

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Rozad Ikhwanudin

NIM : 3320190169

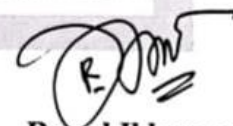
Program Study : Bimbingan Konseling

Judul Skripsi : **“Efektivitas Konseling Kelompok *Cognitive Behavior Therapy* Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa MTs Raudlatul Huda”.**

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya serahkan ini benar-benar merupakan hasil karya sendiri, kecuali kutipan-kutipan dari ringkasanyang semuanya telah saya jelaskan sumbernya. Apabila dikemudian hari saya terbukti atau dapat dibuktikanskripsi ini hasil jiplakan, maka gelar dan ijazah yang diberikan oleh Universitas batal saya terima.

Bojonegoro, 26 Agustus 2023

Yang Membuat Pernyataan



Rozad Ikhwanudin

NIM : 3320190169

UNUGIRI

PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi ini telah melalui cek *plagiarisme* dan dinyatakan layak dan lolos oleh tim *plagiarisme*.

Bojonegoro, 26 Agustus 2023



Rozad Ikhwanudin

NIM : 3320190169



UNUGIRI

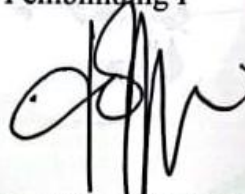
HALAMAN PERSETUJUAN

Usulan penelitian oleh : Rozad Ikhwanudin
NIM : 3320190169
Judul : Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa MTs Raudlatul Huda

Telah disetujui dan dinyatakan memenuhi syarat untuk diajukan dalam ujian skripsi.

Bojonegoro, 26 Agustus 2023

Pembimbing I



Yanuari Srienturi, M.Pd

NIDN : 0717019401

Pembimbing II



M. Iqbal Jawakkal, M.Pd

NIDN : 0707038802

HALAMAN PENGESAHAN

Nama : Rozad Ikhwanudin

NIM : 3320190169

Judul : Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa MTs Raudlatul Huda.

Telah dipertahankan di hadapan penguji pada tanggal 26 Agustus 2023.


Dewan Penguji

Penguji I



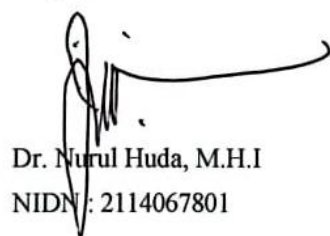
Riski Putra Ayu Distira, M.Pd
NIDN : 0702019301

Penguji III



Yanuari Srianhuri, M.Pd
NIDN : 0717019401

Penguji II



Dr. Nurul Huda, M.H.I
NIDN : 2114067801


Mengetahui,

Dekan Fakultas Keguruan Dan Ilmu
Pendidikan



Astrid Chandra Sari, M.Pd
NIDN : 0721059101

Penguji IV



M. Iqbal Tawakkal, M.Pd
NIDN : 0707038802

Mengetahui,

Ketua Program Studi
Bimbingan Konseling



Vesti Dwi Cahyaningrum, M. Pd
NIDN : 0715049401

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

La Takhofu Wa La Tahzanu

Janganlah kamu takut dan jangan pula dirimu sedih

(Qs. Al Ankabut : 33)

PERSEMBAHAN

Untuk ibu dan bapak yang sangat saya cintai dan sayangi yang selalu memberikan motivasi serta senantiasa mendoakan setiap langkah perjuanganku , untuk kakakku yang senantiasa meningatkanku untuk menjadi lebih baik, untuk bapak, ibu guru-guru yang memberikan ilmu dari pertama masuk kuliah hingga saat ini, Semoga Allah senantiasa memberikan kesehatan dan umur panjang kepada semuanya agar dapat mendoakan serta menemaniku menuju kesuksesan. Amiin.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat, taufiq dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas proposal skripsi dengan lancar sehingga dapat memenuhi syarat semester akhir. Sholawat dan salam semoga tetap tercurahkan keharibaan beliau Nabi kita Nabi Agung Muhammad SAW yang telah memberi risalah islam yakni ilmu pengetahuan, khususnya pada ilmu agama islam yang dapat menjadi bekal serta tuntunan hidup kita didunia maupun diakhirat kelak.

Selama proses penulisan skripsi ini tidak lepas dari hambatan, rintangan, dan permasalahan tetapi atas izin Allah SWT dan saran dari beberapa pihak sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa MTs Raudlatul Huda” dengan baik.

Dengan sangat rendah hati, penulis mengucapkan terimakasih kepada beberapa pihak yang telah mendukung dan membimbing pembuatan proposal skripsi dengan baik. Khususnya kepada:

1. K. H. M. Jauhari Ma'arif, M.Pd.I., Selaku Rektor Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri.
2. Astrid Chandra Sari, M.Pd., Selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri yang telah memberikan izin penelitian.
3. Vesti Dwi Cahyaningrum, M.Pd., Selaku Ketua prodi program studi Bimbingan dan Konseling.
4. Zeti Novita Sari, M.Pd., Selaku Dosen Pembimbing Akademik prodi Bimbingan dan Konseling.
5. Yanuari Srienturi., M.Pd., Selaku Dosen Pembimbing I yang telah berkenan membimbing penyusunan skripsi ini dari awal sampai selesainya skripsi ini.
6. M. Iqbal Tawakkal, M.Pd., Selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan segala banyak pengarahan, kritikan kepada penulis dalam menyelesaikan tugas pembuatan skripsi ini.

7. Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan bekal ilmu begitu banyak dan senantiasa membimbing proses belajar dari awal sampai saat ini hingga memberikan manfaat bagi penulis.
8. Kepada orang tua saya yang senantiasa mendoakan serta mendukung saya dalam tahap-tahap menyusun skripsi serta yang selalu memberikan motivasi untuk tetap semangat.
9. Semua pihak yang telah memberikan semangat dan dukungan khususnya orang tua saya dalam mengerjakan skripsi ini.
10. Kepada kepala sekolah MTs Raudlatul Huda yang telah mengizinkan untuk penulis melakukan penelitian di sekolah tersebut dan tidak lupa kepada bapak dan ibu guru serta siswa-siswi MTs Raudlatul Huda yang telah banyak membantu penulis dalam penelitian.
11. Seluruh teman-teman prodi bimbingan dan konseling angkatan tahun 2019 Offering B khususnya.

Penulis menyadari bahwa penulisan dalam proposal skripsi ini masih sangat jauh dari kata sempurna, namun penulis sudah berusaha semaksimal mungkin untuk menulis dengan baik. Oleh karena itu, kritik dan saran dari pembaca akan diterima dengan baik guna memperbaiki kepenulisan kedepannya dengan penuh senang hati dan terimakasih

Bojonegoro, 26 Agustus 2023
Penulis

Rozad Ikhwanudin
NIM : 3320190169

ABSTRACT

Rozad, I. (2023). *Effectiveness of Cognitive Behavior Therapy Group Counseling to Increase Learning Motivation of MTs Raudlatul Huda Students*. Thesis, Department of Guidance and Counseling, Faculty of Teacher Training and Education, Nahdhlatul Ulama Sunan Giri University. Main Supervisor Yanuari Srianturi, M.Pd. and Accompanying Supervisor M. Iqbal Tawakkal, M.Pd.

Keywords : Cognitive Behavior Therapy, Student Learning Motivation

Long holidays cause the learning system in schools to stop, this causes changes which are the background to low levels of learning progress and enthusiasm for learning. Low learning motivation occurs due to long holidays which make students less enthusiastic about studying. The aim of this research is to determine the low level of student learning motivation through group counseling with cognitive behavior therapy to increase student learning motivation at MTs Raudlatul Huda. The participants in this research were students at MTs Raudlatul Huda class VIII with a population of 336. The sample was determined using the Slovin formula with the results being 132 samples. Data collection used the psychological scale of learning motivation, observation and interviews. This type of research uses quantitative Pre-experiment, data is analyzed using the Kolmogorov-Smirnow normality test and reliability test using Cronbach's alpha value, paired sample T-test with the help of SPSS 2.6. The results of the research show that there are 87% in the high category, 10% in the low category and 3% in the medium category, 0.000 (sig < 0.05) in the motivation problem and 0.000 (sig < 0.05) in the level of learning motivation, which means there is a significant difference. The conclusion of this research is that before being tested with a pre-test and post-test, it was found that there was a low level of student learning motivation and after being given treatment for 6 meetings, student motivation increased again and was effective in increasing student learning motivation with the effectiveness of group counseling with cognitive behavior therapy in students of MTs Raudlatul Huda.

ABSTRAK

Rozad, I. (2023). *Efektivitas Konseling Kelompok Cognitive Behavior Therapy Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa MTs Raudlatul Huda*. Skripsi, Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdhlatul Ulama Sunan Giri. Pembimbing Utama Yanuari Srienturi, M.Pd. dan Pembimbing Pendamping M. Iqbal Tawakkal, M.Pd.

Kata Kunci : *Cognitive Behavior Therapy*, Motivasi Belajar Siswa

Libur panjang menjadikan sistem pembelajaran di sekolah berhenti, hal ini menyebabkan perubahan yang melatar belakangi terjadinya rendahnya tingkat kemajuan belajar dan gairah belajar. Motivasi belajar rendah terjadi akibat libur panjang yang membuat siswa menjadi kurang untuk semangat belajar . Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat rendahnya motivasi belajar siswa melalui konseling kelompok dengan *cognitive behavior therapy* untuk meningkatkan motivasi belajar siswa MTs Raudlatul Huda. Partisipan penelitian ini adalah siswa di MTs Raudlatul Huda kelas VIII dengan jumlah populasi 336, penentuan sampel menggunakan rumus *slovin* dengan hasil 132 sampel. Pengumpulan data menggunakan metode skala psikologi motivasi belajar, observasi dan wawancara. Jenis penelitian ini menggunakan kuantitatif *Pre-eksperimen*, data dianalisis menggunakan uji normalitas *Kolmogorov-Smirnow* dan uji reliabilitas menggunakan nilai *alpha cronbach*, uji *paired sample T- test* dengan bantuan SPSS 2.6. Hasil penelitian menunjukkan terdapat 87% kategori tinggi, 10% kategori rendah dan 3% kategori sedang 0,000 (sig < 0,05) pada masalah motivasi dan 0,000 (sig < 0,05) pada tingkat motivasi belajar yang berarti terdapat perbedaan signifikan. Kesimpulan penelitian ini adalah bahwa sebelum diuji dengan *pre-test* dan *post-test* ditemukan adanya tingkat motivasi belajar siswa rendah dan setelah diberikanya *treatment* sebanyak 6 kali pertemuan motivasi siswa kembali meningkat dan efektif untuk meningkatkan motivasi belajar siswa dengan efektivitas konseling kelompok dengan *cognitive behaviour therapy* pada siswa MTs Raudlatul Huda.

DAFTAR ISI

Halaman

SAMPUL	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI .Error! Bookmark not defined.	
PERNYATAANError! Bookmark not defined.	
HALAMAN PERSETUJUANError! Bookmark not defined.	
HALAMAN PENGESAHANError! Bookmark not defined.	
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRACT	ix
ABSTRAK	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR BAGAN	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.4 Manfaat Penelitian	6
1.4.1 Manfaat Teoritis :.....	6
1.4.2 Manfaat Praktis :	7
1.5 Batasan Penelitian	8
1.6 Asumsi Penelitian.....	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA DAN DASAR TEORI	10
2.1 Konsep Konseling Kelompok	10
2.1.1 Definisi Konseling Kelompok.....	10
2.1.2 Tujuan Konseling Kelompok.....	11

2.1.3 Tahap-Tahap Konseling Kelompok <i>Cognitive Behavior Therapy</i>	12
2.2 Cognitive Behavior Therapy (CBT).....	15
2.2.1 Definisi Cognitive Behavior Therapy	15
2.2.2 Tujuan Pendekatan <i>Cognitive Behavior Therapy</i>	16
2.2.3 Teknik <i>Cognitive Behavior Therapy</i>	17
2.2.4 Tahap - Tahap Pendekatan <i>CBT</i> Dengan Teknik <i>Restructuring</i>	18
2.3 Motivasi Belajar.....	20
2.3.1 Definisi Motivasi Belajar	20
2.3.2 Aspek-Aspek Motivasi Belajar	22
2.3.3 Fungsi Motivasi Belajar.....	23
2.3.4 Faktor Yang Mempengaruhi Motivasi Belajar	24
2.3.5 Upaya Meningkatkan Motivasi Belajar	25
2.2 Penelitian Terdahulu Yang Relevan.....	26
2.3 Kerangka Konseptual.....	29
2.4 Hubungan Antar Variabel	31
2.5 Hipotesis.....	32
BAB III METODE PENELITIAN	33
3.1 Jenis Dan Rancangan Penelitian	33
3.2 Lokasi penelitian	34
3.3 Pupulasi Dan Sampel Atau Sasaran Penelitian.....	35
3.3.2 Sampel.....	35
3.4 Variabel dan Definisi Operasional.....	36
3.4.1 Variabel.....	36
3.4.2 Definisi Operasional.....	37
3.5 Instrumen Penelitian.....	38
3.6 Teknik Pengumpulan Data.....	41
3.6.1 Wawancara.....	41
3.6.2 Observasi.....	42
3.6.3 Metode Skala Likert.....	42
3.7 Teknik Analisis Data.....	46
3.7.1 Uji Validitas dan Reliabilitas	46
3.7.2 Uji Efektivitas	47
3.7.5 Uji T	48

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	49
4.1 Deskripsi Penelitian	49
4.1.1 Lokasi Penelitian.....	49
4.1.2 Pelaksanaan Penelitian.....	49
4.2 Temuan dan Hasil Penelitian	50
4.2.1 Profil Motivasi Belajar Siswa MTs Raudlatul Huda.....	50
4.3 Hasil Uji Analisis Statistik.....	54
4.4 Pembahasan Penelitian.....	63
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	68
5.1 Kesimpulan	68
5.2 Saran.....	69
DAFTAR PUSTAKA	70
LAMPIRAN.....	73

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3.1 Distributor Skor Untuk Jawaban Peserta.....	38
3.2 Kisi-Kisi Instrumen.....	39
3.3 Kisi-Kisi Wawancara.....	41
3.4 Kisi-Kisi Angket Skala Likert.....	43
4.1 Kategori Dan Jumlah Responden.....	51
4.2 Nilai Uji Validitas.....	50
4.3 Hasil <i>Pretest</i>	58
4.5 Hasil <i>Posttest</i>	60
4.6 Hasil Peningkatan Siswa.....	61

DAFTAR BAGAN

Bagan	Halaman
2.1 Kerangka Konseptual Penelitian.....	30
4.1 Kategori dan Responden Siswa.....	51
4.2 Diagram Lingkaran Hasil Uji <i>Pretest</i>	59
4.3 Diagram Lingkaran Uji <i>Posttest</i>	60

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
3.1 <i>Design</i> Peneliti <i>One-group Pretest Posttest</i>	34
3.2 Rumus <i>Slovin</i>	35
4.1 Hasil Statistik Uji Reabilitas.....	55
4.2 Hasil Statistik Uji Normalitas.....	56
4.3 Hasil Statistik Uji Homogenitas.....	57
4.4 Hasil Statistik Uji <i>Paired Sample T-test</i>	63

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Surat Kembalian.....	73
2. Instrumen Skala Psikologis (<i>Pretest</i>).....	74
3. Instrumen Skala Psikologis (<i>Posttest</i>)	78
4. Uji Ahli Validasi.....	82
5. Input Data Pretest.....	88
6. Input Data Posttest.....	90
7. Hasil Uji Validitas.....	91
8. Hasil Uji Reabilitas.....	93
9. Hasil Uji Homogenitas.....	94
10. Hasil Uji T-test.....	95
11. Hasil Uji Normalitas.....	96
12. RPL Konseling Kelompok.....	98
13. Laporan Konseling Kelompok.....	119
14. Daftar Hadir Konseling Kelompok.....	126
15. Dokumentasi.....	129