allah tentang alam semesta ini sangatlah luas, masih banyak sekali rahasia alam yang belum mampu dipecahkan oleh manusia. Orang yang tidak memiliki rasa cepat puas dalam belajar, maka akan mendapatkan ridha dari Allah. Allah juga menyukai hambaNya yang menuntut ilmu.

Pada tahap terakhir proses terapi muhasabah ini, konselor memberikan motivasi kepada konseli agar selalu mendengarkan perintah kedua orangtuanya, mempunyai keyakinan mampu menjadi lebih baik lagi, dan setiap ingin melakukan hal yang buruk selalu melafadzkan kalimat istighfar agar senantiasa selalu hati tenang. Konselor mengatakan bahwa ridho orang tua adalah ridho Allah, jadi dengan selalu berbakti kepada orang tua maka Allah akan membantu kita dalam segala aktifitas termasuk memberikan kemudahan dalam belajar.

5. **Evaluasi dan Follow Up**

Langkah terakhir dari proses konseling yaitu evaluasi dan Follow up. yang dimaksud disini ialah untuk mengetahui sejauh mana program dan tindakan yang sudah dilaksanakan dan disepakati oleh konseli. Evaluasi diperlukan untuk memperbaiki jika ditemukan kekeliruan di tengah proses konseling. Adapun waktu yang ditentukan adalah 2 hari setelah proses terapi muhasabah. Evaluasi dan follow up ini juga dilakukan untuk melihat gejala-gejala yang dialami apakah sudah tidak dilakukan, kadang-kadang dirasakan, atau bahkan masih dirasakan, data evaluasi ini berdasarkan observasi dan hasil wawancara konselor dengan konseli, guru, teman-teman konseli.

F. Kendala-Kendala yang Dialami dalam Pelaksanaan Konseling Behavior dan Terapi Muhasabah

Kendala pelaksanaan kegiatan bimbingan dan konseling merupakan hal-hal yang menjadi hambatan dalam pelaksanaan kegiatan bimbingan dan konseling di sekolah. Ketika kegiatan-kegiatan bimbingan dan konseling yang telah direncanakan sebelumnya belum dapat berjalan sebagaimana mestinya maka kegiatan tersebut mengalami hambatan dalam pelaksanaannya.

Dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling dibutuhkan kerja sama antara pihak guru, siswa dan pihak orang tua agar pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling bisa terlaksana secara efektif. Namun pada kenyataannya belum ada kerja sama yang baik antara pihak-pihak sekolah dengan guru pembimbing dalam pelaksanaan kegiatan bimbingan dan konseling. Sehingga kegiatan bimbingan dan konseling masih terkesan hanya tugas guru pembimbing saja. Berikut kendala-kendala yang dihadapi selama proses bimbingan konseling behavior dan terapi muhasabah diri :

1. Kurangnya Antusias Konseli Mengikuti Proses Konseling

Pada awal pertemuan, kendala yang dialami konselor (peneliti) adalah ketidakseriusan para konseli mengikuti kegiatan konseling. Hal ini dikarenakan pemilihan konseli ditunjuk oleh guru BK bukan karena kemauan konseli sendiri. Cukup sulit menjelaskan materi tentang pengenalan konseling behavior dan terapi muhasabah diri kepada seorang anak SMP. Kesulitan itu ditambah lagi dengan kesan konseli yang enggan menyimak dengan baik penjelasan konselor.

Di awal pertemuan konselor dituntut untuk menjelaskan pengertian konseling behavior dengan cara yang mudah dimengerti. Konselor memulai pembicaraan dengan sedikit canda tawa untuk mencairkan suasana, agar konseli menjadi lebih tertarik untuk mengikuti proses konseling.

2. Kesulitan mendapatkan informasi dari teman-teman konseli

Tidak mudah untuk mendapatkan informasi dari teman-teman konseli. Sama halnya dengan konseli, teman-teman konseli juga merupakan siswa SMP yang mana peneliti sedikit kesulitan menjelaskan tentang konseling behavior dan terapi muhasabah diri.

Sulit untuk meyakinkan teman-teman konseli agar bersedia diwawancarai. Namun dengan bantuan guru BK memberikan pengertian kepada siswa akhirnya konseli dapat menggali informasi dari teman-teman konseli.

3. Kurangnya fasilitas yang memadai

Proses konseling membutuhkan tempat yang kondusif, tidak ada gangguan seperti keributan, karena proses konseling membutuhkan keseriusan. Dalam hal ini karena keterbatasan sekolah yang tidak memiliki ruangan khusus konseling cukup menjadi kendala jalannya bimbingan konseling.



Perpustakaan UIN Mataram

BAB III PEMBAHASAN

A. Hubungan Teori Dengan Penerapan Konseling Behavior dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Berprestasi Rendah Di SMPN 2 Keruak

Sebagaimana yang telah dijelaskan dalam bab sebelumnya tentang pengertian konseling behavior. Bahwa Teori Behavior merupakan sebuah teori yang dicetuskan oleh Gagne dan Berliner tentang perubahan tingkah laku sebagai hasil dari pengalaman. Kemudian teori ini berkembang menjadi aliran psikologi belajar yang dikenal sebagai aliran behavioristik. Aliran ini menekankan pada terbentuknya perilaku yang tampak sebagai hasil belajar.

Tujuan konseling behavior adalah menciptakan suatu kondisi baru yang lebih baik melalui proses belajar sehingga perilaku yang negatif dapat dihilangkan serta mengubah tingkah laku adaptif dengan cara memperkuat tingkah laku yang diharapkan dan meniadakan perilaku yang tidak diharapkan serta berusaha menemukan cara-cara bertingkah laku yang baru.

Dari hasil penelitian penulis selama di lapangan, memang ditemukan perilaku-perilaku berkonotasi negatif yang menjadi kebiasaan konseli. Hal inilah yang membuat prestasi konseli di sekolah sangatlah rendah. Sebagaimana yang penulis paparkan di bab sebelumnya tentang berbagai perilaku negative konseli, sehingga tidak adanya motivasi belajar yang tumbuh dari dalam diri konseli.

Dengan berbagai alasan dan pertimbangan konseli menggunakan konseling behavior untuk mencoba memberikan energi yang mengarah pada perilaku positif kepada konseli. Dengan mencari tau lebih dalam latar belakang konseli, barulah penulis sedikit tidaknya mampu memahami karakter perilaku konseli.

Dalam penerapannya di lapangan, memang ada beberapa kendala yang dialami penulis, namun kendala-kendala tersebut tidaklah begitu krusial. Konseli cukup mampu diajak untuk mengikuti proses konseling behavior.

Sebagaimana teori yang dijelaskan mengenai konseling behavior, pada saat di lapangan penulis meminta bantuan kepada

beberapa teman konseli dan guru untuk membantu memberikan pengaruh positif kepada konseli. Teman-teman konseli ikut memberikan support kepada konseli agar konseli mau berubah untuk rajin belajar. Dengan menciptakan lingkungan yang mendukung akan lebih mudah mentransformasikan pengaruh positif kepada konseli.

Penulis mencoba menjanjikan sebuah hadiah kepada konseli jika nantinya ada perubahan terhadap nilai pelajaran konseli di sekolah. Menurut penulis dengan menjanjikan reward atau hadiah dapat menambahkan semangat belajar konseli. Penulis juga telah memberikan saran kepada guru agar terus memberikan motivasi dan pujian terhadap siswa yang menjadi konseli. Meskipun nantinya di awal belum terlihat perubahan yang signifikan dengan nilai konseli, tapi pujian-pujian harus terus diberikan pada sebuah perubahan yang terjadi pada diri konseli, meskipun tidak banyak.

Sebagaimana Behaviorisme memandang bahwa ketika dilahirkan, manusia pada dasarnya tidak memiliki bakat apa-apa. Manusia akan berkembang berdasarkan stimulus yang diterimanya dari lingkungan sekitarnya. Karena itulah dalam proses di lapangan penulis terus memberikan stimulus-stimulus positif kepada konseli, dan hal itu juga dibantu oleh beberapa teman dan guru konseli.

Untuk memantau perilaku konseli di luar sekolah, penulis bekerjasama dengan keluarga konseli di rumah. Penulis juga meminta anggota keluarga konseli di rumah untuk memberikan stimulus-stimulus positif kepada konseli. Sosok-sosok yang memberikan stimulus positif ini juga sangat berpengaruh terhadap diri konseli. Semakin dekat orang yang memberikan stimulus tersebut dengan konseli, maka akan semakin besar pengaruhnya. Karena itulah penting anggota keluarga di rumah ikut andil dalam proses tersebut.

Dalam wawancara penulis dengan konseli, pada dasarnya konseli sangat ingin berubah, ingin mendapatkan nilai yang bagus di sekolah. Memang benar problem yang dialami konseli yakni minimnya motivasi belajar yang dimiliki konseli. Penerapan konseling behavior pada penelitian ini adalah guna menumbuhkan motivasi belajar pada diri konseli. Penulis memberikan gambaran masa depan bagi orang yang rajin belajar.

Yang membuat motivasi belajar konseli rendah, juga karena kurangnya pengetahuan oleh konseli mengenai pentingnya belajar untuk masa depan. Karena itulah penulis memberikan gambaran tentang akibat di masa depan bagi orang yang malas belajar, dan tentu gambaran positif mengenai manfaat yang diperoleh di masa depan bagi orang-orang yang rajin belajar.

Penulis merasa penjelasan mengenai teori-teori konseling behavior pada bab sebelumnya sudah dijalankan dengan baik pada saat penerapannya di lapangan

B. Hubungan Teori Dengan Penerapan Terapi Muhasabah Diri dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Berprestasi Rendah Di SMPN 2 Keruak

Pada penelitian ini, untuk meningkatkan motivasi belajar konseli penulis tidak hanya menerapkan konseling behavior, melainkan juga ditambahkan dengan penerapan terapi muhasabah diri. Hal ini dilakukan agar proses peningkatan motivasi belajar konseli lebih maksimal.

Sebagaimana yang telah dijelaskan pada bab sebelumnya bahwa Terapi Muhasabah diri adalah salah satu teknik dalam konseling dimana klien diajak merenungkan dan berintrospeksi diri dari apa yang sudah diperbuatnya. Muhasabah merupakan cara yang digunakan dalam membantu menuju kehidupan yang ihsan. Terapi muhasabah diri juga dapat membangkitkan motivasi intrinsik individu. Motivasi intrinsik merupakan dorongan yang berasal dari dalam diri manusia. Fungsi motivasi dalam proses belajar adalah untuk membangkitkan atau mendorong individu dalam proses belajar.

Jika konseling behavior melibatkan orang-orang di sekitar konseli untuk memberikan pengaruh positif terhadap konseli, terapi muhasabah diri menitikberatkan pada pribadi konseli sendiri. Terapi muhasabah diri pada penelitian kali ini akan benar-benar bekerja atas dasar kemauan besar oleh konseli.

Pada saat proses konseling penulis benar-benar menerapkan teori terapi muhasabah diri yang telah dipaparkan pada bab kajian teoritik. *Muhasabah* adalah suatu aktivitas untuk diri sendiri dengan

cara introspeksi, mawas, atau meneliti diri sendiri. Yakni dengan cara menghitung-hitung perbuatan yang dilakukan setiap tahun, tiap bulan, tiap minggu, bahkan aktivitas yang dilakukan tiap hari. Dengan pengertian tersebut, penulis mencoba mengajak konseli untuk mengintrospeksi diri, mengingat kembali perilaku-perilaku negatif yang sering dilakukan.

Menurut penulis terapi muhasabah yang dikolaborasikan dengan konseling behavior sangat membantu proses peningkatan motivasi belajar konseli. Karena niat dari dalam diri konseli merupakan hal yang fundamen dalam menciptakan perubahan perilaku. Tanpa adanya kesadaran dari dalam diri, pengaruh-pengaruh yang diberikan dari luar akan kurang maksimal bekerja.

Pada praktiknya, memang ada kendal-kendala yang dialami oleh penulis, sebagaimana telah dikemukakan pada bab sebelumnya, namun kendala-kendala tersebut masih dapat diatasi oleh penulis. Pada terapi muhasabah diri ini berbeda dengan konseling behavior yang mana proses konseling dilakukan secara bersamaan atau berkelompok. Pada terapi muhasabah penulis memberikan *treatment* kepada masing-masing konseli secara bergilir.

Penulis menganggap melakukan terapi muhasabah secara individu per individu lebih efektif. Dalam tahap ini konseli diminta untuk menceritakan lebih mendalam mengenai perilaku-perilaku negatif yang sering dilakukan. Selain itu konseli juga menceritakan lebih dalam mengenai masalah-masalah yang dialaminya baik di sekolah, rumah, dan lingkungan lainnya.

Penulis melakukan terapi secara bergilir, karena *treatment* yang diberikan kepada masing-masing konseli cukup berbeda. Penulis meminta konseli untuk berseluncur di waktu ke belakang, kemudian penulis memberikan arahan bahwa perilaku-perilaku negative masa lalu tersebut hanya dapat merugikan diri konseli.

Penulis mengajak konseli juga untuk mengintrospeksi bagaimana kondisi keluarga masing-masing. Ketiga konseli berasal dari keluarga dengan ekonomi menengah kebawah. Dengan begitu paling tidak memberikan stimulus agar konseli kembali mengingat pentingnya belajar, yang mana salah satunya adalah mengangkat

derajat hidup manusia. Penulis mengingatkan bahwa konseli tidak boleh menya-nyiakan jerih payah orang tua dalam menyekolahkan mereka.

Penulis menyampaikan beberapa ajaran-ajaran agama mengenai pentingnya berbakti kepada orang tua. Sebagaimana yang dipaparkan mengenai teori muhasabah diri, bahwa terapi ini menggunakan pendekatan agama yakni agama Islam. Karena itulah penulis secara maksimal menggunakan beberapa ayat-ayat Al quran ataupun hadits nabi Muhammad SAW untuk mengajak konseli berintrospeksi diri.



Perpustakaan UIN Mataram

BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang ditunjukkan pada bab pembahasan maka penulis dapat menyimpulkan bahwa layanan konseling behavior dan terapi muhasabah diri untuk tiga orang siswa berprestasi rendah di SMPN 2 Keruak cukup efektif untuk meningkatkan motivasi belajar siswa.

Pelaksanaan konseling behavior tidak cukup hanya dengan satu hari. Begitu pun dengan terapi muhasabah diri yang membutuhkan waktu lebih dari sehari. Karena itulah perlu ada keseriusan dari konselor untuk memberikan atensi khusus pada konselinya. Penting juga dicatat bahwa berjalannya proses konseling dengan baik yakni tidak adanya unsur keterpaksaan dari pihak konseli. Sebagaimana telah diuraikan diatas bahwa setiap konseli mau dengan sukarela untuk mengikuti proses konseling sampai akhir.

Dalam terapi muhasabah diri konseli harus benar-benar meresapi makna dari sebuah penginstropeksian diri dan mengingat segala kebesaran Allah sang pencipta. Jika kalimat Allah hanya terucap di lidah tanpa renungan hati, maka sedikit kiranya perubahan diri yang akan terjadi.

Dalam konseling behavior, konselor memberikan waktu kepada konseli untuk berpendapat. Konseli menyampaikan masalah-masalah yang dialaminya selama ini. Saat inilah konselor mencoba berempati kepada konseli. Dengan adanya sikap empati konselor sedikit tdaknya dapat membantu mempermudah upaya perubahan pribadi konseli.

Pada intinya secara keseluruhan penelitian ini menghasilkan kesimpulan bahwa konseling behavior dan terapi muhasabah diri efektif dalam meningkatkan motivasi belajar siswa berprestasi rendah.

B. Saran

Berdasarkan hasil pembahasan, penulis memberikan saran-saran kepada beberapa pihak yaitu :

1. Konseli harus terus menindak lanjuti dan meningkatkan motivasi belajarnya sehingga dapat mencapai tujuan belajar dan prestasi belajar yang lebih baik.
2. Guru bimbingan dan konseling diharapkan dapat melaksanakan layanan konseling behavior dan terapi muhasabah diri agar dapat membantu meningkatkan motivasi belajar siswa berprestasi rendah.

Kepada peneliti lain yang akan melakukan penelitian mengenai perilaku disiplin dalam mematuhi tata tertib hendaknya dapat bekerjasama dengan pihak lain seperti orang tua maupun guru wali kelas/mata pelajaran, serta sebelum diadakan bimbingan dan konseling diharapkan dapat memberikan layanan konseling individu untuk mengetahui masalah-masalah terkait perilaku disiplin konseli secara mendalam



Perpustakaan UIN Mataram

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah Hadziq, *Rekonsiliasi Psikologi Sufistik dan Humanistik*, Semarang: Rasail, 2005
- Ahmad Warson Munawir, *Al-Munawir Kamus Arab-Indonesia*, Yogyakarta: Pondok Pesantren Al-Munawir, 1984
- Asad M. Al Kali, *Kamus Indonesia-Arab*, Jakarta: Bulan Bintang, 1989
- Chaplin, C.P, *Kamus Lengkap Psikologi*, Terjemah Kartini Kartono, Jakarta, PT. Raja Grafindo Persada: 1995
- Cholid Narbuko, *Metodologi Penelitian*, Jakarta: Bumi Aksara, 2004
- Dedy Mulyana, *Metodologi Penelitian Kualitatif* Bandung: PT Siswa Rosda Karya, 2004
- Drs. Salim, M.Pd. & Drs. Syahrin, M.Pd., *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Bandung: Cita Pustaka Media, 2007
- Dudung Hamdun, *Bimbingan dan Konseling*, Yogyakarta: Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga, 2013
- Fenti Hikmawati, *Bimbingan Konseling- Edisi Revisi*, Jakarta: Rajawali Pers, 2011
- Hardani, S.Pd.,M.Si.,dkk., *Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*, Yogyakarta: CV. Pustaka Ilmu Group, 2020
- Haris Herdiansyah, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Jakarta: PT. Gramedia, 2002
- Jhon M. Echols dan Hasan Shadily, *Kamus Inggris Indonesia*, Jakarta: Gramedia, 2003
- Juntika, Nurihsan, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Bandung: Mutiara, 2003
- Komalasari, Gantina, Dkk., *Teori Teknik Konseling*. Jakarta: Indeks, 2011
- Latipun, *Psikologi Konseling*. Malang: UMM Press, 2008

M. Ali Usman, *Hadist Qudsi Pola Pengembangan Akhlak Muslim*, Bandung, CV Diponegoro, 1989

Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, Bandung: PT Siswa Rosda Karya, 1988

Muhammad Yunus, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Jakarta: PT. Hidakarya Agung, 1989

Prayitno, Elida, *Motivasi Dalam Belajar*. Jakarta: P2LPTK, 1989

Sardiman, A.M., *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rajawali. 1990

Suharsimi, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan*, Jakarta: PT Rineka Cipta, 1997

Surya, Mohammad, *Teori Teori Konseling*, Bandung: Pustaka Bani Quraisy, 2003



Perpustakaan UIN Mataram

Lampiran Dokumentasi



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
M A T A R A M

Perpustakaan UIN Mataram



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
M A T A R A M

Perpustakaan **UIN Mataram**



Perpustakaan **UIN Mataram**



Perpustakaan **UIN Mataram**



Perpustakaan **UIN Mataram**



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
M A T A R A M

Perpustakaan **UIN Mataram**