

# EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK STRATEGI *REFRAMING* UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR SISWA KELAS XI DI SMA MUHAMMADIYAH 2 SURABAYA

**Nabilah Dwi Fahriyah**

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya  
[nabilah.20003@mhs.unesa.ac.id](mailto:nabilah.20003@mhs.unesa.ac.id)

**Prof. Dr. Mochamad Nursalim, M.Si.**

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya  
[mochamadnursalim@mhs.unesa.ac.id](mailto:mochamadnursalim@mhs.unesa.ac.id)

## Abstrak

Penelitian ini berawal dari ditemukannya masalah pada peserta didik di SMA Muhammadiyah 2 Surabaya yang memiliki motivasi belajar yang rendah. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui seberapa efektif layanan konseling kelompok strategi *reframing* untuk meningkatkan motivasi belajar siswa kelas XI di SMA Muhammadiyah 2 Surabaya. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif menggunakan desain penelitian *pre-eksperimental one group pretest-posttest design*. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah angket motivasi belajar melalui *google form*. Berdasarkan hasil dari uji *n-gain* adalah 0,58 termasuk kategori sedang karena hasil rata-rata  $< 0,7$ . Dan apabila dilihat *n-gain* persen yang diperoleh rata-rata adalah 58,74% yang artinya tafsirannya cukup efektif karena  $> 56\%$ . Sehingga dapat disimpulkan pula bahwa “layanan konseling kelompok strategi *reframing* efektif untuk meningkatkan motivasi belajar siswa kelas XI di SMA Muhammadiyah 2 Surabaya”.

**Kata Kunci:** Efektif, Konseling Kelompok Strategi Reframing, Motivasi Belajar.

## Abstract

This study originated from the discovery of problems in students at SMA Muhammadiyah 2 Surabaya who have low learning motivation. This study was conducted to determine how effective group counseling services reframing strategy to increase the learning motivation of class XI students at SMA Muhammadiyah 2 Surabaya. This type of research is quantitative using a pre-experimental one group pretest-posttest design research design. The data collection method used is a learning motivation questionnaire through google form. Based on the results of the *n-gain* test, 0.58 is included in the moderate category because the average result is  $< 0.7$ . And when viewed *n-gain* percent obtained the average is 58.74% which means the interpretation is quite effective because  $> 56\%$ . So it can also be concluded that "group counseling services reframing strategy is effective to increase the learning motivation of class XI students at SMA Muhammadiyah 2 Surabaya".

**Keywords:** Effective, Reframing Strategy Group Counseling, Learning Motivation.

## PENDAHULUAN

Motivasi mempunyai pengaruh yang sangat penting dalam proses peningkatan prestasi pendidikan, karena motivasi merupakan faktor internal yang menjadikan seseorang bersemangat dalam belajar. Hamza B. Uno (2007: 23) Motivasi belajar adalah niat ekstrinsik dan intrinsik seseorang dalam proses perubahan tingkah laku berdasarkan indikator prestasi pendidikan. Selain itu Ohno juga menyampaikan bahwa faktor penting munculnya motivasi belajar dapat berupa

keinginan/keinginan untuk dapat mencapai kebutuhan belajar, tujuan dan harapan lainnya. Selain itu, faktor ekstrinsik dapat berupa penerimaan penghargaan, kegiatan pendidikan yang menarik, dan lingkungan belajar yang kondusif. Karena dengan adanya motivasi, siswa dapat menyadari betapa pentingnya belajar bagi kehidupannya di masa depan. Motivasi belajar merupakan suatu penggerak psikologis dalam diri seseorang untuk melakukan kegiatan belajar serta menambah keterampilan dan pengalaman. Motivasi

mendorong dan mengarahkan minat belajar untuk mencapai suatu tujuan.

Motivasi belajar merupakan suatu penggerak dalam diri siswa untuk mencapai kegiatan belajar serta menjadi pedoman kelangsungan kegiatan belajar yang bertujuan untuk mencapai hal-hal yang diinginkan. Winkle dalam Al-Ansuri, (2020). Motivasi belajar adalah apabila terdapat keselarasan antara empat aspek (budaya, keluarga, sekolah dan anak itu sendiri) yang mempengaruhinya. Nilai-nilai budaya dapat menjadi bagian dari kebutuhan pembelajaran dan hendaknya dilaksanakan agar keluarga dan sekolah juga dapat mendukung pembelajaran anak. Mereka akan melihatnya sebagai cara alami untuk menjadi teladan dan diterapkan di keluargadan sekolah.

Winkle (2009: 169), “Motivasi belajar adalah keseluruhan daya penggerak psikologis pada diri siswa yang menimbulkan kegiatan belajar dan memberikan kesinambungan kegiatan belajar serta memberikan arah kegiatan belajar untuk mencapai tujuan.” Pandangan lain mengenai motivasi belajar juga diungkapkan oleh Yamin (2007: 219) yang mengatakan: “Motivasi belajar merupakan suatu penggerak psikologis dalam diri seseorang untuk dapat melakukan kegiatan belajar serta menambah keterampilan dan pengalaman.

Menurut Ridwan (2019:74), motivasi diartikan sebagai energi dalam diri individu yang mendorongnya untuk melakukan latihan yang jelas dengan tujuan yang jelas. Segala sesuatu yang dapat membujuk siswa atau orang belajar disebut inspirasi belajar. Tanpa adanya inspirasi belajar maka siswa tidak akan belajar dan tidak akan mengalami kemajuan dalam belajar. Mendorong berbeda dengan mendorong atau meminta seseorang untuk mengejar sesuatu; Ini adalah keterampilan yang membutuhkan kemampuan berbeda untuk memahami dan mengelola perasaan diri sendiri dan orang lain. Menurut Ridwan (2019:74), belajar adalah segala sesuatu yang dapat memotivasi siswa atau individu untuk belajar, yang disebut dengan motivasi belajar. Tanpa motivasi belajar, siswa tidak akan belajar dan akibatnya tidak akan mencapai keberhasilan dalam belajar. Berhasil atau tidaknya belajar ditentukan oleh tingkat motivasi, dan belajar sulit dicapai tanpa adanya motivasi.

Sedangkan menurut Combray (2016:231), motivasi dalam belajar merupakan dua hal yang saling mempengaruhi. Artinya motivasi tanpa pembelajaran tidak dapat memotivasi siswa di kelas selama proses pembelajaran. Jika manusia ingin mencapai kesuksesan besar dan hasil yang baik, ia harus bekerja keras, tekun, tekun dan pantang menyerah. Proses pembelajaran motivasi merupakan aspek dinamis yang sangat penting. Motivasi merupakan keinginan yang tumbuh dari dalam diri seseorang. Namun seringkali siswa kurang termotivasi bukan karena kemampuannya yang kurang, melainkan karena kurangnya motivasi belajar sehingga tidak berusaha menyalurkan seluruh kemampuannya. Agar siswa dapat mencapai tujuannya, ada tiga hal yang memotivasi hal tersebut: a). Motivasi diawali dengan adanya perubahan energi dalam diri seseorang, b). Motivasi ditandai dengan adanya rangsangan emosional, yang kadang terlihat dan kadang sulit diperhatikan, c). Motivasi ditandai dengan reaksi untuk mencapai tujuan. Siswa akan berusaha sebaik-baiknya apabila mempunyai motivasi yang tinggi untuk mencapai tujuan pembelajaran. Siswa akan belajar dengan giat tanpa adanya paksaan apabila mempunyai motivasi yang tinggi dan diharapkan dapat mencapai hasil yang tinggi.

Dalam proses belajar, motivasi sangatlah penting. Sebab seseorang yang tidak termotivasi untuk belajar tidak akan mampu melakukan kegiatan belajar. Sutrisno (2010:116) mengatakan motivasi dalam kegiatan belajar sangat diperlukan untuk membangkitkan semangat belajar siswa agar kegiatan belajar dapat terlaksana dengan baik dan diharapkan memperoleh hasil belajar yang baik. Siswa yang tidak mempunyai motivasi belajar yang tinggi tidak akan mampu melakukan kegiatan belajar dengan baik, sehingga hasil belajarnya juga akan rendah dan begitu pula sebaliknya.

Faktor-faktor yang paling mempengaruhi dalam individu lebih ditekankan pada faktor intern yang menyangkut faktor fisiologis dan faktor psikologis. Namun hal ini lebih ditekankan pada faktor psikologis, yaitu motivasi sebagai salah satu faktor yang mempengaruhi kegiatan-kegiatan yang dilakukan oleh seseorang.

Berdasarkan hasil wawancara terhadap guru Bimbingan dan Konseling di SMA Muhammadiyah 2 Surabaya pada bulan November

2023, diperoleh informasi bahwa di setiap kelas XI sekurang-kurangnya terdapat 5 – 10 siswa yang terindikasi memiliki motivasi belajar yang rendah. Motivasi belajar yang rendah ditemukan seperti memiliki pikiran bahwa belajar itu tidak penting dan tidak ada persepsi pada diri sendiri untuk belajar. Yang kemudian penyebab tersebut berdampak terhadap kegiatan-kegiatan siswa didalam mengikuti pelajaran di kelas menjadi acuh tak acuh terhadap pelajaran. Tentunya tindakan tersebut sesuai dengan pernyataan Sardiman (2007:58) yang mengatakan bahwa seseorang akan mencapai tujuan yang baik jika terdapat motivasi yang tidak tepat maka siswa tersebut mempunyai pikiran yang salah kemudian berlanjut ke tingkah laku yang salah juga.

Belum ada penanganan khusus yang telah dilakukan oleh guru Bimbingan dan Konseling di SMA Muhammadiyah 2 Surabaya. Jika ada kelas yang mayoritas siswanya memiliki motivasi belajar yang rendah, Guru Bimbingan dan Konseling masuk ke kelas tersebut hanya memberikan sebuah motivasi. Dan penanganan tersebut tidak efektif. Dari pernyataan tersebut, seharusnya suatu permasalahan tidak terjadi, karena salah satu tugas perkembangan remaja adalah belajar dan mampu mengaktualisasi diri dengan seoptimal mungkin. Sesuai dengan tujuan pemberian layanan bimbingan dan konseling bahwa melalui kegiatan layanan bimbingan dan konseling diharapkan dapat membantu individu menyelesaikan permasalahan yang dihadapi sehingga siswa dapat mencapai perkembangan yang seoptimal mungkin. Selain permasalahan ini menarik untuk diteliti karena suatu kelompok yang mempunyai motivasi akan lebih berhasil ketimbang kelompok yang tidak mempunyai motivasi (Hamalik, 2010:179) dengan pernyataan tersebut maka sekelompok siswa yang tidak mempunyai motivasi mengikuti pelajaran yang tinggi ini berkemungkinan akan gagal jika tidak segera di bantu. Oleh karena itu kegiatan layanan bimbingan dan konseling menjadi salah satu jalan untuk menangani masalah rendahnya motivasi belajar siswa.

Menurut Winkel (2006:592) melalui layanan konseling kelompok siswa dapat mengembangkan kemampuan berkomunikasi satu sama lain. Dengan berinteraksinya satu dengan lainnya, para anggota membentuk hubungan yang

bersifat membantu yang memungkinkan dapat mengembangkan pemahaman, tilikan, dan kesadaran terhadap dirinya. Menurut pendapat Shertzer dan Stone (dalam Nursalim & Suradi, 2002:72) bahwa konseling kelompok merupakan suatu proses dimana seseorang konselor terlibat didalam suatu hubungan dengan sejumlah konseli pada waktu yang sama bertujuan untuk membantu siswa dalam memecahkan suatu masalah. Konseling kelompok mempunyai empat tahapan, yaitu (1) tahap pembukaan, (2) tahap peralihan, (3) tahap kegiatan, (4) tahap pengakhiran.

Layanan konseling kelompok ini dikombinasikan dengan menggunakan strategi konseling yaitu Reframing. Alasan memilih strategi reframing karena salah satu strategi dalam konseling yang merupakan pendekatan kognitif perilaku untuk merubah susunan (reframing) persepsi individu terhadap suatu kejadian sehingga akan merubah makna yang dipahami. Strategi reframing digunakan untuk membantu individu yang ingin mengubah atau menyusun kembali persepsi atau cara pandang terhadap suatu kejadian. Sesuai dengan tujuannya yaitu untuk membedakan keyakinan irasional atau pernyataan negative, maka strategi reframing merupakan strategi yang efektif untuk membantu siswa meningkatkan motivasinya.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, dikarenakan dalam penafsiran data hasil penelitian disajikan kedalam bentuk angka, perhitungan, dan nilai deterministic dari data numeric untuk menentukan besaran suatu fenomena yang nantinya akan dibandingkan (Nurlan, 2019). Tujuan dari pendekatan kuantitatif adalah untuk menggeneralisasikan temuan sehingga dapat digunakan untuk memprediksi hal yang sama untuk populasi lain. Pendekatan penelitian ini juga digunakan untuk menjelaskan hubungan kasual antara variabel yang diteliti (Ma'ruf, 2015).

Penelitian ini menggunakan desain penelitian pre- eksperimental one group pretest-posttest design. Melalui desain tersebut akan diperoleh gambaran hasil perlakuan yang lebih akurat karena dapat dibandingkan dengan sebelum menerima perlakuan dan sesudah menerima

perlakuan. Keberhasilan *treatment* ditentukan dengan membandingkan skor *pre-test* dan *post-test*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Sajian Data *Pre-Test*

Pengukuran awal (*Pre-test*) merupakan suatu pengukuran yang dilakukan sebelum diberikan perlakuan atau *treatment* terhadap subyek penelitian atau eksperimen. Proses pengukuran awal (*Pre-test*) memiliki tujuan yaitu untuk mengetahui kondisi awal dari subyek terkait. *Pre-test* diberikan kepada siswa kelas 11.9, 11.11, 11.12 dengan jumlah siswa-siswi yaitu 56 orang. *Pre-test* dilaksanakan pada tanggal 1 April 2024 dengan menyebarkan angket motivasi belajar siswa terdiri dari 27 butir item pernyataan, angket tersebut telah melalui uji validasi dan uji reabilitas dengan jumlah awal yaitu 40 item pernyataan menjadi 27 butir item pernyataan sebelum dibagikan kepada siswa-siswi kelas 11.9, 11.11, 11.12. Dari hasil pengukuran tersebut, kemudian skor motivasi belajar siswa dikategorikan kedalam tiga kategori yaitu tinggi, sedang, rendah. Untuk mengkategorikan data tersebut perlu diketahui *mean* dan *standar deviasi*.

Sehingga diperoleh hasil sebagai berikut:

- Kategori tinggi =  $M + 1SD$  ke atas  
= 91
- Kategori sedang =  $M - 1SD \leq X < M + 1SD$   
= 83 sampai 91
- Kategori rendah =  $X < M - 1SD$   
= 83 ke bawah

Dari hasil pengkategorian tersebut dapat diketahui bahwa yang diberikan konseling kelompok strategi *reframing* berjumlah 8 siswa yang terdiri dari NA, VZ, NA, AA, MI, HR, MR, BP. Selanjutnya 8 siswa tersebut akan mengikuti konseling kelompok strategi *reframing* selama 6 kali pertemuan.

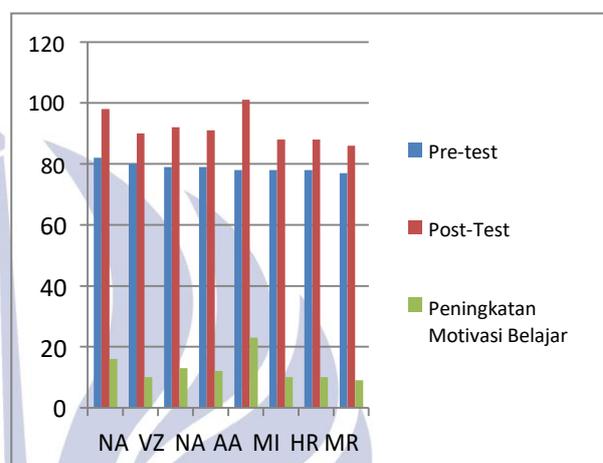
### Sajian Data *Post-Test*

Setelah 8 siswa diberikan perlakuan yaitu konseling kelompok strategi *reframing* selama 6 kali pertemuan. Selanjutnya siswa diberikan *post-test* dengan tujuan untuk mengetahui perubahan setelah diberikan perlakuan. Adapun hasil tingkatan dari kedelapan siswa yang mengikuti konseling kelompok strategi *reframing* sebelum diberikan perlakuan (*pre-test*) dan sudah diberikan perlakuan (*post-test*).

No.	Nama Konseli	Hasil <i>Pre-Test</i>	Kriteria	Hasil <i>Post-Test</i>	Kriteria
1.	NA	82	Rendah	98	Tinggi

2.	VZ	80	Rendah	90	Sedang
3.	NA	79	Rendah	92	Tinggi
4.	AA	79	Rendah	91	Tinggi
5.	MI	78	Rendah	101	Tinggi
6.	HR	78	Rendah	88	Sedang
7.	MR	78	Rendah	88	Sedang
8.	BP	77	Rendah	86	Sedang

Berdasarkan tabel di atas, maka perbandingan hasil *pre-test* dan *post-test* pada masing-masing subyek dapat dilihat melalui diagram sebagai berikut:



### Hasil *Pre-Test* dan *Post-Test*

Berdasarkan hasil data dari tabel dan juga grafik di atas, maka dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan skor antara sebelum dan sesudah dilakukannya konseling kelompok strategi *reframing*. Rata-rata hasil skor dari *pre-test* adalah 79. Sedangkan rata-rata *post-test* yang diperoleh setelah melakukan perlakuan konseling kelompok strategi *reframing* adalah 92. Rata-rata hasil skor yang mengalami kenaikan setelah diberikan perlakuan konseling kelompok strategi *reframing* sebesar 13.

### Analisis Hasil Penelitian

Dasar pengambilan keputusan menggunakan uji *n-gain* dengan bantuan *SPSS Statistic 20 For Windows*:

Tabel Hasil Uji *N-gain*

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviasi

					on
ng ai n_s c ore ng ai n_ Pe rse n Val id N (lis t wi se )	8	.38	1.00	.5874	.22070
	8	37.50	100.00	58.74 03	22.0697 2
	8				

Dari hasil tabel di atas, kategori yang didapat oleh *n-gain score* adalah 0,58 termasuk kategori sedang karena hasil rata-rata < 0,7. Dan apabila dilihat *n-gain* persen yang diperoleh rata-rata adalah 58,74% yang artinya tafsirannya cukup efektif karena >56 %.

#### Analisis Individu

##### a. Subjek NA

Subjek NA memiliki skor *pre-test* 82 dan *post-test* 98. Hal tersebut menunjukkan bahwa NA mengalami peningkatan skor dari *pre-test* ke *post-test* sebesar 16. NA mengakui bahwa dia malas belajar dan tidak mempunyai motivasi belajar. Dan dia beranggapan bahwa kesulitan dalam belajar adalah hal yang biasa saja. Hal itu yang menyebabkan dia menjadi malas belajar. Tetapi NA beranggapan bahwa dia akan merasa tersisihkan apabila dia merasa kesulitan belajar. NA mengubah persepsi belajar adalah hal yang biasa saja menjadi kewajiban semua pelajar adalah belajar. Dia akan berupaya untuk memulai belajar dengan mata pelajaran yang disukai agar menjadi kebiasaan untuk terus belajar.

##### b. Subjek VZ

Subjek VZ memiliki skor *pre-test* 80 dan *post-test* 90. Hal tersebut menunjukkan bahwa VZ mengalami peningkatan skor sebesar 10. Subjek VZ merasa belajar merupakan hal yang membuat dia bosan dan tidak penting VZ jugaberanggapan bahwa belajar sangat merepotkan. Dia lebih mementingkan untuk melakukan hal lain seperti bermain game. Dia juga mengakui bahwa mendapatkan nilai jelek

adalah hal yang biasa saja. Dan dia belum ada pandangan atau rencana setelah lulus nanti. VZ mengubah persepsinya menjadi belajar adalah sesuatu hal yang sangat dibutuhkan. Dia membuat jadwal sehari-hari untuk mengurangi bermain hp, yang biasanya sehari bisa bermain game selama 4 jam dikurangi menjadi 2 jam sehari. Tujuan pembuatan jadwal ini agar tidak lupa untuk belajar dan mengurangi kecanduan bermain game.

##### c. Subjek NA

Subjek NA memiliki skor *pre-test* 79 dan *post-test* 92. Hal tersebut menunjukkan bahwa NA mengalami peningkatan skor dari *pre-test* ke *post-test* sebesar 13. Subjek NA merasa terbebani apabila belajar, karena merasa hal yang dilakukan membuang waktu dan juga dia mengakui bahwa dia adalah orang yang malas. Alasan NA tidak belajar dan menganggap belajar adalah beban karena NA merasa jika di sekolah dia sudah paham dengan materi pembelajaran.

Jadi di rumah dia beristirahat dan bermain gadget karena gadget lah dia jadi tak kenal waktu sehingga ia tidak belajar. Na juga beranggapan bahwa belajar adalah hal yang mengganggu atau memotong waktunya untuk istirahat. NA mengubah persepsinya dengan menjadikan meluangkan waktu untuk belajar bukan hal yang mengganggu waktunya istirahat. Waktu untuk belajar dan istirahat bisa dibagi sesuai dengan kebutuhan. NA mencoba untuk memaksakan dirinya terlebih dahulu untuk belajar. Setelah itu, mencari gaya belajar yang cocok untuk dirinya.

##### d. Subjek AA

Subjek AA memiliki skor *pre-test* 79 dan *post-test* 91. Hal tersebut menunjukkan bahwa AA mengalami peningkatan skor dari *pre-test* ke *post-test* sebesar 12. Subjek AA mengakui bahwa dia orang yang malas dan terlalu menyepelkan belajar. Dia juga merasa kesulitan untuk mengingat materi walaupun sudah belajar. Dia juga mengakui bahwa dia malas belajar karena orang tuanya selalu menyuruh belajar tetapi tidak mendampingi atau memberikan pengajaran pada AA saat belajar. AA merasa bosan dan tidak bisa belajar sendirian saat di rumah. AA juga beranggapan bahwa sekolah terlalu banyak memberikan kisi-kisi pada setiap bab pelajaran tetapi tidak muncul di soal ujian. AA akan menganggap bahwa orang tuanya menyuruh dia belajar karena orang tuanya sayang padanya karena selalu mengingatkan anaknya untuk belajar. AA akan berusaha tetap belajar setiap harinya walaupun hanya sebentar karena AA menyadari bahwa belajar itu sangat penting. AA akan membuat rangkuman materi pembelajaran agar mudah untuk mengingat materi pembelajaran.

##### e. Subjek MI

Subjek MI memiliki skor *pre-test* 78 dan *post-test* 101. Hal tersebut menunjukkan bahwa MI mengalami peningkatan skor dari *pre-test* ke *post-test* sebesar 23. Subjek MI merasa bahwa dia malas dan lebih suka belajar bersama temanteman. Tetapi saat saya belajar bersama teman-teman saya mudah terganggu ke hal-hal lain akhirnya tidak fokus untuk belajar. Dia juga beranggapan bahwa setiap orang memiliki kesibukan yang berbeda-beda jadi tidak diharuskan untuk belajar.

MI merubah persepsinya dalam belajar adalah kebutuhan setiap individu. Tidak perlu menunggu teman untuk belajar. MI sadar bahwa orang tuanya tela mengeluarkan banyak biaya untuk dia bersekolah. Dia akan membiasakan belajar dengan membaca buku pelajaran saat di rumah.

f. Subjek HR

Subjek HR memiliki skor *pre-test* 78 dan *post-test* 88. Hal tersebut menunjukkan bahwa HR mengalami peningkatan skor dari *pre-test* ke *post-test* sebesar 10. Subjek HR mengakui bahwa dia merasa malas untuk belajar dan kurang motivasi untuk diri sendiri. Dia juga merasa bahwa dia suka terbawa arus oleh teman-temannya apabila temannya rajin belajar dia akan rajin belajar tetapi kalau temantemannya malas dia juga ikut malas untuk belajar. Dia bercerita bahwa dia tidak suka terlalu ditekan atau terlalu sering diingatkan untuk belajar karena dia punya cara tersendiri untuk belajar dan waktu yang nyaman baginya untuk belajar hanya pada malam hari. HR akan menyadari bahwa seseorang yang mengingatkan dia untuk belajar adalah orang yang peduli padanya. HR menyukai kebebasan dalam belajar, dia tidak disuka dikekang. Maka dari itu, HR membuat jadwal sendiri kapan dia akan belajar dan berusaha untuk belajar setiap harinya sebelum disuruh oleh orang tuanya. Dia memilih belajar sambil melihat youtube sesuai dengan materi pembelajaran yang dia terima di sekolah.

g. Subjek MR

Subjek MR memiliki *pre-test* 78 dan *post-test* 88. Hal tersebut menunjukkan bahwa MR mengalami peningkatan skor dari *pre-test* ke *post-test* sebesar 10. Subjek MR Merasa dia malas belajar. Penyebab dia malas belajar adalah karena selalu ada teman yang mengajaknya untuk bermain. Dan dia juga beranggapan bahwa biasa saja apabila tidak belajar sama sekali karena belajar adalah hal yang membosankan.

MR menyadari bahwa belajar adalah tugas utama seorang pelajar dan bukan untuk menyepelkan. MR akan berusaha tegas apabila ketika dia diajak temannya untuk bermain tetapi waktunya belajar. MR akan berusaha untuk konsisten dan tidak mudah terbawa oleh temannya.

h. Subjek BP

Subjek BP memiliki skor *pre-test* 77 dan *post-test* 86. Hal tersebut menunjukkan bahwa BP mengalami peningkatan skor dari *pre-test* ke *post-test* sebesar 9. Subjek BP merasa malas belajar dan kurang semangat untuk belajar. BP sering pulang malam karena dia bantu untuk melatih bulutangkis dan bantu orang tua untuk jualan. akhirnya di sekolah dia tidak ada semangat untuk belajar dan sering tertidur di kelas. Saat jam istirahat di sekolah dia menggunakan waktunya untuk tidur tetapi seringkali dia ketiduran sampai jam masuk pelajaran dan 77 sering ditegur oleh guru.

BP menyadari bahwa belajar itu penting dan bukan lagi untuk tidur di kelas. BP akan memberi tau orang tuanya untuk tidak terlalu pulang larut malam agar bisa tidur secara teratur. Agar di sekolah tidak ketiduran dan dapat fokus untuk belajar.

### Pembahasan Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan untuk melihat efektivitas konseling kelompok strategi *reframing* untuk meningkatkan motivasi belajar siswa kelas XI di SMA Muhammadiyah 2 Surabaya tahun pelajaran 2024/2025 terdapat peserta didik yang memiliki motivasi belajar yang rendah. Dibalik motivasi belajar yang rendah terdapat persepsi negatif terhadap belajar.

Hasil nilai skor *pre-test* pada kategori rendah dikarenakan tidak adanya motivasi dalam belajar jika dibiarkan maka akan dapat menghambat proses konseling bagi peserta didik tersebut, karena faktor yang menunjang keberhasilan memecahkan masalah adalah minat peserta didik untuk mengubah persepsi negatif selama proses konseling. Untuk meningkatkan motivasi pada kedelapan siswa tersebut diberikan perlakuan konseling kelompok sebanyak 6 kali pertemuan dan 6 kali sesi konseling, dan juga peserta didik diberikan *pre-test* sebelum dilakukan perlakuan dan *post-test* setelah diberi perlakuan.

Peneliti juga menggunakan strategi *reframing* guna untuk merasionalkan pikiran-pikiran negatif peserta didik yang mengakibatkan memiliki motivasi belajar yang rendah, agar penulis mengetahui efektivitas layanan konseling kelompok dengan strategi *reframing* untuk meningkatkan motivasi belajar ini hasilnya mendapatkan perubahan yang signifikan. Diperkuat dengan pendapat Nursalim (2022) bahwa *reframing* adalah upaya untuk membingkai ulang kejadian mengubah dan menyusun kembali persepsi konseli.

Diperkuat dengan pendapat oleh Mahfudh (2020) bahwa konseling kelompok strategi *reframing* dapat meningkatkan motivasi belajar siswa jika dilihat dari meningkatnya perubahan yang signifikan skor *pre-test*

dibandingkan dengan skor *post-test*. Peningkatan motivasi belajar terjadi dikarenakan mengubah persepsi negatif selama proses konseling dengan menggunakan strategi *reframing*.

Secara individual peningkatan motivasi cukup beragam. NA yang awalnya mendapat skor 82 kategori rendah menjadi 98 termasuk kategori tinggi. VZ yang awalnya 80 menjadi 90 termasuk kategori sedang. NA mendapatkan skor 79 menjadi 92 termasuk kategori tinggi. AA mendapatkan skor 79 menjadi 91 kategori tinggi. MI dari skor 78 menjadi 101. HR dari skor 78 menjadi 88. MR yang awalnya mendapat 78 kategori rendah menjadi 88 termasuk kategori sedang.

Peningkatan motivasi berbeda-beda dikarenakan ukuran sukses untuk tiap individu berbeda-beda sehingga motivasi yang dibutuhkan oleh tiap individu pun berbeda-beda. Dan didukung oleh (Riyadi 2019), tiap individu mempunyai latar belakang dan sikap yang berbeda-beda terhadap rangsangan yang ada, sehingga motivasi yang muncul pada tiap individu pun berbeda-beda.

Oleh karena itu dapat dikatakan bahwa konseling kelompok dengan strategi *reframing* efektif dalam meningkatkan motivasi belajar siswa kelas XI di SMA Muhammadiyah 2 Surabaya.

## PENUTUP

### Simpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian yang dilaksanakan oleh peneliti terhadap peserta didik kelas XI di SMA Muhammadiyah 2 Surabaya diperoleh kesimpulan bahwa layanan konseling kelompok dengan strategi *reframing* cukup efektif untuk meningkatkan motivasi belajar siswa. Hal ini ditunjukkan dari skor rata-rata *pre-test* sebesar 79 meningkat menjadi 91 pada skor *post-test*, dengan gain score 58,74%. Berdasarkan hasil output yang didapat oleh *n-gain score* adalah 0,58 termasuk kategori sedang karena hasil rata-rata  $< 0,7$ . Apabila dilihat *n-gain* persen yang diperoleh rata-rata adalah 58,74% yang artinya tafsirannya cukup efektif karena  $> 56\%$ . Sehingga dapat disimpulkan pula bahwa “layanan konseling kelompok strategi *reframing* efektif untuk meningkatkan motivasi belajar siswa kelas XI di SMA Muhammadiyah 2 Surabaya”.

### Saran

Berdasarkan dari hasil pembahasan, penulis memberikan saran kepada beberapa pihak diantaranya :

1. Peserta didik agar dapat mengetahui seberapa pentingnya motivasi belajar mempengaruhi proses dan hasil belajarnya serta dapat mengubah sudut pandang negatif yang mengakibatkan peserta didik memiliki motivasi belajar yang rendah guna terlaksana layanan konseling yang sukarela serta efektif.
2. Guru Bimbingan dan Konseling agar dapat melaksanakan program layanan konseling secara optimal guna untuk mengubah sudut pandang negatif peserta didik yang mempengaruhi motivasi belajarnya, serta dalam proses konseling, guru BK dapat menerapkan strategi yang sesuai dengan masalah peserta didik untuk dapat mengatasi permasalahan peserta didik.
3. Kepada peneliti lain yang akan melakukan penelitian tentang motivasi belajar siswa perlu melakukan konseling individu untuk menggali lebih dalam terhadap peserta didik yang memiliki motivasi belajar yang rendah.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, Ma'ruf, (2015). *Metodologi Penelitian Kuantitatif. Untuk Ekonomi, Manajemen, Komunikasi, dan Ilmu Sosial lainnya*. Cetakan 1. Penerbit Aswaja, Yogyakarta.
- Abdullah Sani, Ridwan. 2019. *Strategi Belajar Mengajar*. Depok: Rajawali Pers.
- Oemar Hamalik. 2004. *Psikologi Belajar dan Mengajar*. Bandung: Sinar Baru Algensindo.
- Hamzah B. Uno, M.Pd. 2007. *Teori Motivasi Dan Pengukuran Analisis Di Bilang Pendidikan*. PT Bumi Aksara.
- Mahfudh, H. (2020). *Pengaruh Konseling Kelompok Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy dengan Teknik Reframing Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar di Sekolah (Penelitian pada Siswa Kelas VIII A SMP Negeri 1 Kaloran, Temanggung)* (Doctoral dissertation, Skripsi, Universitas Muhammadiyah Magelang).
- Nurlan, Fauziah. 2019. *Buku Ajar Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Kota Semarang. Pilar Nusantara.

Nursalim, Mochammad. 2013. *Strategi dan Internalvensi Konseling*. Jakarta: Akademi Permata

Silfia, A., Riyadi, S., & Razi, P. (2019). *Hubungan tingkat pengetahuan dengan perilaku pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut murid sekolah dasar*. *Jurnal Kesehatan Gigi*, 6(1), 45-50.

Sutrisno, Edy. 2010. *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Jakarta: Prenada Media Group.

W.S. Winkel, 2009, *Psikologi Pendidikan dan Evaluasi Belajar*. Jakarta Gramedia.

