



## Layanan Konseling Realita Berbasis Konsep Diri Untuk Meningkatkan Motivasi Siswa Dalam Mengikuti BDR

Sri Narti ✉

SMA Negeri 8 Purworejo

Jl. Grabag Purwodadi km 1, Roworejo, Grabag, Purworejo, 54265, Jawa Tengah

| [sri\\_narti@gmail.com](mailto:sri_narti@gmail.com) ✉ | DOI : <https://doi.org/10.37729/abdimas.v5i4.1465> |

### Abstrak

Motivasi belajar perlu ditekankan kepada peserta didik dalam mengikuti pembelajaran di sekolah. Fenomena yang terjadi di SMA Negeri 8 Purworejo sebagian peserta didik memiliki motivasi yang relatif rendah dalam mengikuti BDR. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk mengatasi permasalahan tersebut yaitu dengan melakukan tindakan konseling realita berbasis konsep diri untuk meningkatkan motivasi peserta didik dalam mengikuti BDR di SMA Negeri 8 Purworejo. Metode yang digunakan adalah tindakan kelas dengan subyek peserta didik SMA Negeri 8 Purworejo. Berdasarkan hasil kajian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa layanan konseling realita berbasis konsep diri dapat meningkatkan motivasi peserta didik meskipun beberapa peserta didik yang mempunyai latar belakang perhatian dari orang tua dan keluarga memperoleh hasil yang kurang optimal sehingga perlu diberikan tindakan dengan pendekatan yang lain.

**Kata Kunci:** *Konseling, Realita, Konsep diri, Motivasi, BDR*



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

## 1. Pendahuluan

Salah satu faktor untuk mencapai prestasi belajar yang optimal adalah adanya motivasi belajar yang timbul dari dalam diri peserta didik. Motivasi merupakan faktor yang sangat penting karena motivasi merupakan kekuatan yang mendorong peserta didik untuk melakukan belajar (Cahyani *et al.*, 2020). Persoalan mengenai motivasi belajar adalah bagaimana menumbuhkan motivasi pada peserta didik, karena dalam kegiatan belajar setiap peserta didik memiliki motivasi belajar dengan tingkatan yang berbeda. Perbedaan motivasi belajar yang dimiliki peserta didik dapat dilihat berdasarkan tingkat kehadiran peserta didik dalam kegiatan belajar mengajar dan keaktifan peserta didik dalam mengikuti kegiatan pembelajaran. Dengan adanya motivasi belajar yang kuat dalam diri peserta didik dapat mendorong peserta didik untuk lebih semangat dalam belajar sehingga peserta didik dapat lebih mudah menguasai materi pembelajaran. Hal-hal yang menjadi indikator bahwa peserta didik memiliki motivasi belajar dapat dilihat dari kehadirannya dalam kegiatan belajar mengajar, keaktifan dalam mengikuti kegiatan pembelajaran, sesuai tanggung jawabnya dalam mengerjakan segala tugas yang diberikan guru.

Pandemi Covid-19 telah mengubah praktik dan kebiasaan belajar, tidak hanya di Indonesia namun di seluruh dunia. Pembelajaran yang biasanya dilakukan di satuan pendidikan kemudian berpindah menjadi belajar dari rumah (BDR) (Robandi & Mudjiran, 2020; Suryaningsih, 2020). Guru dan peserta didik terlibat dalam pembelajaran

jarak jauh yang menghadirkan beberapa tantangan mulai dari ketersediaan peralatan digital dan jaringan internet, kondisi psikososial peserta didik maupun guru, juga rendahnya keterlibatan orang tua/ wali peserta didik dalam pembelajaran.

Meski beragam kondisinya, hampir semua peserta didik, guru, dan orang tua mengalami pengalaman belajar berbeda yang membutuhkan waktu untuk adaptasi. Meski telah banyak kebijakan dan program untuk mengatasi dampak pandemi Covid-19, perubahan pola pembelajaran yang begitu drastis berisiko menyebabkan penurunan kualitas pembelajaran dan motivasi peserta didik (Juliya & Herlambang, 2021). Kualitas pembelajaran merupakan kunci dari hasil belajar peserta didik. Apabila kualitas belajar menurun, maka hasil belajar peserta didikpun cenderung menurun (*learning loss*) yang disebabkan oleh motivasi yang rendah dalam mengikuti BDR. Pola pembelajaran yang selama ini dilakukan oleh guru dan peserta didik secara tatap muka di dalam kelas harus berubah dan digantikan dengan cara bertemu secara virtual di dalam jaringan (*daring*), di mana keadaan ini memberikan efek terhadap penurunan motivasi peserta didik lebih-lebih bagi peserta didik yang tidak memiliki konsep diri yang positif, hal ini disebabkan juga karena tidak terjadi sentuhan psikologis secara langsung dari pendidik kepada peserta didik. Hal tersebut senada dengan hasil kajian (Cahyani *et al.*, 2020) yang mengemukakan ragam respon dan motivasi mengikuti pembelajaran dimasa pandemi.

Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi melalui Surat Edaran Nomor 15 Tahun 2020 tentang Pedoman Penyelenggaraan Belajar dari Rumah dalam Masa Darurat Penyebaran Covid-19 diperkuat dengan SE Sekjen nomor 15 tahun 2020 tentang Pedoman Pelaksanaan Belajar Dari Rumah (BDR) selama darurat Covid-19, menjelaskan bahwa BDR melalui PJJ dapat dilaksanakan secara *daring* maupun *luring* sesuai dengan pedoman BDR. Dalam surat edaran ini juga disebutkan tujuan dari pelaksanaan BDR tersebut adalah memastikan pemenuhan hak peserta didik untuk mendapatkan layanan pendidikan selama darurat Covid-19, melindungi warga satuan pendidikan dari dampak pandemi Covid-19, mencegah penyebaran dan penularan Covid-19 di satuan pendidikan dan memastikan pemenuhan dukungan psikososial bagi pendidik, peserta didik, dan orang tua.

Berdasarkan penelitian terdahulu oleh (Hardianti, 2018; Hasanah, 2020; Sulistiya & Jumailiyah, 2020) tentang pendekatan konseling realita dalam mengubah konsep diri negatif peserta didik *broken home* menunjukkan bahwa konseling individual dengan pendekatan realita efektif dalam mengubah konsep diri negatif peserta didik *broken home* dengan hasil penelitian yang diperoleh ini maka hipotesis dalam penelitian ini diterima dan menunjukkan sebagai sumbangan efektif. Hal ini didorong adanya motivasi dapat diartikan sebagai kekuatan (energi) seseorang yang dapat menimbulkan tingkat persistensi dan antusiasmenya dalam melaksanakan suatu kegiatan, baik yang bersumber dari dalam diri individu itu sendiri (motivasi intrinsik) maupun dari luar individu (motivasi ekstrinsik) (Aina *et al.*, 2021; Anggraini, 2016). Seberapa kuat motivasi yang dimiliki individu akan banyak menentukan terhadap kualitas perilaku yang ditampilkannya, baik dalam konteks belajar, bekerja maupun dalam kehidupan lainnya. Motivasi yang diharapkan tumbuh dalam diri peserta didik adalah yang berasal dari dalam diri peserta didik yang bersangkutan karena motivasi seperti ini akan lebih kuat dan lebih tahan lama mendorong peserta didik melakukan kegiatan belajar namun motivasi yang berasal dari luar diri peserta didikpun juga diperlukan.

Tujuan BDR adalah untuk memberikan pengalaman belajar yang bermakna bagi peserta didik, difokuskan pada pendidikan kecakapan hidup, aktifitas, dan tugas pembelajaran yang bervariasi. Secara rinci pelaksanaan belajar dari rumah melalui pembelajaran jarak jauh selama darurat Covid-19 bertujuan untuk: 1) memastikan

pemenuhan hak peserta didik untuk mendapatkan layanan pendidikan selama darurat Covid-19; 2) melindungi warga satuan pendidikan dari dampak buruk Covid-19; 3) mencegah penyebaran dan penularan Covid-19 di satuan pendidikan; dan 4) memastikan pemenuhan dukungan psikososial bagi pendidik, peserta didik dan orang tua/wali.

Pada dasarnya setiap individu terdorong untuk memenuhi kebutuhan dan keinginannya. Dimana setiap individu menginginkan kebutuhan dasarnya terpenuhi. Ketika individu sudah dapat memenuhi apa yang di inginkan, berarti kebutuhannya terpuaskan. Tetapi, jika keinginannya tidak terpenuhi sesuai dengan realitas kehidupan, maka individu akan tertekan sehingga menimbulkan stres, dan pada akhirnya, timbul perbedaan antara apa yang di inginkan dengan apa yang di peroleh dan membuat individu bermasalah. Konseling realitas mencoba menselaraskan antara apa yang di inginkan individu dengan apa yang terjadi sesuai dengan realitas kehidupan individu tersebut. Menurut Corey (Elmansyah & Sutoyo, 2015) konseling realitas difokuskan pada tingkah laku sekarang dan merupakan bentuk modifikasi perilaku. Hal ini berfungsi agar konseli mampu membantu dirinya dalam menghadapi kenyataan dan memenuhi kebutuhan-kebutuhan dasar tanpa merugikan diri sendiri ataupun orang lain serta berani memikul tanggung jawab atas semua tingkah lakunya (Bariyyah et al., 2018). Glesser dan Zunin (Bariyyah et al., 2018; Bastemur et al., 2016) mengungkapkan bahwa terapis harus memiliki tujuan-tujuan tertentu bagi klien dalam pikirannya. Akan tetapi tujuan-tujuan itu harus diungkapkan dari segi konsep tanggung jawab individual alih-alih dari segi tujuan behavioral karena klien harus menentukan tujuan-tujuan itu bagi dirinya sendiri.

Konseling realitas sangat tepat digunakan untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik karena akan membantu peserta didik merancang tindakan yang realistis dalam mencapai tujuan/ memperoleh pemenuhan kebutuhan meraih prestasi belajar. Menurut Palmer, Ed (Faiqoturizqiah, 2021; Sunarko, 2018) teknik WDEP memberikan kerangka pertanyaan yang diajukan secara luwes dan tidak dimaksudkan hanya sebagai rangkaian langkah sederhana.

Menurut Burns (Hidayati & Farid, 2016) konsep diri merupakan pandangan menyeluruh individu tentang totalitas dari diri sendiri mengenai karakteristik kepribadian, nilai-nilai kehidupan, prinsip kehidupan, moralitas, kelemahan dan segala yang terbentuk dari segala pengalaman dan interaksinya dengan orang lain. Brooks (Dewi & Mugiarto, 2020; Mazaya & Supradewi, 2021) menyatakan bahwa konsep diri adalah pandangan dan perasaan kita tentang diri yang bersifat psikologis, sosial, dan fisik. Jadi konsep diri mempunyai peranan penting dalam menentukan perilaku individu. Perilaku individu akan sesuai dengan cara individu memandang dirinya. Jika ia merasa sebagai orang yang tidak mempunyai cukup kemampuan untuk melakukan suatu tugas, maka seluruh perilakunya akan menunjukkan ketidakmampuan tersebut. Sebaliknya, jika individu merasa memiliki cukup kemampuan untuk melakukan suatu tugas, maka seluruh perilakunya akan menunjukkan kemampuannya tersebut. Sehingga individu dapat memperoleh tingkat kepuasan yang diperoleh dalam hidupnya.

Pola pembelajaran yang berubah dari tatap muka menjadi BDR dapat menyebabkan *learning loss* peserta didik. Selain itu motivasi peserta didik juga menjadi menurun karena secara psikis peserta didik tidak memperoleh sentuhan secara langsung dari pendidik yang mana sentuhan psikis ini sangat berperan dalam menumbuhkan motivasi lebih-lebih bagi peserta didik yang belum terbentuk secara kuat konsep dirinya. Seperti fenomena yang terjadi di SMA Negeri 8 Purworejo terdapat beberapa orang peserta didik yang sangat rendah motivasinya dalam mengikuti BDR dengan berbagai gejala seperti: tidak hadir dalam proses pembelajaran, tidak mengumpulkan tugas, tidak mengikuti penilaian harian, dihubungi guru pengampu tidak merespon, dihubungi wali kelas tidak

merespon, dalam kegiatan penilaian tengah semester atau akhir semester harus mengikuti dengan susulan. Fenomena tersebut dapat menghambat dalam mencapai kualitas belajar disamping itu akan menumbuhkan kebiasaan belajar yang menghambat pencapaian tujuan belajar serta menumbuhkan budaya belajar yang negatif. Berbagai upaya untuk mengatasi fenomena tersebut sudah dilakukan oleh guru pengampu bidang studi, oleh wali kelas dan oleh guru bimbingan konseling dengan berbagai layanan yang diberikan.

Fenomena tersebut diatas bisa menyebabkan peserta didik tidak bisa menyerap ilmu secara optimal maka peserta didik perlu segera ditolong untuk menemukan konsep diri yang positif agar tumbuh motivasi untuk mengikuti BDR. Hal tersebut membuat penulis sebagai kepala sekolah yang berlatar belakang bimbingan konseling merasa sangat perlu untuk merancang tindakan dalam rangka mengatasi fenomena yang terjadi dan belum bisa terselesaikan dengan berbagai daya upaya yang telah dilakukan baik oleh guru pengampu bidang study oleh wali kelas maupun oleh guru bimbingan konseling agar peserta didik segera tertolong dan terentaskan dari permasalahan tersebut. Rancangan tindakan untuk mengatasi permasalahan tersebut yaitu dengan melakukan tindakan konseling realita berbasis konsep diri untuk meningkatkan motivasi peserta didik dalam mengikuti BDR di SMA Negeri 8 Purworejo.

Tujuan dari tindakan kelas diharapkan dapat memperoleh informasi apakah konseling realita berbasis konsep diri dapat meningkatkan Motivasi peserta didik dalam mengikuti kegiatan belajar dari rumah di SMA Negeri 8 Purworejo, mengetahui persentase peningkatan motivasi peserta didik dalam mengikuti kegiatan belajar dari rumah setelah diberi layanan konseling realita berbasis konsep diri. Manfaat yang dapat diambil dari kegiatan tindakan kelas antara lain: dapat menumbuhkan motivasi untuk mengikuti kegiatan belajar dari rumah sehingga hasil belajar lebih optimal. Bagi sekolah memiliki manfaat guna mengetahui konsep untuk meningkatkan motivasi peserta didik dalam mengikuti belajar dari rumah, dan dapat memberikan dukungan bagi guru dalam memberikan layanan konseling realita berbasis konsep diri untuk meningkatkan motivasi peserta didik dalam mengikuti belajar dari rumah.

## 2. Metode

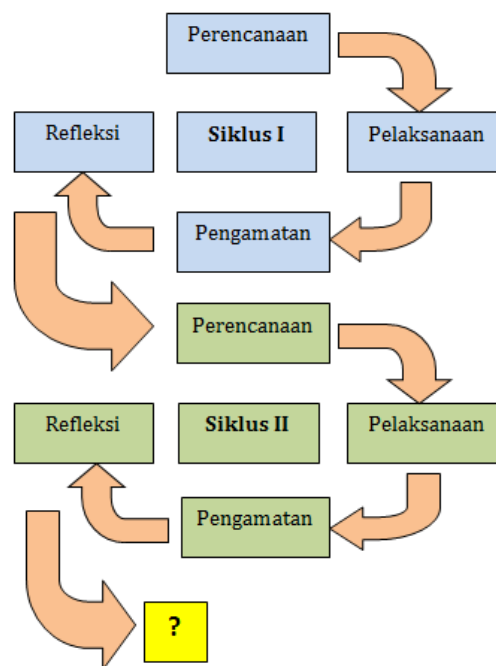
---

Kajian tindakan kelas ini berupaya mendeskripsikan pelaksanaan konseling realita berbasis konsep diri untuk meningkatkan motivasi peserta didik dalam mengikuti belajar dari rumah. Untuk dapat menjawab rumusan masalah dalam kajian ini diperlukan data yang berupa keterangan-keterangan maupun dokumen-dokumen tentang motivasi peserta didik dalam mengikuti kegiatan belajar dari rumah. Ada dua macam data primer yang digunakan untuk merumuskan aktivitas peserta didik dalam mengikuti kegiatan belajar dari rumah yaitu: data hasil isian angket dan data hasil monitoring dokumen laporan kegiatan belajar mengajar. Data diperoleh dari laporan guru mata pelajaran, laporan wali kelas dan juga laporan dari guru bimbingan konseling tentang motivasi peserta didik SMA Negeri 8 Purworejo selama mengikuti proses pembelajaran dari rumah pada semester gasal tahun pelajaran 2020/2021. Sebagai subyek kajian adalah 30 orang peserta didik yang menunjukkan indikator motivasi belajarnya rendah. Untuk memperoleh gambaran kondisi motivasi peserta didik SMA Negeri 8 Purworejo dalam mengikuti kegiatan belajar dari rumah, peneliti mengumpulkan data kondisi peserta didik sebelum dilakukan tindakan maupun setelah dilakukan tindakan. Untuk memperoleh data yang akurat dan lengkap, peneliti melakukan analisis isian angket dari

peserta didik dan melakukan pemantauan dokumen laporan kegiatan proses belajar mengajar yang dilakukan oleh guru mata pelajaran.

Kajian ini menggunakan teknik validasi data secara teoretik, khususnya validasi konten (isi) agar data yang diperoleh dapat dipercaya. Untuk mencapai validitas teoretik/konten tersebut peneliti menggunakan instrumen yang disusun secara sistematis dan dijabarkan berdasarkan kisi-kisi yang mencerminkan variabel yang diteliti. Variabel yang diteliti adalah tingkat motivasi peserta didik dalam mengikuti kegiatan belajar dari rumah yang diperoleh dari peserta didik yang bersangkutan melalui pengisian angket dan dari guru mata pelajaran melalui laporan setiap bulan. Dengan demikian, instrumen tersebut akan mampu menjangkau data yang valid.

Prosedur kegiatan tindakan kelas dilaksanakan dalam dua siklus, masing-masing terdiri atas empat tahap, yaitu (a) perencanaan, (b) tindakan, (c) Pengamatan, dan (d) refleksi; sebagaimana disajikan pada [Gambar 1](#).



**Gambar 1.** Siklus *classroom action research*

### 3. Hasil dan Pembahasan

Fokus dalam kegiatan tindakan ini yaitu peserta didik yang tidak aktif kehadirannya dalam kegiatan belajar dari rumah di SMA Negeri 8 Purworejo tahun ajaran 2020/2021 semester genap, untuk meningkatkan motivasi dalam mengikuti kegiatan belajar dari rumah. Untuk mempermudah dan memperjelas penjabarannya, peneliti akan menguraikan proses penelitian mulai dari seleksi subyek, gambaran kondisi subyek sebelum memperoleh tindakan, dan proses pemberian tindakan atau siklus tindakan yang meliputi perencanaan (*planning*), tindakan (*action*), pengamatan (*observation*) dan refleksi (*reflection*), dan progres hasil penelitian dari pra siklus setelah tindakan siklus I dan setelah tindakan siklus II.

Sebelum melakukan konseling peneliti terlebih dahulu melakukan identifikasi dengan mengumpulkan informasi dari berbagai sumber dan berbagai data, dalam hal ini yang terkait adalah guru bimbingan konseling, guru mata pelajaran dan dimintai data peserta didik yang tidak aktif dalam kegiatan pembelajaran dari rumah. Dari hasil informasi tersebut peneliti mendapat 30 peserta didik yang tidak aktif dalam kehadirannya pada kegiatan belajar dari rumah.

### 3.1. Siklus I

#### Perencanaan (*Planning*)

Sebelum memulai melakukan tindakan, peneliti terlebih dahulu membuat suatu perencanaan agar tindakan yang dilakukan dapat berjalan dengan baik dan sesuai dengan prosedur. Rancangan perencanaan dalam siklus I meliputi tindakan yang dilakukan yaitu melakukan konseling individu dengan menggunakan pendekatan realita. Peneliti memilih menggunakan konseling realita karena tujuan dari konseling realita sama dengan tujuan hidup yaitu individu mencapai kehidupan yang sukses sesuai dengan yang diinginkan, untuk itu peserta didik harus bertanggung jawab mencapai kepuasan terhadap kebutuhan yang diinginkan. Oleh karena itu tujuan yang akan dicapai dari pelaksanaan konseling realita ini ialah peserta didik dapat memiliki motivasi belajar sehingga dapat mengikuti kegiatan belajar dari rumah dengan disiplin dan dapat melakukan tugas-tugas yang menjadi tanggungjawabnya.

Peneliti menggunakan pendekatan konseling realita dengan konsep dasar WDEP. Merupakan proses konseling untuk membantu peserta didik melihat kembali kekurangan atau hal-hal yang negatif yang dilakukannya, kemudian membuat pilihan yang tepat tentang tindakan yang akan dilakukannya, dan menjadi lebih mantap dalam bertindak. Setiap huruf dari WDEP mengacu pada kumpulan strategi: W = *wants and needs* (keinginan-keinginan dan kebutuhan-kebutuhan) peneliti membantu peserta didik untuk mengetahui keinginan dan kebutuhannya, D = *direction and doing* (arah dan tindakan) peserta didik menggambarkan arah hidupnya sama seperti apa yang saat ini dilakukan atau bagaimana dia menghabiskan waktu, E = *self evaluation* (evaluasi diri) peneliti membantu peserta didik melakukan evaluasi diri dengan bertanya "apakah aktivitasmu efektif?", dan P = *planning* (perencanaan) peserta didik kemudian membuat perencanaan yang simple dan mudah dilakukan untuk mencapai keinginannya. Konseling realita diawali dengan pengembangan keterlibatan, dan selama proses konseling sampai akhir proses konseling keterlibatan peserta didik dan peneliti harus tetap terjaga.

Tindakan diberikan dalam 4 kali tahapan sesuai dengan prosedur konseling realita, dengan 2 kali pertemuan. Masing-masing peserta didik dalam 1 kali pertemuan menggunakan waktu sekitar 30 sampai dengan 45 menit. Proses konseling dilakukan di ruang Kepala Sekolah SMA N 8 Purworejo, karena sekolah belum memiliki ruang khusus untuk konseling. Hal ini dilakukan agar tidak ada yang mengganggu jalannya konseling dan kerahasiaan masalah peserta didik tetap terjaga seperti ditunjukkan pada [Gambar 2](#). Pengumpulan data peserta didik melalui analisis isian angket, data juga digali melalui analisis dokumentasi laporan kegiatan belajar mengajar dari guru mata pelajaran (sampel memanfaatkan laporan dari guru bahasa Inggris).



**Gambar 2.** Kegiatan konseling

#### *Tindakan (Action) dan Pengamatan (Observation)*

Dalam pelaksanaan tindakan ini, peneliti memerlukan waktu dua kali pertemuan untuk setiap peserta didik. Pada tahapan ini juga dilakukan pengamatan dilakukan selama proses konseling, untuk mengetahui sejauh mana proses konseling berjalan sesuai dengan prosedur dan mengamati perubahan yang terjadi pada peserta didik. Setelah selesai tindakan dilakukan evaluasi dengan menggunakan isian angket oleh peserta didik dalam laporan aktivitas peserta didik dalam mengikuti kegiatan belajar dari rumah. Setelah diberi tindakan siklus I dari hasil isian angket peserta didik menunjukkan bahwa tingkat motivasi belajar peserta didik yang pada kondisi awal semua berada dalam kategori rendah berubah menjadi 28 orang peserta didik berada dalam kategori tinggi dan 2 orang peserta didik masih dalam kategori rendah. 2 orang peserta didik tersebut yang pada pertemuan pertama mengungkapkan bahwa orang tuanya tidak pernah memperhatikan.

Setelah dilakukan tindakan siklus I keaktifan peserta didik dalam mengikuti belajar dari rumah yang pada kondisi awal semua peserta didik (30 Orang) berada dalam kategori rendah berubah menjadi sejumlah 11 orang peserta didik berubah menjadi kategori tinggi dan 19 orang peserta didik tetap dalam kategori rendah namun prosentase motivasi mengikuti kegiatan belajar dari rumah semua meningkat dan ada 2 orang peserta didik yang prosentasenya masih rendah, 2 orang peserta didik tersebut adalah yang mengungkapkan bahwa orang tuanya tidak pernah memperhatikan.

#### *Refleksi (Reflection)*

Pada pertemuan pertama semua peserta didik sudah mau mengungkapkan perasaan yang dialami dan hal-hal yang diinginkan secara lengkap dan terbuka serta menyadari semua tindakan negatif yang telah dilakukan. Masing-masing peserta didik juga memahami keinginannya. Pada pertemuan kedua semua peserta didik sudah dapat mempertimbangkan alternatif- alternatif tindakan dari sisi negatif dan sisi positifnya untuk menyelesaikan masalahnya. Pada setiap pertemuan setiap peserta didik mengikuti kegiatan konseling dengan antusias dan aktif serta menunjukkan sikap senang

berkomunikasi secara langsung dengan peneliti. Kegiatan konseling yang telah dilakukan sudah berjalan cukup baik karena sudah bisa membantu peserta didik memahami perasaannya dan juga harapan-harapannya (keinginannya), menentukan komitmen rencana tindakan serta siap dan semangat akan melakukan tindakan yang direncanakan untuk mengatasi hal-hal negatif yang telah dilakukan yang mengambat dalam mencapaiinginannya.

Dua kali pertemuan dalam siklus I sudah menunjukkan ada peningkatan motivasi belajar namun belum maksimal sehingga perlu dirancang untuk tindakan siklus II agar bisa memperoleh hasil yang maksimal. Hasil refleksi menunjukkan bahwa konseling yang telah dilakukan sudah sesuai dengan prosedur, hanya dalam hasil yang belum maksimal sehingga peneliti memutuskan untuk melakukan konseling kembali dengan membantu peserta didik untuk melakukan evaluasi tindakan yang telah dilakukan untuk kemudian merevisinya atau menyempurnakannya bila belum sesuai dengan kondisinya sehingga belum optimal hasil yang diperoleh. 2 orang peserta didik yang belum mengalami peningkatan maka diberi perhatian khusus pada saat pelaksanaan konseling pada siklus II.

### 3.2. Siklus II

#### Perencanaan (*Planing*)

Pada siklus II ini lebih memfokuskan pada evaluasi tindakan yang telah dilakukan dan komitmen revisi/ penyempurnaan rencana tindakan yang akan dilakukan. Kontrak rencana jadwal pertemuan untuk mendapatkan kesepakatan dari masing-masing peserta didik dilaksanakan 2 kali pertemuan.

#### Tindakan (*Action*)

Siklus II dilakukan dua kali pertemuan sesuai dengan kesepakatan baik waktu maupun tempat yang digunakan. Peneliti membantu peserta didik mengevaluasi tindakan-tindakan (hasil konseling siklus I) yang telah dilakukan yang mendukung pencapaianinginannya atau yang belum mendukung dalam pencapaianinginannya yang berkaitan dengan bidang belajar. Peneliti membantu peserta didik menganalisis perilaku-perilaku yang tepat untuk mencapaiinginannya dalam bidang belajar sehingga meningkatkan motivasi belajarnya. Oleh karena itu, peneliti membantu menganalisis tindakan yang telah dilakukannya. Untuk mengetahui apakah tindakan yang telah dilakukan tepat atau tidak maka peneliti membantu peserta didik untuk mengungkapkan segi negatif dan positifnya dari masing-masing alternatif tindakan yang telah dilakukan. Masing-masing peserta didik mengungkapkan alternatif tindakan yang telah dilakukan sesuai rencana dari hasil tindakan siklus I yang berbeda-beda. Masing-masing peserta didik telah melakukan tindakan yang menjadi komitmen dari hasil konseling pada siklus I dan menyempurnakan rencana tindakan serta membuat komitmen untuk melaksanakan rencana tindakan yang sudah disempurnakan.

#### Hasil Pengamatan (*Observation*)

Pengamatan dilakukan selama proses konseling, untuk mengetahui sejauh mana proses konseling berjalan sesuai dengan prosedur dan mengamati perubahan yang terjadi pada masing-masing peserta didik. Masing-masing peserta didik menyadari belum berhasil melakukan tindakan sesuai dengan rencana secara maksimal dan membuat komitmen akan melakukan tindakan yang direncanakan secara maksimal. Setelah dilakukan tindakan siklus II dari hasil isian angket oleh peserta didik dari 30 orang peserta didik yang tingkat motivasi belajarnya berubah menjadi sangat tinggi berjumlah



: 21 orang dan yang berubah menjadi Tinggi berjumlah : 9 Orang. Rata- rata keseleruhan dalam kategori tinggi.

Setelah dilakukan tindakan siklus II hasil laporan tentang keaktifan peserta didik dalam mengikuti kegiatan belajar dari rumah terjadi peningkatan yaitu dari 30 orang peserta didik menjadi kategori sangat tinggi sejumlah 3 orang dan yang berada dalam kategori tinggi berjumlah 23 orang sedangkan yang masih dalam kategori rendah sejumlah 4 orang walaupun prosentasenya meningkat.

### Refleksi (Reflection)

Peserta didik mampu mengikuti proses konseling dengan baik dan dapat memahami setiap fase yang dilakukan dalam setiap pertemuan sebelumnya. Terlihat dari kemampuan Peserta didik masih mengingat dari kegiatan konseling yang telah dilakukan pada siklus 1. Konseling yang dilakukan pada siklus 2 ini, semua peserta didik semakin antusias dan memutuskan rencana tindakan yang akan dilakukan dengan semakin mantap dan optimis. Pada pertemuan keempat, semua peserta didik memantapkan komitmen tindakan yang akan dilakukannya untuk mencapai keinginannya dengan memutuskan rencana tindakan yang disempurnakan. Adapun progres konseling dan tahapan perkembangan konseling dari peserta didik ditunjukkan pada [Tabel 1](#).

**Tabel 1.** Perkembangan proses konseling peserta didik

Siklus I		Siklus II	
Pertemuan 1	Pertemuan 2	Pertemuan 3	Pertemuan 4
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik mengungkapkan secara lengkap semua hal-hal yang negatif yang telah dilakukan yang menghambat dalam mencapai keinginannya dalam bidang belajar</li> <li>• Peserta didik memahami apa yang diinginkan dalam bidang belajar</li> <li>• Peserta didik harus merencanakan alternatif tindakan untuk mencapai hal yang diinginkan dalam bidang belajar</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik memutuskan rencana tindakan untuk mengatasi sikap-sikap negatifnya.</li> <li>• Peserta didik menyampaikan komitmen untuk segera melakukan tindakan yang sudah diputuskan untuk mencapai keinginannya dalam bidang belajar</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik mengungkapkan secara lengkap segi positif dan negatifnya dari masing-masing tindakan yang telah dilakukan sesuai dengan rencana</li> <li>• Peserta didik menyadari bahwa belum melakukan tindakan sesuai dengan rencana secara maksimal sehingga hasilnya belum maksimal</li> <li>• Peserta didik membuat rencana tindakan yang disempurnakan dari rencana sebelumnya</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik membuat komitmen akan segera melaksanakan rencana tindakan yang sudah disempurnakan</li> <li>• Peserta didik menyampaikan rasa optimis dengan rencana tindakan yang telah disempurnakan akan bisa mencapai keinginannya dalam bidang belajar</li> <li>• Peserta didik dengan antusias untuk segera melakukan</li> </ul>

Berdasarkan **Tabel 1** dapat diketahui bahwa pelaksanaan konseling berjalan dengan lancar, semua peserta didik mengikuti proses konseling dengan aktif dan penuh antusias dan setiap siklus menghasilkan rencana tindakan yang mantap dari masing-masing peserta didik. Progres motivasi belajar peserta didik dalam mengikuti kegiatan belajar dari rumah yang dapat diketahui melalui angket yang diberikan kepada peserta didik sebelum dan setelah pelaksanaan tindakan kelas disajikan pada **Tabel 2**.

**Tabel 2.** Perkembangan motivasi peserta didik

Hasil	Kondisi Awal	Setelah tindakan Siklus I	Setelah tindakan Siklus II
Jumlah	3.004	3.776	6.273
Rata-rata	100,14	125,53	209,10
Kategori	Rendah	Tinggi	Tinggi

Kategori motivasi peserta didik yang disajikan pada **Tabel 2** dapat dikatakan sangat tinggi apabila memperoleh skor: 211 – 315, kategori tinggi bila skor mencapai: 106 – 210, dan kategori rendah jika memperoleh skor antara 0 - 105. Hasil analisis data angket menunjukkan jumlah skor hasil isian angket pada kondisi awal: 3.004, jumlah skor setelah tindakan siklus I: 3.776 dan jumlah skor setelah siklus II: 6.273 (dari kondisi awal rata-rata skor: 100,14 setelah diberi tindakan siklus I dan siklus II berubah meningkat menjadi rata-rata skor: 209,10) sedangkan dalam kategori dari kondisi awal berada dalam rata-rata kategori Rendah setelah dilakukan tindakan siklus I dan siklus II berubah menjadi rata-rata kategori tinggi.

Progres keaktifan peserta didik dalam mengikuti kegiatan belajar dari rumah dapat diketahui pula melalui skor yang diperoleh setelah tindakan pada siklus I maupun siklus II, seperti ditunjukkan pada **Tabel 3**.

**Tabel 3.** Perkembangan keaktifan peserta didik dalam mengikuti BDR

Hasil	Kondisi Awal	Setelah tindakan Siklus I	Setelah tindakan Siklus II
Jumlah	411	1.392	2.591
Rata-rata	13,7 %	46,40 %	82,37 %
Kategori	Rendah	Tinggi	Tinggi

Kategori keaktifan peserta didik dalam mengikuti kegiatan belajar dari rumah dapat diketahui dari persentase kehadiran saat pembelajaran berlangsung. Untuk kehadiran 91 – 100% dalam kategori sangat tinggi, 61-90% termasuk kategori tinggi, dan kurang dari 60% termasuk pada kategori rendah. Berdasarkan hasil pengamatan pada **Tabel 3**, kondisi awal rata-rata 13,7 % (kategori rendah) setelah diberi tindakan siklus I dan siklus II berubah meningkat menjadi rata-rata 82,37 % (kategori tinggi).

Konseling realita berbasis konsep diri ternyata sangat cocok dilakukan dalam rangka meningkatkan motivasi peserta didik dalam mengikuti belajar dari rumah di SMA Negeri 8 Purworejo pada semester genap tahun ajaran 2020/2021 namun untuk peserta didik yang mempunyai permasalahan merasa tidak ada perhatian dari orang tua belum bisa mencapai hasil yang maksimal sehingga perlu ditindaklanjuti dengan layanan konseling menggunakan pendekatan yang lain yang lebih relevan dan juga masih ada 3 orang yang masih dalam kategori rendah walaupun secara prosentase kehadiran ada

peningkatan. Perbedaan dengan peneliti terdahulu adalah dalam jumlah subyek yang dikenai tindakan yaitu pada penelitian terdahulu jumlah subyek hanya 2 orang sedang pada penelitian kali ini jumlah subyek adalah 30 orang.

## 4. Kesimpulan

---

Layanan konseling realita berbasis konsep diri dapat meningkatkan motivasi peserta didik dalam mengikuti BDR di SMA Negeri 8 Purworejo semester genap Tahun pelajaran 2020/2021 terbukti dari kondisi awal dalam kategori rendah setelah diberi tindakan berubah menjadi menjadi kategori tinggi. Peserta didik agar memanfaatkan layanan konseling realita berbasis konsep diri untuk meningkatkan motivasi dalam mengikuti belajar dari rumah agar memperoleh hasil belajar yang optimal. Kepala Sekolah agar memahami konsep untuk meningkatkan motivasi peserta didik dalam mengikuti BDR melalui layanan konseling realita berbasis konsep diri dan memberi dukungan kepada guru untuk memberi layanan konseling realita berbasis konsep diri untuk meningkatkan motivasi peserta didik dalam mengikuti BDR. Guru agar menjadi lebih mantap dalam memberi layanan konseling realita berbasis konsep diri untuk meningkatkan motivasi peserta didik dalam mengikuti BDR

## Daftar Pustaka

---

- Aina, M., Budiarti, R. S., Muthia, G. A., & Putri, D. A. (2021). Motivasi Belajar Biologi Peserta Didik SMA pada Pembelajaran Daring Selama Masa Pandemi Covid-19. *Al Jahiz: Journal of Biology Education Research*, 2(1), 1-12.
- Anggraini, I. S. (2016). Motivasi belajar dan faktor-faktor yang berpengaruh: Sebuah kajian pada interaksi pembelajaran mahasiswa. *Premiere Educandum: Jurnal Pendidikan Dasar dan Pembelajaran*, 1(02).
- Bariyyah, K., Hastini, R. P., & Sari, E. K. W. (2018). Konseling Realita untuk Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar Siswa. *Konselor*, 7(1), 1-8.
- Bastemur, S., Dursun-Bilgin, M., Yildiz, Y., & Ucar, S. (2016). Alternative therapies: New approaches in counseling. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 217, 1157-1166.
- Cahyani, A., Listiana, I. D., & Larasati, S. P. D. (2020). Motivasi Belajar Siswa SMA pada Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19. *IQ (Ilmu Al-Qur'an): Jurnal Pendidikan Islam*, 3(01), 123-140.
- Dewi, Y. P., & Mugiarto, H. (2020). Hubungan Antara Konsep Diri dengan Efikasi Diri dalam Memecahkan Masalah melalui Konseling Individu di SMK Hidayah Semarang. *JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling*, 6(1), 29-40.
- Elmansyah, T., & Sutoyo, A. (2015). Model konseling teman sebaya berbasis humanistik untuk meningkatkan keterampilan interpersonal siswa. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 4(2).
- Faiqoturizqiah, E. (2021). Penerapan Terapi Realitas Dalam Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Baru Selama Perkuliahan Daring (Studi Mahasiswa Jurusan Bimbingan Konseling Islam UIN SMH Banten).

- Hardianti, Y. (2018). Pengaruh Pendekatan Konseling realitas Untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa Broken Home Sman1 Sikur. *JKP (Jurnal Konseling Pendidikan)*, 2(1), 64–73.
- Hasanah, R. F. (2020). Efektivitas Pendekatan Konseling Realitas Dalam Mengatasi Konsep Diri Negatif Pada Siswa Broken Home Kelas VIII di MTS Inayatuththalibin Banjarmasin. *Jurnal Pelayanan Bimbingan dan Konseling*, 3(1).
- Hidayati, K. B., & Farid, M. (2016). Konsep diri, adversity quotient dan penyesuaian diri pada remaja. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 5(02).
- Juliya, M., & Herlambang, Y. T. (2021). Analisis problematika pembelajaran daring dan pengaruhnya terhadap motivasi belajar siswa. *Genta Mulia: Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 12(1).
- Mazaya, K. N., & Supradewi, R. (2021). Konsep diri dan kebermaknaan hidup pada remaja di panti asuhan. *Proyeksi: Jurnal Psikologi*, 6(2), 103–112.
- Robandi, D., & Mudjiran, M. (2020). Dampak pembelajaran dari masa pandemi covid-19 terhadap motivasi belajar siswa SMP di Kota Bukittinggi. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 4(3), 3498–3502.
- Sulistiya, E., & Jumailiyah, J. (2020). Pengaruh Konseling Realita Terhadap Pembentukan Kemandirian Pada Siswa SMPN 2 KURIPAN. *Jurnal Paedagogy*, 3(2), 52–58.
- Sunarko, P. A. (2018). Pelaksanaan Proses Konseling Kelompok Pendekatan Realitas untuk Menangani Kasus Kepercayaan Diri Yang Rendah Empat Siswa di Yayasan Komunitas Sahabat Anak. *Psiko Edukasi*, 16(1), 34–21.
- Suryaningsih, A. (2020). Peningkatan motivasi belajar siswa secara online pada pelajaran animasi 2d melalui strategi komunikasi persuasif. *Ideguru: Jurnal Karya Ilmiah Guru*, 5(1), 9–15.