



**EFEKTIVITAS KONSELING REALITAS FORMAT KLASIKAL UNTUK
MENINGKATKAN KEMANDIRIAN BELAJAR SISWA KELAS VIII
MTSN 10 AGAM**

SKRIPSI

*Ditulis Sebagai Syarat untuk Memperoleh Gelar Sarjana (S-1)
Jurusan Bimbingan dan Konseling*

Oleh:

PERTIWI
NIM. 13108102

**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
BATUSANGKAR
2019 M/ 1440 H**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

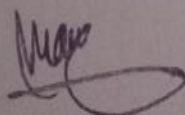
Pembimbing SKRIPSI atas nama PERTIWI, NIM 13 108 102 dengan judul “ EFEKTIFITAS KONSELING REALITAS FORMAT KLASIKAL UNTUK MENINGKATKAN KEMANDIRIAN BELAJAR SISWA KELAS VIII MTSN 10 AGAM”. Memandang bahwa SKRIPSI yang bersangkutan telah memenuhi persyaratan ilmiah dan dapat disetujui untuk diajukan ke sidang *munaqasyah*.

Demikian persetujuan ini diberikan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

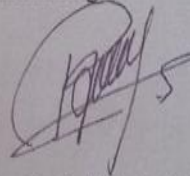
Batusangkar, 25 Januari 2019

Pembimbing I

Pembimbing II



Dr. Masril, M. Pd., Kons
NIP. 19620610 199303 1 002

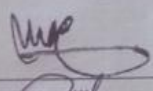
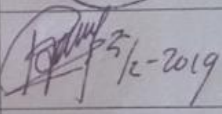
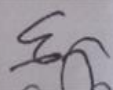
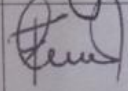


Dra. Rafsel Tas'adi, M. Pd
NIP. 19640210 200312 2 001

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Skripsi atas nama Pertiwi, NIM: 13 108 102, judul: **EFEKTIVITAS KONSELING REALITAS FORMAT KLASIKAL UNTUK MENINGKATKAN KEMANDIRIAN BELAJAR SISWA KELAS VIII MTSN 10 AGAM**, telah diuji dalam Ujian Munaqasyah Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Batusangkar yang dilaksanakan tanggal 11 Februari 2019.

Demikianlah persetujuan ini diberikan untuk dapat dipergunakan seperlunya.

No	Nama/ NIP Penguji	Jabatan dalam Tim	Tanda Tangan dan Tanggal Persetujuan
1	Dr. Masril, M. Pd., Kons NIP. 19620610 199303 1 002	Ketua sidang/ Pembimbing I	
2	Dra. Rafsel Tas'adi, M. Pd NIP. 19640210 200312 2 001	Pembimbing II /Penguji IV	 20/2-2019
3	Dr. Kasmuri, MA NIP. 19621231 198801 1 001	Penguji I	
4	Dra. Fadhilah Syafwar, M. Pd NIP. 19670810 199303 2 002	Penguji II	 20/2.2019

Batusangkar, 20 Februari 2019

Mengetahui,

Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan



Dr. Sirajul Munir, M. Pd

NIP. 19740725 199903 1 003

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Pertiwi

NIM : 13 108 102

Jurusan : Bimbingan dan Konseling

Dengan ini menyatakan bahwa SKRIPSI yang berjudul : **“EFEKTIVITAS KONSELING REALITAS FORMAT KLASIKAL UNTUK MENINGKATKAN KEMANDIRIAN BELAJAR SISWA KELAS VIII MTSN 10 AGAM”** adalah hasil karya sendiri, bukan plagiat. Apabila dikemudian hari terbukti sebagai plagiat, maka bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Batusangkar, 19 februari 2019

Yang membuat pernyataan



Pertiwi
NIM. 13 108 102

ABSTRAK

PERTIWI. NIM 13 108 102. Judul skripsi: “ **Efektifitas Konseling Realitas Format Klasikal untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa Kelas VIII MTsN 10 Agam**”. Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Batusangkar.

Pokok permasalahan dalam skripsi ini tentang rendahnya kemandirian belajar. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat efektifitas konseling realitas format klasikal untuk meningkatkan kemandirian belajar siswa kelas VIII MTsN 10 Agam. Kemandirian belajar diantaranya 1) metakognitif, 2) memotivasi diri, 3) perilaku aktif.

Metode penelitian ini adalah penelitian eksperimen, dengan jenis desain *pre-eksperimental design*, tipe *one group pretest-posttest design*. Populasi dalam penelitian ini 74 orang siswa yang terdiri dari tiga kelas, sedangkan sampel sebanyak 31 orang, atas pertimbangan kemandirian belajar yang rendah. Analisis data yang dilakukan yaitu uji- t dan *N-gain*.

Hasil berdasarkan analisis uji-t didapatkan bahwa hipotesisi alternatif (H_a) diterima dan hipotesis nihil (H_0) ditolak, ini berarti konseling realitas format klasikal efektif untuk meningkatkan kemandirian belajar siswa. Hasil uji pengaruh menggunakan *N-gain* diketahui bahwa pengaruh konseling realitas format klasikal untuk meningkatkan kemandirian belajar berada pada kategori sedang.

Kata kunci: Kemandirian Belajar, Konseling Realitas.

DAFTAR ISI

Hal

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

HALAMAN PENGESAHAN TIM PENGUJI

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN

ABSTRAK i

DAFTAR ISI ii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	9
C. Batasan Masalah	9
D. Rumusan Masalah	9
E. Tujuan Penelitian	10
F. Manfaat dan Luaran Penelitian	10
1. Manfaat Penelitian	10
2. Luaran Penelitian	10

BAB II KAJIAN TEORI

A. LANDASAN TEORI	
1. Kemandirian Belajar	11
a. Pengertian Kemandirian	11
b. Ciri- Ciri Kemandirian Belajar	15
c. Faktor yang Mempengaruhi Kemandirian Belajar	17
d. Mengembangkan Kemandirian Belajar	18
e. Manfaat Kemandirian Belajar	21
2. Konseling Realitas	23
a. Sejarah Konseling Realita	23
b. Konsep Dasar Konseling Realitas	23
c. Penyebab Manusia Bermasalah Menurut Konseling Realita	27
d. Ciri-Ciri Konseling Realitas	28
e. Tujuan Konseling Realitas	29

f. Proses Konseling Realitas	31
3. Bimbingan Klasikal (Format Klasikal)	35
a. Pengertian Bimbingan Klasikal	35
b. Tujuan Bimbingan Klasikal	36
c. Langkah- Langkah Bimbingan Klasikal	36
4. Keterkaitan Kemandirian Belajar dengan Konseling Realitas Format Klasikal	37
5. Penelitian Relevan	38
6. Kerangka Berfikir	40
7. Hipotesis	41

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian	42
B. Tempat dan Waktu Penelitian	42
C. Populasi dan Sampel	42
1. Populasi	42
2. Sampel	43
D. Defenisi Operasional	43
E. Desain Penelitian	44
F. Teknik Pengumpulan Data	47
G. Pengembangan Instrumen	47
1. Validitas	49
2. Reliabilitas.....	52
H. Teknik Analisis Data	53

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Hasil Penelitian	57
B. Deskripsi Data	57
1. Deskripsi Data Hasil <i>Pretest</i>	57

2. Deskripsi Pelaksanaan <i>Treatment</i>	60
a. <i>Treatment</i> 1	60
b. <i>Treatment</i> 2	63
c. <i>Treatment</i> 3	67
d. <i>Treatment</i> 4	70
e. <i>Treatment</i> 5	74
f. <i>Treatment</i> 6	77
3. Deskripsi Data Hasil <i>Posttest</i>	82
C. Analisis Data	86
1. Analisis dengan uji-t	86
2. Analisis besar pengaruh dengan N-gain	96
D. Pembahasan	100
BAB V PENUTUP	
A. Simpulan	105
B. Saran	105
DAFTAR KEPUSTAKAAN	106

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan merupakan salah satu alat ukur kemajuan sumber daya manusia suatu negara, dengan demikian pemerintah selalu berusaha untuk meningkatkan prestasi belajar peserta didiknya, hal ini dilakukan dengan berbagai upaya diantaranya menyediakan sarana pembelajaran, meningkatkan kualitas tenaga pengajar, pengembangan kurikulum serta menciptakan lingkungan belajar yang nyaman sehingga dapat mengembangkan potensi-potensi yang dimiliki oleh siswa/ peserta didik, sehingga tujuan pendidikan dapat tercapai.

Pendidikan juga merupakan hal yang sangat penting dalam hidup dan kehidupan manusia, karena dengan pendidikan manusia dapat dibimbing, dididik, dilatih dan diarahkan agar menjadi manusia yang berguna bagi bangsa, negara dan agama yang diperoleh melalui proses yang panjang dan berlangsung sepanjang kehidupan. Pendidikan dapat diperoleh dengan proses pembelajaran yang dilakukan di lembaga formal maupun non formal. Adapun dalam lembaga formal dilaksanakan di sekolah dalam proses pembelajaran. Proses pembelajaran merupakan suatu kegiatan melaksanakan kurikulum suatu lembaga pendidikan agar dapat mempengaruhi para siswa mencapai tujuan pendidikan yang telah ditetapkan. Tujuan pendidikan pada dasarnya mengantarkan para siswa menuju pada perubahan-perubahan tingkah laku baik intelektual, moral maupun sosial agar dapat hidup mandiri sebagai individu dan makhluk sosial. Tujuan pendidikan nasional yang terdapat dalam Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional No. 20 tahun 2003 pasal 3, yaitu:

Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan yang Maha Esa, berakhlak mulia,

sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab (UU-RI, 2003: 6).

Jadi idealnya pendidikan yang diharapkan adalah pendidikan yang mengembangkan potensi siswa, sehingga siswa mampu menghadapi dan memecahkan problematika kehidupan yang dihadapi dalam kehidupan sehari-hari pada saat ini maupun dimasa yang akan datang. Terlihat dari fakta bahwa agar dapat mengikuti proses pembelajaran dengan baik, siswa dituntut untuk mandiri dalam mencari materi tambahan dan bahan tugas-tugas, belajar sendiri materi yang belum selesai dijelaskan oleh guru, dan mengerjakan tugas individu secara mandiri sehingga diharapkan dapat memunculkan prestasi akademik yang tinggi. Sebaliknya, jika siswa tidak mampu meregulasi proses belajar akan berakibat terganggunya pembelajaran dan prestasi akademik. Kemandirian belajar menurut Zimmerman dan Schunk(n.d) “ *an inclusive definition of self regulated learning was develop, to encompass this spectrum of research: the degree to which students are metacognitively, motivationally and behaviourally active participants in their own learning process*”. Artinya pembinaan inklusif kemandirian belajar dikembangkan, untuk mencakup spektrum: sejauh mana siswa mampu bermetakognisi, motivasi, dan berperilaku secara aktif dalam proses belajar mereka sendiri.

Berdasarkan pendapat Zimmerman dan Schunk dapat diketahui bahwa kemandirian dalam belajar menyangkut 3 aspek yaitu orang yang dikatakan mandiri adalah orang yang bermetakognitif dalam pembelajarannya (orang yang merencanakan pembelajarannya, mengatur pembelajarannya, memantau pembelajarannya). Aspek kedua yaitu orang yang mandiri dalam belajar adalah orang yang memiliki motivasi dalam dirinya(motivasinya timbul karena dia menyadari kemampuannya), memiliki otonomi sendiri dalam belajar. Aspek yang ketiga adalah seseorang dikatakan mandiri dalam belajar apabila terwujud dalam perilaku yang aktif, maksudnya orang yang mampu mengatur, menyeleksi, serta memanfaatkan lingkungan untuk belajar, dia

mampu menciptakan kondisi yang dapat mendukung pembelajarannya. Lebih lanjut menurut Ormrod (2008: 38-39):

secara khusus, pembelajaran yang diatur sendiri (*self regulated learning*) mencakup proses-proses berikut ini dimana banyak diantaranya pada dasarnya bersifat metakognitif: a) penetapan tujuan (*goal setting*), b) perencanaan (*planning*), c) motivasi diri (*self motivation*), d) kontrol atensi (*attention control*), e) penggunaan strategi belajar (*flexible use of learning strategies*), f) monitor diri (*self monitoring*), g) mencari bantuan yang tepat (*appropriate help seeking*), h) evaluasi diri (*self evaluation*).

Intinya orang yang mampu mengatur pembelajarannya sendiri bisa dikatakan orang yang memiliki kemandirian dalam belajar. Selanjutnya “kemandirian belajar adalah aktivitas belajar yang dilakukan oleh individu dengan kebebasan dalam menentukan dan mengelola sendiri sumber belajar, waktu, tempat, dan memanfaatkan berbagai sumber belajar yang diperlukan. Dengan kebebasan itu, individu memiliki kemampuan dalam mengelola cara belajar, memiliki rasa tanggungjawab yang tinggi dan terampil memanfaatkan sumber belajar.” (Tahar dan Enceng, 2006: 94). Kemandirian dalam belajar sangat penting dimiliki siswa usia remaja, dikatakan remaja untuk perempuan usia sekitar 13-15 dan usia remajanya akan diakhiri pada usia 18-21, sementara itu usia remaja pria 15-17 dan berakhir umur 19-22, oleh karena itu Blair dan Jones (dalam Elida, 2006: 9) mengemukakan bahwa :

Ada beberapa ciri khas perkembangan remaja, salah satunya menunjukkan kemandirian, remaja menunjukkan keinginan untuk mengambil keputusan sendiri tentang diri mereka sendiri. Mereka ingin menentukan jurusan atau sekolah, karir teman-teman yang ingin dijadikan teman akrab. Jika guru atau orang dewasa lainnya menuntut remaja patuh terhadap semua keinginan mereka maka akan terjadilah konflik dengan remaja.

Berdasarkan pendapat di atas usia remaja adalah usia yang seharusnya memiliki kemandirian, salah satunya kemandirian dalam belajar. “Siswa yang mempunyai kemandirian belajar mampu menganalisis permasalahan yang kompleks, mampu bekerja secara individual maupun bekerjasama dengan kelompok, dan berani mengemukakan gagasan. Siswa yang mandiri tidak lagi diperintah dari guru atau orangtua untuk belajar ketika berada di sekolah

maupun di rumah” (Priyonugroho, 2017:4). Siswa dituntut untuk memiliki keaktifan dan inisiatif sendiri dalam belajar, namun banyak kita temukan remaja/ siswa yang memiliki kemandirian belajar rendah. Priyonugroho menyatakan bahwa:

Secara umum rendahnya kemandirian belajar ditunjukkan dalam perilaku siswa cenderung cepat menyerah ketika mendapat tugas yang sulit sehingga, mencontek baik pada saat ulangan maupun pengerjaan tugas lainnya. Merasa terbebani dengan tugas yang banyak sehingga cenderung menunda pekerjaannya, merasa takut dan ragu-ragu ketika diminta untuk menjawab soal di papan tulis, ragu-ragu ketika mengemukakan pendapat, merasa takut memperoleh nilai rendah dalam ulangan maupun tugas lainnya dan merasa kurang yakin mampu memperoleh prestasi belajar yang tinggi(2017: 4).

Berdasarkan pendapat di atas orang yang memiliki kemandirian belajar rendah akan terlihat dari perilakunya yang cenderung menunda pekerjaan, takut, ragu-ragu, cepat menyerah dan sering menyontek dalam belajar. *Self regulated learning* (kemandirian dalam belajar) dipengaruhi oleh berbagai faktor. Cobb (dalam Zikra, 2015:45) menyatakan faktor yang mempengaruhi kemandirian belajar adalah “*self efficacy*, motivasi dan tujuan”.

Self efficacy merupakan penilaian individu terhadap kemampuan atau kompetensinya untuk melakukan suatu tugas, mencapai suatu tujuan, atau mengatasi hambatan dalam belajar, sementara itu motivasi dibutuhkan peserta didik untuk melaksanakan strategi yang akan mempengaruhi proses belajar, dan selanjutnya tujuan (*goals*) merupakan penetapan tujuan apa yang hendak dicapai seseorang. *Goal* memiliki dua fungsi dalam *self regulated learning* yaitu menuntun peserta didik untuk memonitor dan mengatur usahanya dalam arah yang spesifik.

Berdasarkan pendapat di atas dapat diketahui bahwa untuk memiliki kemandirian belajar (*self regulated learning*) dipengaruhi *self efficacy*, motivasi, tujuan(*goals*). Orang yang memiliki kemandirian belajar rendah disebabkan oleh tiga hal yang telah dipaparkan di atas, maka dari itu untuk meningkatkan kemandirian belajar siswa dapat dibantu dengan layanan bimbingan dan konseling. Layanan bimbingan dan konseling adalah “upaya sistematis, objektif, logis, dan berkelanjutan serta terprogram yang dilakukan oleh konselor atau guru bimbingan dan konseling untuk memfasilitasi

perkembangan peserta didik/Konseli untuk mencapai kemandirian dalam kehidupannya”(Permendikbud no. 111, 2014: 2).

Berdasarkan pendapat di atas layanan bimbingan dan konseling adalah layanan yang diberikan kepada individu/kelompok guna pengembangan diri pribadi dan memandirikan individu/ kelompok itu sendiri. Layanan bimbingan dan konseling dapat dilakukan dengan beberapa pendekatan sesuai dengan permasalahan yang dihadapi. Salah satu pendekatan dalam bimbingan dan konseling adalah pendekatan konseling Realitas. Menurut Corey (2013:163) *“Reality therapy Based on choice theory, this approach provides a way of implementing therapeutic procedures for helping individuals take more effective control of their lives”*. Artinya berdasarkan teori pilihan pendekatan ini menyediakan cara menerapkan prosedur terapi untuk membantu individu menggunakan control yang efektif dalam kehidupannya. Konseling Realitas membantu seseorang dalam mengontrol kehidupannya agar lebih efektif dengan menggunakan prosedur terapi yang telah disediakan. Konseling Realitas membantu seseorang untuk menjalankan kehidupan yang realistis karena dalam konsep teori pilihan manusia itu sendirilah yang akan mengubah dirinya sendiri, menentukan apakah dia akan sehat atau sakit, kaya atau miskin, bodoh atau pintar, gagal/ sukses. Sesuai dengan firman Allah dalam suratAr-Rad ayat 11:



Artinya: ... *Sesungguhnya Allah tidak mengubah keadaan sesuatu kaum sehingga mereka mengubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri.*

Tujuan dari konseling Realitas adalah membantu seseorang mencapai otonom, otonom adalah kematangan yang diperlukan bagi kemampuan seseorang untuk mengganti dukungan lingkungan dengan dukungan internal. Kematangan yang dimaksud adalah orang-orang mampu bertanggungjawab atas siapa mereka dan ingin menjadi apa mereka serta mengembangkan rencana-rencana yang bertanggung jawab dan realistis

guna mencapai tujuan-tujuan mereka. Konseling Realitas membantu orang-orang dalam menentukan dan memperjelas tujuan-tujuan mereka. Menurut Corey (2013: 161) *“The overall goal of this approach is to help people find better ways to meet their needs for survival, love and belonging, power, freedom, and fun. Reality therapists assist clients in making more effective and responsible choices related to their wants and needs”*. Artinya Tujuan keseluruhan dari pendekatan ini adalah untuk membantu orang menemukan cara yang lebih baik untuk memenuhi kebutuhan mereka bertahan hidup, mencintai dan memiliki, kekuasaan, kebebasan, dan kesenangan. Konseling Realitas membantu klien dalam membuat pilihan yang lebih efektif dan bertanggung jawab terkait dengan keinginan mereka dan kebutuhan.

Berdasarkan pendapat di atas konseling Realitas mampu menentukan dan memperjelas tujuan-tujuan seseorang, klien mampu menemukan alternatif dalam mencapai tujuan, dan klien yang diberikan terapi Realitas juga akan memiliki dorongan, dukungan dan tanggungjawab internal serta realistis dalam mewujudkan tujuannya.

Konseling Realitas membantu individu mencapai keadaan kematangan yang mampu menyebabkan orang melepaskan dukungan lingkungan dan menggantikannya dengan dukungan pribadi atau diri sendiri. Sehingga, orang dapat bertanggung jawab bagi siapa dirinya, apa yang mereka inginkan untuk menjadi, serta untuk mengembangkan rencana-rencana yang realistis dan bertanggung jawab untuk mencapai tujuan sendiri (Sulistya, 2014: 6).

Berdasarkan pendapat di atas diketahui bahwa konseling Realitas membantu individu untuk mencapai kematangan yang mampu membuat individu menjadi mandiri. Pendekatan Realitas dalam proses pemberian layanan konseling sangat penting bagi siswa untuk membantu dalam mengartikan dan memperluas tujuan-tujuan hidup mereka dan membantu dalam proses pemenuhan kebutuhan akan identitas. Kebutuhan ini meliputi kebutuhan merasa unik, berbeda dan kemandirian. Inti dari konseling Realitas adalah penerimaan tanggungjawab pribadi, konselor berfungsi sebagai guru dan model serta mengkonfrontasikan klien dengan cara-cara

yang bisa membantu klien menghadapi kenyataan dan memenuhi kebutuhan-kebutuhan dasar tanpa merugikan dirinya sendiri ataupun orang lain.

Penulis memilih MTsN 10 agam dengan alasan bahwa penulis sering mengamati siswa-siswi di MTsN 10 Agam yang sering keluar di jam pelajaran, bermain dikantin saat jam pelajaran. Sedikit dari mereka yang pergi keperustakaan dalam rangka memanfaatkan waktu luang. Maka dari itu penulis tertarik untuk melakukan penelitian di MTsN 10 Agam untuk mengetahui apa penyebab dari perilaku yang tampak tersebut.

Berdasarkan fenomena yang peneliti temukan di lapangan, pada tanggal 8 Agustus 2018. Peneliti mencoba mengamati siswa MTsN 10 Agam, ketika guru piket memberikan informasi bahwa guru mata pelajaran yang bersangkutan tidak hadir, hanya beberapa siswa yang pergi keperustakaan pada umumnya mereka hanya menghabiskan waktu duduk di depan kelas, ada yang ke kantin dan ada pula yang tidur di dalam kelas. Hal tersebut menggambarkan tidak adanya inisiatif untuk bejalar sendiri. Saat pembelajaran peneliti mengamati bahwasanya banyak di antara siswa yang kesulitan dalam menjawab pertanyaan yang dilontarkan guru matapelajaran, setelah ditanya penyebabnya oleh guru ternyata mereka tidak mengulang pelajaran yang telah dipelajari ataupun membahas yang belum dipelajari. terdapat juga siswa yang tidak mengerjakan tugas rumah, sehingga siswa mengerjakannya di sekolah pada saat mata pelajaran lain sedang berlangsung, dan ada juga yang hanya menyalin tugas temannya.

Hasil wawancara dengan guru BK pada tanggal 8 Agustus 2018 di MTsN 10 Agam dengan ibu Rahmi Fajri yang peneliti wawancarai secara tidak terstruktur mengatakan “Saya belum pernah melakukan konseling menggunakan pendekatan Realitas, sebelumnya saya hanya melakukan konseling individual seperti biasanya”. Ibu Rahmi mengatakan “ketika saya menanyakan mau jadi apa mereka (siswa)? untuk apa mereka belajar?, semuanya menjawab ingin menjadi orang sukses, menjadi juara kelas, menjadi orang yang berilmu, namun mereka tidak melakukan suatu usaha untuk mencapai/ mendapatkan itu, hal tersebut hanya sebatas keinginan. Contohnya

saja dari segi belajar “siswa ini kalau tidak diberi tugas mereka tidak mempelajari materi pelajaran yang berikutnya, hal ini dibuktikan ketika ditanya materi apa yang akan di pelajari pada hari itu mereka tidak tahu sama sekali padahal sudah diberikan silabus oleh guru matapelajaran agar mereka membaca di rumah dan mempersiapkan materi. Ketika diberikan tugas hanya beberapa diantara mereka yang membuat tugas tampak jelas pada umumnya siswa tidak memiliki rasa tanggung jawab terhadap dirinya dan pembelajarannya, buku perpustakaan sudah dipinjamkan sebagai sumber wajib dari pemebelajaran kebanyakan dari mereka menyimpan buku di laci, buku tidak dibawa pulang untuk dibaca dan dipelajari dirumah”. Ibuk rahmi mengatakan bahwa “kalau dilihat berdasarkan ciri-ciri kemandirian belajar maka kecendrungan yang tampak jelas terdapat pada kelas VIII”. Berhubung guru BK masih satu orang di MTsN 10 Agam maka untuk sementara Ibuk Rahmi membina keseluruhan siswa.

Hasil wawancara yang juga peneliti dapatkan dari guru mata pelajaran bahasa Indonesia Ibuk Elizarni, diwaktu yang bersamaan pada tanggal 8 Agustus 2018, “siswa ketika disuruh kedepan untuk mengerjakan soal masih banyak yang takut bahkan ragu-ragu untuk tampil. Ketika diberi tugas rumah banyak yang ketahuan membuat PR di sekolah dan mencontek punya teman yang sudah siap dengan alasan tidak mengerti maksud dari tugas yang diberikan”.

Dari hasil observasi dan wawancara yang diperoleh maka terdapat ciri-ciri perilaku tidak mandiri dalam belajar. Kecendrungan tidak mandiri dalam belajar tampak dominan pada kelas VIII. Sehubungan dengan hal tersebut, maka perlu upaya dari guru pembimbing untuk mengatasi atau mengantisipasi kurangnya kemandirian belajar siswa. Salah satu upaya tersebut adalah menerapkan konseling Realitas karena dengan konseling Realitas dapat membantu konseli dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi tanpa melihat kegagalan yang lalu, konselor akan membuat klien mampu memahami bahwa hidupnya adalah pilihan, apa yang dia lakukan hari ini akan menentukan siapa

dia nantinya, selanjutnya konseling Realitas mengajarkan tanggungjawab kepada klien terhadap pilihannya, dengan harapan klien dapat meningkatkan kemandirian belajarnya. Penelitian yang akan dilakukan dalam bentuk format klasikal/ bimbingan klasikal yang dalam pelaksanaannya menyesuaikan dengan tahap-tahap pelaksanaan bimbingan klasikal namun memasukkan nilai-nilai yang terkandung dalam konseling Realitas. Peneliti memilih format klasikal karena tujuan dari bimbingan klasikal sendiri untuk membantu peserta didik / konseli mencapai kemandirian dalam kehidupannya.

Hal yang peneliti temukan di MTsN 10 Agam terdapat perilaku yang menggambarkan ketidakmandirian dalam belajar pada beberapa siswa. Melihat hal tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “**EfektifitasKonseling Realitas Format Klasikal untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa kelas VIII MTsN 10 Agam**”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang permasalahan di atas, dapat diidentifikasi masalahnya yaitu:

1. Penyebab kurangnya kemandirian belajar siswa di MTsN 10 Agam.
2. Faktor yang mempengaruhi kemandirian belajar siswa MTsN 10 Agam.
3. Akibat jika tidak memiliki kemandirian belajarpada siswa.
4. Efektifitas konseling Realitas dalam meningkatkan kemandirian belajar siswa MTsN 10 Agam.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, supaya pembahasan lebih terarah maka peneliti membatasi masalah yaitu “Efektifitas Konseling Realitas Format Klasikal untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa kelas VIII MTsN 10 Agam”.

D. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “ adakah konseling Realitas format klasikal efektif untuk meningkatkan kemandirian belajar siswakelas VIII MTsN10 Agam?”.

E. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah melihat efektifitas pendekatan konseling Realitas format klasikal untuk meningkatkan kemandirian belajar siswa kelas VIII MTsN 10 Agam.

F. Manfaat dan Luaran Penelitian

1. Penelitian ini diharapkan mampu memberikan manfaat dan kegunaan baik secara teoritis dan praktis
 - a. Manfaat teoritis
 - 1) Sebagai sumbangan pemikiran dalam khazanah intelektual bagi mahasiswa jurusan bimbingan dan konseling IAIN Batusangkar.
 - 2) Hasil penelitian dapat dijadikan dasar untuk penelitian lanjutan mengenai pengaruh konseling Realitas untuk meningkatkan kemandirian belajar.
 - 3) Memeperkaya pengetahuan dan pemahaman konsep dan teori mengenai kemandirian belajar dan konseling Realitas.
 - b. Manfaat praktis
 - 1) Sebagai salah satu persyaratan akademis guna menyelesaikan pendidikan strata 1 (S1) pada Jurusan Bimbingan dan Konseling di Institut Agama Islam Negeri Batusangkar.
 - 2) Sebagai bahan masukan bagi sekolah dalam meningkatkan kualitas kerja konselor terhadap perannya dalam melaksanakan pelayanan bimbingan dan konseling.
 - 3) Sebagai bahan bagi peneliti untuk menambah wawasan serta pengembangan ilmu sesuai dengan profesi peneliti nantinya.
 - 4) Bagi siswa diharapkan menjadi bahan untuk mendapat pemahaman agar dapat melatih dan meningkatkan kemandirian belajar.
2. Luaran penelitian
 - a. Luaran penelitian atau target yang ingin dicapai yaitu melahirkan jenis layanan teruji dalam bimbingan konseling untuk menerapkan kemandirian belajar, salah satunya pendekatan Realitas.
 - b. Agar dapat diterbitkan pada jurnal ilmiah.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Landasan Teori

1. Kemandirian Belajar

a. Pengertian Kemandirian Belajar

Kemandirian belajar adalah kondisi aktifitas belajar yang mandiri, tidak bergantung pada orang lain, memiliki kemauan serta tanggung jawab sendiri dalam menyelesaikan masalah belajarnya. Kemandirian belajar akan terwujud apabila ada kemauan dari siswa untuk aktif mengontrol sendiri segala sesuatu yang dikerjakan, mengevaluasi dan selanjutnya merencanakan sesuatu yang lebih dalam pembelajaran yang dilalui dan siswa juga mau aktif dalam proses pembelajaran. Menurut Agustina (2010: 9) "kemandirian secara morfologi berasal dari kata dasar mandiri yang berarti tidak tergantung dengan orang lain, mendapat imbuhan ke-an menjadi kemandirian yang menyatakan hal atau keadaan berdiri sendiri tanpa tergantung pada orang lain". Kemandirian belajar menurut Zimmerman dan Schunk (n.d) "*an inclusive definition of self regulated learning was develop, to encompass this spectrum of research: the degree to which students are metacognitively, motivationally and behaviourally active participants in their own learning process*". Artinya pembinaan inklusif kemandirian belajar dikembangkan, untuk mencakup spektrum: sejauh mana siswa mampu bermetakognisi, motivasi, dan berperilaku secara aktif dalam proses belajar mereka sendiri.

Schunk dan Zimmerman (dalam Shidiq dan Mujidin, 20: 9) menyatakan bahwa *self regulated learning* mencakup 3 aspek yaitu metakognisi, motivasi, perilaku:

- a. Metakognisi adalah kemampuan individu dalam merencanakan , mengorganisasikan, mengatur, mengintruksi diri, memonitor dan melakukan evaluasi dalam aktivitas belajar.

- b. Motivasi merupakan pendorong dalam diri yang mencakup persepsi terhadap efikasi diri, kompetensi otonomi yang dimiliki dalam aktivitas belajar,
- c. Perilaku adalah upaya individu untuk mengatur diri, menyeleksi, memanfaatkan lingkungan maupun menciptakan lingkungan yang mendukung aktivitas belajar

Ada tiga aspek dalam kemandirian belajar yaitu metakognisi, motivasi dan perilaku, seseorang dikatakan memiliki kemandirian belajar apabila dalam belajarnya mencakup 3 aspek tersebut.

1. Aspek berfikir metakognisi menurut Sumarmo (2004: 8) adalah “individu yang belajar itu menyadari semua langkah yang dikerjakannya, dan merefleksikan atau memonitor serta mengevaluasi sendiri terhadap langkah-langkah yang dikerjakannya, melalui pertanyaan-pertanyaan kepada dirinya sendiri”. Jadi berfikir metakognisi adalah kemampuan individu dalam merencanakan, mengorganisasikan atau mengatur, dan menginstruksikan diri, memonitor dan melakukan evaluasi dalam aktivitas belajar.
2. Motivasi dalam kemandirian belajar merupakan pendorong yang ada dalam diri individu. Motivasi merupakan fungsi dari kebutuhan dasar untuk mengontrol dan berkaitan dengan perasaan kompetensi yang dimiliki setiap individu. Motivasi yang dimaksud dalam kemandirian belajar adalah bagaimana seseorang mampu memandang sejauh mana kemampuannya atau mencakup persepsi terhadap efikasi diri.
3. Perilaku yang dimaksud adalah bentuk upaya individu untuk mengatur dirinya, memanfaatkan lingkungan maupun menciptakan lingkungan yang mendukung aktivitas belajar.

Intinya kemandirian belajar adalah kemandirian siswa untuk belajar dengan metakognisi, motivasi yang tinggi dan perilaku aktif dalam proses belajar untuk mencapai tujuan belajar. hal yang senada Zimmerman dan Martines-Pons (dalam Latipah. 2010: 112) mendefinisikan “*self regulated learning* sebagai tingkatan dimana

partisipan secara aktif melibatkan metakognisi, motivasi dan perilaku dalam proses belajar”.

Berdasarkan pendapat di atas jelaslah bahwa seseorang dikatakan mandiri dalam belajar apabila melibatkan metakognisi, motivasi dan perilaku dalam proses belajar. orang yang mandiri dalam belajar adalah orang yang dalam dirinya mampu bermetakognisi contohnya ia mampu merencanakan bagaimana kedepannya hal yang akan dikerjakannya esok sudah terpikirkan oleh dia hari ini, orang yang mandiri adalah orang yang dalam dirinya ada dorongan/ motivasi, dan selanjutnya orang yang mandiri akan tampak dari bagaimana dia berperilaku dalam proses belajar.

Pitirinch dan Zimmerman (dalam Marchis dan Balogh, 2010: 47) *“Self regulated learning is an academically effective from of learning, through which the learner set goals and make and plans before starting to learn, monitor and regulate his/her cognition, motivation, and behaviour during the learning process, and reflect on his/ her learning process”*. Artinya kemandirian belajar secara akademis sangatlah efektif dari pembelajaran, melalui para siswa bisa menetapkan tujuan, membuat dan merencanakan sebelum mulai belajar, memantau dan mengatur kognisi, motivasi, dan perilakunya selama proses pembelajaran, dan merenungkan proses pembelajarannya.

Berdasarkan pendapat di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa secara akademis kemandirian belajar sangatlah efektif dilakukan, dengan adanya kemandirian belajar siswa mampu mengatur waktu, merencanakan cara, dan untuk belajarnya sendiri. Menurut Tahar dan Enceng dalam jurnalnya (2006: 94) kemandirian belajar siswa adalah mampu mengatur cara belajar yang digunakan, memanfaatkan waktu dalam belajar, mampu mengukur kemampuan diri dalam belajar, dapat memilih sumber belajar yang sesuai, serta mampu mengatur tempat belajar. Agustina (2010: 17) menyatakan ada beberapa indikator yang digunakan dalam membahas kemandirian belajar yaitu:

1. Tanggungjawab siswa terhadap kebutuhan belajarnya.
2. Tidak tergantung pada orang lain.
3. Memiliki rasa percaya diri yang tinggi.
4. Penuh inisiatif dalam memecahkan tugas dan permasalahan belajar.

Dari pendapat di atas dapat diketahui seseorang dikatakan memiliki kemandirian belajar apabila poin-poin yang tersebut ada diterapkan dalam kesehariannya. Schunk dan Zimmerman (dalam Sumarmo, 2006: 2-3) merinci kegiatan yang berlangsung pada tiap *phase self regulated learning* sebagai berikut:

1. *Phase* merancang belajar berlangsung kegiatan: menganalisis tugas belajar, menetapkan tujuan belajar, dan merancang strategi belajar.
2. *Phase* memantau berlangsung kegiatan mengajukan pertanyaan pada diri sendiri: apakah strategi yang dilaksanakan sesuai dengan rencana? Apakah saya kembali kepada kebiasaan lama? Apakah saya tetap memusatkan diri? Dan apakah strategi telah berjalan dengan baik?
3. *Phase* mengevaluasi, memuat kegiatan memeriksa bagaimana jalannya strategi: apakah strategi telah dilaksanakan dengan baik? (evaluasi proses), hasil belajar apa yang telah dicapai? (evaluasi produk), dan sesuaikan strategi dengan jenis tugas belajar yang dihadapi?.
4. *Phase* merefleksi: pada dasarnya ini tidak hanya berlangsung pada *phase* keempat dalam siklus SRL, namun refleksi berlangsung pada tiap *phase* selama siklus berjalan.

Kemandirian merupakan perilaku siswa dalam mewujudkan kehendak atau keinginannya secara nyata, mampu melaksanakan tugas-tugas belajar dengan baik dan mampu untuk melakukan aktivitas belajar secara mandiri. Menurut Tahar dan Enceng (2006: 94) dalam sintesis kemandirian belajar terdapat 3 dimensi:

1. Dimensi pengelolaan belajar berarti peserta ajar harus mampu mengatur strategi, waktu, dan tempat untuk melakukan aktivitas belajar.
2. Dimensi tanggungjawab berarti peserta ajar mampu menilai aktivitas, mengatasi kesulitan dan mengukur kemampuan yang diperoleh dari belajar
3. Dimensi pemanfaatan berbagai sumber belajar berarti peserta ajar dapat menggunakan berbagai sumber belajar.

Berdasarkan pendapat di atas dapat diketahui bahwa dalam kemandirian terdapat 3 dimensi yaitu dimensi pengelolaan belajar, tanggung jawab, dan pemanfaatan berbagai sumber belajar. Kemandirian belajar menuntut tanggungjawab yang besar pada diri individu sehingga individu itu mampu melakukan kegiatan untuk mencapai tujuan belajarnya.

b. Ciri-Ciri Kemandirian Belajar

Kemandirian belajar seseorang sangat tergantung pada seberapa jauh seseorang tersebut dapat belajar mandiri. Dalam belajar mandiri siswa akan berusaha sendiri terlebih dahulu untuk mempelajari serta memahami isi pelajaran yang dibaca atau dilihatnya melalui media pandang dan dengar. Menurut Agustina (2010: 13) ciri-ciri siswa yang memiliki kemandirian belajar adalah:

- a. Paham dan mengerti terhadap tujuan dan prestasi yang harus dicapai dalam setiap aktivitas belajar.
- b. Selalu termotivasi untuk meningkatkan prestasi belajarnya.
- c. Senantiasa berusaha untuk menyelesaikan tugas yang diberikan dengan kemampuan sendiri. Memiliki rasa percaya diri yang tinggi dalam menghadapi dan menyelesaikan tugas-tugasnya.
- d. Apabila dikaitkan dengan pembelajaran KKPI, maka ciri-ciri dari belajar mandiri dapat berupa adanya tanggung jawab yang tinggi terhadap tugas diberikan dan penuh inisiatif dalam menyelesaikan tugas.

Lebih lanjut ciri kemandirian belajar menurut Khumaerah adalah “mampu berpikir kritis, kreatif, dan inovatif, tidak berpengaruh pada orang lain, tidak lari / menghindari masalah, memecahkan masalah sendiri tanpa bantuan orang lain, berusaha bekerja dengan penuh ketekunan dan bertanggungjawab atas tindakannya” (2015: 127). Kecendrungan orang yang mandiri dalam belajar adalah berfikir secara kreatif sebab orang yang mandiri dia mampu merancang seperti apa pembelajarannya, kapan akan dia lakukan, dimana tempat yang tepat untuk belajar.

Dari beberapa pendapat di atas dapat diketahui bahwa orang yang memiliki kemandirian belajar adalah orang yang mampu menentukan merancang, memilih, memotivasi serta bertanggungjawab terhadap pembelajarannya. Orang yang mandiri dalam belajar juga akan tampak dari sisi kreatifnya menciptakan suasana dalam belajarnya. Ormrod (2008: 38-39) menyatakan bahwa:

Secara khusus, pembelajaran yang diatur sendiri (*self regulated learning*) mencakup proses-proses berikut ini dimana banyak diantaranya pada dasarnya bersifat metakognitif: a) penetapan tujuan(*goal setting*), b) perencanaan (*planning*), c) motivasi diri (*self motivation*), d) kontrol atensi (*attention control*), e) penggunaan strategi belajar (*flexible use of learning strategies*), f) monitor diri (*self monitoring*), g) mencari bantuan yang tepat (*appropriate help seeking*), h) evaluasi diri (*self evaluation*) .

Maksud pendapat di atas adalah kemandirian belajar bersifat metakognisi artinya seseorang sudah mampu menetapkan tujuannya, merancang cara belajarnya. Disamping itu orang yang mandiri dalam belajar juga memiliki motivasi dalam dirinya, memiliki kontrol atensi, mampu memonitor, mencari bantuan, bahkan mengevaluasi apa yang telah dilakukannya dalam belajar. Siswa yang tidak memiliki kemandirian belajar dapat dilihat dari ketidakmampuannya dalam mengatur cara belajar, memanfaatkan waktu dalam belajar, mengukur kemampuan diri, memilih sumber belajar dan tempat belajar. Sumarmo (2004: 4) menyebutkan beberapa karakteristik kemandirian belajar yaitu:

1. Individu merancang belajarnya sendiri sesuai dengan keperluan atau tujuan individu yang bersangkutan
2. Individu memilih strategi dan melaksanakan rancangan belajarnya
3. Individu memantau kemajuan belajarnya sendiri, mengevaluasi hasil belajarnya dan dibandingkan dengan standar tertentu.

Anak yang tidak memiliki kemandirian juga akan tampak jelas sebab anak yang tidak memiliki kemandirian belajar akan ragu- ragu menjawab pertanyaan , tampak sikap tidak percaya diri, tidak adanya kesiapan dalam menghadapi pembelajaran.

c. Faktor yang Mempengaruhi Kemandirian Belajar

Kurangnya kemandirian dikalangan remaja berhubungan dengan kebiasaan belajar yang kurang baik yaitu tidak tahan lama dan baru belajar menjelang ujian, membolos, menyontek, dan mencari bocoran soal ujian. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi seseorang memiliki atau tidak memiliki kemandirian belajar . Zimmerman (dalam Shidiq dan Mujidin, 2016: 11-12) berpendapat bahwa menurut teori *social kognitif* terdapat 3 hal yang mempengaruhi seseorang sehingga melakukan *self regulated learning* :

- 1) Individu, yang termasuk dalam faktor individu antara lain
 - a) Pengetahuan individu semakin banyak dan beragam sehingga membantu individu melakukan *self regulated learning*.
 - b) Tingkat kemampuan *metakognisi* individu semakin tinggi sehingga dapat membantu individu melakukan *self regulated learning*.
 - c) Tujuan yang ingin dicapai, artinya semakin tinggi dan kompleks tujuan yang ingin diraih, semakin besar kemungkinan untuk melakukan *self regulated learning*.
 - d) Keyakinan efikasi diri, dimana pembelajar yang memiliki taraf *self efficacy* yang tinggi cenderung akan bekerja lebih keras dan tekun pada tugas akademik ditengah kesulitan, dan lebih baik dalam memantau dirinya dan menggunakan strategi belajar.
- 2) Perilaku, fungsi perilaku adalah membantu individu menggunakan segala kemampuan yang dimiliki lebih besar dan optimal upaya yang dilakukan individu dalam mengatur proses belajar, akan meningkatkan *self regulated learning* pada diri individu.
- 3) Lingkungan, pengaruh lingkungan ini berupa *social and enactive experience*, dukungan sosial seperti dari guru, teman , maupun berbagai bentuk informasi *literature* dan simbolik lainnya, serta struktur konteks belajar, seperti karakteristik tugas dan situasi akademik .

Berdasarkan pendapat di atas ada 3 faktor yang mempengaruhi ada atau tidaknya kemandirian belajar dalam diri seseorang yaitu faktor yang ada dalam diri individu, perilaku individu dan lingkungan tempat

individu berada. Maksudnya kemandirian belajar dapat dimiliki oleh seseorang karena ia memiliki pengetahuan yang beragam sehingga ia terdorong untuk mencari tahu dan belajar sendiri tanpa menunggu orang lain yang mengajarkannya, metakognisi yang tinggi juga mampu mendorong seseorang belajar secara mandiri. Orang yang yakin terhadap kemampuannya juga akan terdorong untuk belajar secara mandiri.

Lebih lanjut faktor kedua yang mempengaruhi kemandirian belajar adalah perilaku, maksudnya kemampuan yang dimiliki tidak ada artinya jika tidak diwujudkan dalam bentuk perilaku. Maka perilaku berfungsi untuk membantu individu menggunakan kemampuannya secara optimal. Faktor ketiga adalah lingkungan maksudnya adalah mandirinya seseorang dalam belajar juga ditentukan oleh lingkungan sebab untuk belajar mandiri perlunya dukungan dari orang sekitar, bahkan untuk mandiri dalam belajar seseorang juga membutuhkan sumber/bahan informasi bahkan situasi akademik yang dapat mendukung terciptanya kemandirian belajar.

d. Mengembangkan Kemandirian Belajar

Banyak cara yang dapat dilakukan untuk mengembangkan kemandirian belajar pada siswa misalnya mengajarkan siswa bagaimana merumuskan tujuan belajarnya, membantu siswa dalam merancang cara belajarnya, memotivasi siswa agar dapat mewujudkan tujuan belajarnya dan yang terakhir mengajak siswa untuk mewujudkannya dalam bentuk tingkah laku aktif dalam belajar. Kemandirian belajar yang perlu diwujudkan adalah:

1. Kemampuan bermetakognisi artinya siswa dituntut untuk mampu merencanakan seperti apa pembelajarannya, siswa memiliki kemampuan untuk mengevaluasi sejauh mana dia mampu dalam mewujudkan tujuan pembelajarannya. Terkadang seseorang memiliki tujuan dalam pembelajaran namun tidak ada usaha untuk mewujudkannya, mereka hanya sebatas merumuskan tujuan.

2. Motivasi yang tinggi, artinya agar terwujudnya kemandirian dalam belajar seseorang haruslah memiliki motivasi/ dorongan untuk berbuat terhadap pembelajarannya, orang yang telah mampu merencanakan dan merumuskan tujuannya dalam belajar hendaklah memiliki motivasi yang tinggi dalam mewujudkan apa yang telah direncanakan. Motivasi dalam belajar tidak terlepas dari perihal seseorang yang meyakini kemampuannya/ memiliki efikasi diri. Sebab orang yang memiliki keyakinan akan kemampuannya ia menyadari bahwa kemampuan yang ia miliki akan sia-sia jika tidak di manfaatkan seoptimal mungkin.
3. Perilaku aktif dalam belajar, berdasarkan penjelasan di atas dapat kita ketahui bahwa ketiga hal memiliki keterkaitan memiliki metakognisi dan motivasi saja tidak cukup, karena bermetakognisi dan memiliki motivasi akan terwujud dalam perilaku aktif sebab setelah memiliki perencanaan, tujuan dan motivasi yang tinggi selanjutnya diwujudkan dalam bentuk tindakan bagaimana seseorang itu mampu memilih lingkungan yang dapat mendukung aktifitasnya dalam belajar. Seperti yang diketahui bahwa kemandirian merupakan kebutuhan remaja maka dari itu ada beberapa usaha memenuhi kebutuhan untuk mandiri menurut Elida (2006: 36) yaitu:.
 1. Memotivasi remaja membuat rencana / program untuk pengembangan bakat/ potensi.
 2. Membantu pengembangan bakat dan potensi sesuai dengan perencanaan / program.
 3. Memberikan kesempatan kepada remaja untuk mengemukakan ide-ide, mengambil keputusan, membentuk kelompok , memilih jurusan dan program pengembangan bakat.
 4. Memberi penghargaan atau penguatan kepada kelompok remaja yang kreatif dalam belajar, misalnya menemukan sendiri bahan belajar yang relevan dari berbagai sumber seperti buku-buku, majalah, surat kabar, rekaman, dan sebagainya .

Schunk (dalam Sumarmo, 2004: 7) mengajukan saran kepada guru atau orang tua untuk membantu siswa atau anak agar menjadi *self regulated learner* dengan cara:

1. Menciptakan suasana belajar yang kondusif dan menghindarkan sesuatu yang akan mengganggu belajar siswa/anak misalnya video- *game* atau permainan yang tidak relevan.
2. Memberi tahu siswa/anak bagaimana cara mengikuti suatu petunjuk.
3. Mendorong siswa/anak agar memahami metode dan prosedur yang benar dalam menyelesaikan suatu tugas
4. Membantu siswa mengatur waktu .
5. Menumbuhkan rasa percaya diri pada siswa/anak bahwa mereka mampu mengerjakan tugas yang diberikan.
6. Mendorong siswa/anak untuk mengontrol emosi dan tidak mudah panik ketika menyelesaikan tugas atau menghadapi kesulitan.
7. Memperlihatkan kemajuan yang telah dicapai siswa/anak .
8. Membantu siswa/anak cara mencari bantuan belajar.

Berdasarkan pendapat di atas diketahui bahwa hal yang dapat dilakukan oleh guru untuk mengembangkan kemandirian belajar secara umum adalah membantu siswa dalam mengatur belajar, menumbuhkan percaya akan kemampuannya sendiri, memotivasi serta membantu siswa membuat perencanaan dan memberi penghargaan serta penguatan. Menurut Agustina (2010: 11) peran guru dan orang tua dalam mewujudkan kemandirian belajar siswa adalah “memberikan dukungan kepada siswa untuk menumbuhkan kemauannya dalam belajar, yaitu dengan cara menciptakan lingkungan belajar yang kondusif, memberikan petunjuk dalam belajar, menumbuhkan rasa percaya diri siswa dan selalu memotivasi belajar siswa”. Kemandirian akan terwujud apabila ada kemauan dari siswa untuk aktif mengontrol sendiri segala sesuatu yang dikerjakan, mengevaluasi dan selanjutnya merencanakan sesuatu yang lebih dalam pembelajaran yang dilalui dan siswa juga aktif dalam proses pembelajaran. Zimmermen (dalam Latipah, 2010: 116) mengidentifikasi beberapa strategi belajar yang

umumnya digunakan oleh seorang yang memiliki kemandirian belajar yaitu:

1. Evaluasi diri
2. Pengorganisasian dan transforming
3. Menetapkan tujuan dan perencanaan
4. Mencari informasi
5. Membuat dan memeriksa catatan
6. Mengatur lingkungan
7. Konsekuensi diri
8. Mengulang-ngulang dan mengingat
9. Mencari bantuan kepada teman sebaya, guru, atau orang dewasa lainnya serta meriview catatan dan buku teks.

Banyak terdapat defenisi yang mengartikan maksud dari kemandirian belajar namun artiannya tidak terlepas dari aspek metakognisi, motivasi dan perilaku aktif. Hal tersebut terwujud dari banyaknya para ahli yang berpendapat bahwa orang yang mandiri adalah orang yang mampu merencanakan, mengorganisasikan atau mengatur pembelajarannya yang mana hal tersebut termasuk kepada aspek metakognitif, dilanjutkan dengan pendapat bahwa orang yang mandiri adalah orang yang memiliki efikasi diri, dia mempercayai kemampuan dirinya yang hal ini tergolong kepada aspek motivasi, sebab dengan adanya efikasi diri dalam seseorang dia memiliki dorongan dalam dirinya untuk memanfaatkan seoptimal mungkin kemampuan yang ada dalam dirinya, lebih lanjut pendapat para ahlu bahwasanya orang yang mandiri dalam belajar adalah orang yang mampu memilih maupun menciptakan lingkungan yang dapat mendukung aktivitas belajar hal ini termasuk kepada aspek perilaku sebab hal ini menunjukkan seorang mampu berbuat dan diwujudkan dalam bentuk perilakunya terhadap belajar.

e. Manfaat Kemandirian Belajar

Kemandirian belajar sangatlah penting dimiliki oleh seseorang, dengan adanya kemandirian belajar seseorang dengan mudah mencapai tujuan belajarnya. Menurut Howse dalam (Latipah, 2010: 112) “*self regulated learning* juga terbukti dapat meningkatkan motivasi para

siswa yang kurang beruntung secara ekonomi, sehingga dengan motivasi tersebut prestasi akademik siswa dapat meningkat”. Siswa yang memiliki *self regulated learning* memiliki kesadaran terhadap hasil kinerjanya. Kemp (dalam Agustina, 2010: 17)

mengemukakan bahwa keunggulan dari belajar mandiri adalah:

1. Menghasilkan peningkatan baik dari segi jenjang be;ajar maupun kadar ingatan. Jumlah siswa gagal dalam menunjukkan kinerja yang tidak memuaskan dapat dikurangi secara nyata.
2. Memberikan kesempatan baik kepada siswa yang lamban maupun yang cepat untuk menyelesaikan pelajaran sesuai dengan tingkat kemampuan masing-masing dalam kondisi belajar yang cocok.
3. Rasa percaya diri dan tanggung jawab pribadi yang dituntut dari siswa oleh rogram belajar mandiri mungkin dapat berlanjut sebagai kebiasaan dalam kegiatan pendidikan lain, tanggung jawab atas pekerjaan dan atas tingkah laku pribadi.
4. Menyebabkan lebih banyak perhatian tercurah kepada siswa perseorangan dan memberi kesempatan yang lebih untuk berlangsungnya interaksi antar siswa.

Adanya kemandirian belajar dalam diri siswa akan dapat menyelesaikan segala tugas-tugasnya tanpa tergantung pada orang lain, serta ada kecendrungan untuk menggunakan seluruh kemampuan yang dimilikinya sehingga dengan demikian ia tidak mengandalkan bantuan dari orang lain untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi. Menurut Agustina belajar mandiri memberikan beberapa keuntungan diantaranya:

Siswa menjadi belajar lebih giat, siswa dapat menciptakan lingkungan belajar yang sesuai dengan dirinya, dan siswa juga akan mampu mengingat hal yang dipelajarinya lebih lama dibandingkan dengan tidak melakukan belajar mandiri. Hal lain yang dapt diperoleh yaitu siswa akan selalu mempunyai tanggung jawab akan keberhasilan belajarnya sehingga akan bersemangat untuk mengeri dan memahami pelajaran (2010: 17).

Dalam proses pembelajaran diperlukan adanya kemandirian belajar dalam diri siswa, sebab dengan adanya kemandirian belajar maka proses pembelajaran dapat berjalan dengan baik sehingga prestasi

belajar siswa dapat meningkat. Dengan kemandirian siswa cenderung belajar lebih baik, mampu memantau, mengevaluasi dan mengatur belajarnya secara efektif, menghemat waktu secara efisien, akan mampu mengarahkan dan mengendalikan diri sendiri dalam berfikir dan bertindak. Disamping itu dengan adanya kemandirian belajar dalam diri siswa maka salah satu tujuan dari pendidikan sudah dapat dikatakan terwujud.

2. Konseling Realitas

a. Sejarah Konseling Realitas

Reality therapy/ terapi Realitas adalah sebuah pendekatan yang awalnya dikembangkan pada 1950-an dan 1960-an oleh William Glasser, seorang psikiater berbasis California. Pada awal 1980-an Glasser menambahkan control theory(teori kontrol) sebagai dasar teoritik bagi praktik Realitas. Pada tahun 1996, Glasser mengubah nama teori yang mendasari teori Realitas dari terapi kontrol ke *choice theory* (teori pilihan). Pada tahun 1961 Glasser mempublikasikan konsep konseling Realitas dalam bukunya yang pertama *Mental Health or Mental Illness*. Konsep ini diperluas, diperbaiki dan disusun pada penerbitan tahun 1965: *Reality Therapy: A New Approach to Psychiatry*. Tidak lama setelah penerbitan yang kedua ini, Glasser membuka *Institute of Reality Therapy* yang digunakan untuk melatih profesi-profesi layanan kemanusiaan. Sebagai kata sambung atas suksesnya, sekolah-sekolah membutuhkan konsultasi Glasser, dan ia dapat menyesuaikan dengan prosedur-prosedurnya dengan setting sekolah. Ia mempublikasikan ide ini dalam *School Without Failure* (1969) dan mendirikan *Educational Training Centre* yang di dalamnya guru-guru mendapat latihan *Konseling Realitas* (Jones, 2011: 278).

b. Konsep Dasar Konseling Realitas

Konseling Realitas adalah "suatu sistem yang difokuskan pada tingkah laku sekarang"(Corey, 2009: 263). Teori Realitas didasarkan pada teori pilihan. "*Choice theory teaches that there is no sense*

talking about what clients can't control the emphasis is on what clients can control in the relationship. The basic axiom of choice theory, which is crucial for clients to understand, is this The only person you can control is yourself"(Corey, 2009: 319). Artinya Teori pilihan mengajarkan bahwa tidak ada artinya berbicara tentang apa yang klien tidak bisa kendalikan, penekanannya adalah pada apa yang klien dapat lakukandan kontrol dalam hubungan. Dasar teori pilihan, yang sangat penting klien pahami adalah hanya kita satu-satunya orang yang dapat mengendalikan/ mengatur diri sendiri. Lebih lanjut dijelaskan bahwa "*Chioce theory explains that, for all practical purpose, we choose everything we do, including the misery we feel*"(Glasser, 1998:3) artinya teori pilihan menjelaskan bahwa, untuk semua tujuan praktis, kita memilih semua yang kita lakukan, termasuk kesengsaraan yang kita rasakan.

Berdasarkan pendapat Corey dan Glasser dasar dari konseling Realitas adalah teori pilihan yaitu pada teori pilihan hanya diri sendirilah yang menentukan apa yang kita mau, kesengsaraan atau kebahagiaan adalah tergantung bagaimana kita menjalani hidup kita sendiri. Selanjutnya Glasser (1998: 7) berpendapat "*choice theory is an internal control psycshology, it explains why and how we make the choice that determine the course of our lives*". Artinya teori pilihan adalah pengendalian psikologi internal, menjelaskan mengapa dan bagaimana kita membuat pilihan yang menentukan jalan hidup kita. Didukung dengan pendapat Corey "*Choice theory is the view that humans are internally motivated and behave to control the world around them according to some purpose within them. we are basically self determining and create our own destiny*" (2013: 163). Artinya pandangan bahwa manusia termotivasi secara internal dan berperilaku untuk mengontrol dunia di sekitar mereka sesuai dengan beberapa tujuan didalamnya. Pada dasarnya menentukan sendiri dan menciptakan takdir kita sendiri

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami yang dapat mengendalikan diri individu adalah individu itu sendiri, yang menentukan baik atau buruknya jalan kehidupan adalah diri sendiri. Lebih lanjut Wubbolding dan Brickell (dalam Palmer, 2000: 293) :

The five major principles of choice theory, 1) Our basic needs al human motivation and behaviour is designed to fulfil one or more of the five basic “ needs” that are built into our genetic structure which are: Survival, helath and reproduction, Love and belonging, Self- worthlpower, Freedom, Fun and enjoyment. 2) Our quality world 3) Frustration 4) Total behaviuor 5) Perceptions and current reality.

Maksudnya adalah ada 5 prinsip dari teori pilihan, yaitu:

1. Kebutuhan dasar, kebutuhan dasar yang dimaksud adalah kelangsungan hidup seseorang memiliki kebutuhan untuk bertahan hidup atau kelangsungan hidup, kebutuhan seseorang untuk mencintai dan memiliki adalah kebutuhan utama manusia, kebutuhan akan kekuasaan/ kekuatan maksudnya disini lebih mengarah pada sebuah pengakuan/ kebutuhan seseorang untuk diakui, kebutuhan untuk bebas menurut Darimis (2014: 207). kebutuhan kebebasan artinya “ perilaku yang bertanggungjawab, dan merupakan upaya manusia mengontrol lingkungan untuk memenuhi kebutuhan dan menghadapi Realitas yang ada dalam hidup” Kebutuhan kebebasan lebih mengarah pada kebebasan seseorang dalam memilih cara yang dia tempuh untuk menjalani kehidupan. Terakhir adalah kebutuhan untuk kesenangan. Kebutuhan kesenangan ini termasuk tertawa, bercanda, olahraga, bersantai berlibur dan lain-lain.
2. Kualitas dunia (bagaimana kualitas diri seseorang/ gambaran diri).
3. Kegagalan (terkadang seseorang sukses dan terkadang gagal melakukan sesuatu yang diinginkan).
4. Perilaku total selalu terdiri atas empat komponen yaitu bertindak, berpikir, merasakan dan fisiologi yang berkaitan dengan semua tindakan , pikiran dan perasaan kita.

5. Pandangan dan arus realita saat ini.

Berdasarkan pendapat di atas dapat diketahui bahwa ada 5 prinsip dari teori pilihan yaitu kebutuhan dasar, kualitas dunia (bagaimana kualitas diri seseorang/ gambaran diri), kegagalan (terkadang seseorang sukses dan terkadang gagal melakukan sesuatu yang diinginkan). Perilaku total selalu terdiri atas empat komponen yaitu bertindak, berpikir, merasakan dan fisiologi yang berkaitan dengan semua tindakan, pikiran dan perasaan kita. Pandangan dan arus realita saat ini. Brickel dan Wubbolding (dalam Palmer, 2000: 293) *“Reality therapy is a cognitive- behavioural method of counseling and psychotherapy that is highly focused and interactive, and one that has been successfully applied in a wide variety of setting”*. Artinya konseling Realitas adalah sebuah metode konseling dan psikoterapi perilaku kognitif yang sangat berfokus dan interaktif, salah satu yang telah berhasil diterapkan dalam berbagai macam pengaturan.

Berdasarkan pendapat di atas dapat diketahui bahwa konseling Realitas telah berhasil digunakan untuk berbagai macam pengaturan. Banyak penelitian yang dilakukan oleh para peneliti dengan menggunakan pendekatan Realitas. Lebih tepatnya konseling Realitas aktif dalam membimbing, mendidik dan terapinya mengarah kepada tingkah laku kognitif. Secara ringkas *“Reality therapy based on choice theory, this approach provides a way of implementing therapeutic procedures for helping individuals take more effective control of their lives”* (Corey. 2013: 163). Artinya berdasarkan teori pilihan, pendekatan ini menyediakan cara menerapkan prosedur-prosedur *therapeutic* untuk membantu individu mengambil kendali yang lebih efektif atas kehidupan mereka.

Lebih lanjut terdapat beberapa konsep pokok dari konseling Realitas menurut Taufik (2009: 190) yaitu, “ a) *right, reality*, dan *responsibility*, b) identitas keberhasilan, identitas kegagalan”. Maksud

dari pendapat Taufik adalah tingkah laku orang yang *succes identity* akan di warnai oleh *right, reality, dan responbility*. *Right* adalah kebenaran dari tingkah laku seseorang, *reality* adalah kenyataan, maksudnya individu bertingkah laku sesuai dengan kenyataannya, dan yang terakhir adalah *responbility* artinya bertanggungjawab. Tanggungjawab yaitu tingkah laku dalam memenuhi kebutuhan dengan cara yang tidak merugikan orang lain. Menurut Glasser (dalam Taufik, 2009: 191) beranggapan bahwa “manusia memiliki kecendrungan untuk memilih tujuan-tujuannya dan mengarahkannya dalam hidup. Bila orang membuat pilihan yang melanggar kebebasan orang lain maka tingkah laku mereka itu adalah tidak bertanggungjawab”.

Berdasarkan pendapat di atas individu dikatakan bertanggungjawab apabila tingkahlaku dalam pemenuhan kebutuhannya tidak mengganggu kebebasan orang lain. Sebaiknya individu dikatakan tidak bertanggung jawab apabila individu itu dalam memenuhi kebutuhannya tidak mengganggu/ melanggar kebebasan orang lain. Pada dasarnya individu dalam memenuhi kebutuhan maupun mencapai kebebasan tidak merugikan ataupun mengganggu orang lain.

c. Penyebab Manusia Bermasalah Menurut Konseling Realitas

Konseling Realitas didasarkan pada teori pilihan, teori pilihan melihat bahwa manusia digerakkan oleh kebutuhan- kebutuhan dasar dan psikologis.

Gantina (dalam Darimis, 2014: 209) “berpendapat manusia bermasalah menurut konseling Realitas disebabkan oleh terhambatnya seseorang dalam memenuhi kebutuhan psikologisnya, keterhambatan tersebut pada dasarnya karena penyangkalan terhadap Realitas. Penyangkalan Realitas adalah kecendrungan seseorang untuk menghindari hal-hal yang tidak menyenangkan”.

Berdasarkan pendapat di atas diketahui bahwa penyebab seseorang bermasalah adalah ketika seseorang tidak mampu

memenuhi kebutuhan dasarnya itu sendiri. Kebutuhan tersebut adalah *survival* yaitu untuk melangsungkan hidup/ bertahan, cinta dan mencintai, kekuatan, kebebasan, dan kebahagiaan. Lebih lanjut menurut Glasser (dalam Latipun, 2001: 128):

Individu yang berperilaku tidak tepat itu disebabkan oleh ketidakmampuannya dalam memuaskan kebutuhannya, akibatnya kehilangan "sentuhan" dengan Realitas objektif, dia tidak dapat melihat sesuatu sesuai dengan Realitasnya, tidak dapat melakukan atas dasar kebenaran, tanggungjawab dan Realitas.

Menurut pendapat di atas manusia dikatakan bermasalah apabila dia tidak mampu memenuhi kebutuhannya. Lebih jelasnya dia tidak mencapai identitas keberhasilan yang akan terlihat dari perilaku yang tidak bertanggung jawab terhadap dirinya, merasa tidak percaya diri, merasa terasingkan, dan tidak dapat melihat realita.

d. Ciri-Ciri Konseling Realitas

Ada beberapa ciri terapi Realitas yaitu mengajarkan bagaimana seseorang bertanggung jawab, fokusnya kepada tingkah laku yang terjadi saat ini, terapi Realitas tidak membahas kejadian yang terjadi dimasa lalu namun lebih kepada mengarahkan seorang klien untuk kedepannya seperti apa yang diinginkan. Lebih jelas ciri dari terapi Realitas menurut Corey (2011: 338-340) "*emphasize choice and responsibility, reject transference, keep the therapy in the present, avoid focusing in symptoms, challenge traditional views of mental illness*". Artinya ciri menekankan pilihan dan tanggung jawab, menolak transferensi, terapi di masa sekarang, menghindari fokus kepada gejala, menentang pandangan tradisional penyakit mental.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat dipahami bahwa terdapat beberapa ciri-ciri dari konseling Realitas adalah menekankan pada pilihan maksudnya dalam konseling Realitas seseorang hidup berdasarkan pilihannya dan bertanggung jawab atas pilihannya. Menurut Corey (2011: 338) "*choice theory changes the focus of*

responsibility to choice an chosing”. Artinya teori pilihan mengubah fokus tanggung jawab untuk memilih suatu pilihan. Maksudnya konseling Realitas mengajarkan klien untuk bertanggungjawab terhadap pilihannya. Konseling Realitas tidak menekankan transferensi. Memandang transferensi adalah suatu cara untuk menyembunyikan pribadinya, menjadi diri mereka sendiri dalam pekerjaan profesional . Konseling Realitas berfokus pada tingkah laku sekarang pada perasaan dan sikap-sikap dan lebih menekankan pada kesadaran atas tingkah lakunya sekarang.

Konseling Realitas berfokus pada masa sekarang, tidak seperti psikoanalisis klasik yang membahas masa lalu, karena masa lalu itu tidak bisa diubah, yang bisa diubah hanya masa sekarang dan masa yang akan datang. Konseling Realitas tidak lagi membahas gejala-gejala yang menyebabkan seseorang bertingkah laku. Ciri konseling Realitas yang terakhir yaitu menolak penyakit mental. Konseling Realitas tidak berhubungan dengan diagnosis psikologis. Jadi penyakit mental dalam pandangan terapi Realitas adalah bentuk tingkah laku yang tidak bertanggungjawab.

e. Tujuan Konseling Realitas

Secara luas tujuan dari konseling Realitas adalah mencapai identitas keberhasilan membantu individu bertanggungjawab atas dirinya sendiri. *“a basic goal of reality therapy is to help clients learn better ways of fulfilling all of their needs, including power or achievement, freedom or independence, and fun”*(Corey, 2009: 321). Maksud dari pendapat di atas adalah tujuan dasar dari konseling Realitas adalah untuk membantu klien belajar cara yang lebih baik untuk memenuhi semua kebutuhan mereka, termasuk kekuatan atau prestasi, kebebasan atau kemandirian, dan kesenangan. Tujuan konseling Realitas secara umum menurut Darimis (2014: 210) adalah “membantu konseli mencapai identitas keberhasilan”. Lebih spesifik terapi Realitas memiliki tujuan- tujuan berikut:

- 1) Terapi Realitas berusaha menyampaikan kerangka kerja teori pilihan kepada klien untuk memahami perilakunya.
- 2) Pendekatan itu dimaksudkan untuk meningkatkan kesadaran klien tentang perilaku memilihnya dan bagaimana klien mencoba mengontrol dunianya melalui perilaku itu.
- 3) Terapi Realitas meningkatkan pemahaman klien tentang tanggung jawabnya untuk membuat pilihan- pilihan yang berkerja bagi mereka. Klien diajari bahwa tidak perlu menjadi korban pilihan *self defeating*- Nya di masalalu maupun sekarang
- 4) Klien dibantu untuk mengidentifikasika dan memahami kebutuhan dasar akan kelangsungan hidup, rasa ingin memiliki, kekuasaan, kebebasan, dan kesenangan.
- 5) Terapi Realitas membantu klien untuk mempunyai gambar-gambar yang baik dalam dunia kualitasnya untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan dasarnya.
- 6) Terapi Realitas mengajari klien untuk mengevaluasi efektivitas perilaku totalnya mengingat apa yang diinginkannya dan memilih perilaku yang berbeda yang dibutuhkan.
- 7) Terapi Realitas membantu klien untuk mengembangkan dan mengimplementasikan perilaku-perilaku tertentu yang akan membantunya memenuhi kebutuhannya sekarang dan dimasa mendatang tanpa mengagaglkan kebutuhan- kebutuhan lainnya
- 8) Terapi Realitas mengajari klien tentang cara menghindari dirinya dikontrol oleh perilaku orang lain bersifat mengontrol secara negatif (Jones, 2011: 297-298).

Konseling Realitas sangat penting bagi siswa untuk membantu dalam mengartikan dan memperluas tujuan- tujuan hidup mereka dan membantu dalam pemenuhan psikologis tunggal yang disebut kebutuhan akan identitas. Menurut Corey (2009: 269) “tujuan umum dari terapi Realitas adalah membantu seseorang untuk mencapai otonomi. Pada dasarnya otonomi adalah kematangan yang diperlukan bagi kemampuan seseorang untuk menggantikan dukungan lingkungan dengan dukungan internal”. Senada dengan pendapat dari Lubis (2011: 188) tujuan terapi Realitas yaitu “menjelaskan kepada klien hal-hal yang menghambat terbentuknya keberhasilan identitas, membantu klien menetapkan tujuan yang ingin dicapai dalam terapi, klien dapat melaksanakan rencana-rencananya secara mandiri tanpa diberi treatmen”. Tujuan konseling dengan pendekatan Realitas menurut Taufik (2009:192) adalah:

Membantu orang mencapai identitas keberhasilan. Orang yang identitas keberhasilan melihat dirinya sebagai orang yang mampu yang sanggup memberi dan menerima cinta, perasaan dimana mereka berarti bagi orang lain, merasa diri berharga, merasa dibutuhkan orang lain dan memenuhi kebutuhan dengan menggunakan cara yang tidak merugikan orang lain.”

Berdasarkan tujuan konseling Realitas menurut para ahli di atas maka konseling Realitas bermaksud membantu klien untuk membantu klien belajar cara yang lebih baik untuk memenuhi semua kebutuhan, untuk mencapai identitas keberhasilan, membuat klien bertanggungjawab pada dirinya sendiri/ bertanggung jawab atas pilihannya, segala ketergantungannya kepada orang lain digantikan kepada otonomi dirinya sendiri. Pemenuhan kebutuhan mereka tidak mengorbankan orang lain.

f. Proses Konseling Realitas

Seorang konselor dalam terapi Realitas bertindak sebagai pembimbing yang membantu klien agar dapat menilai tingkah lakunya secara realistis. Menurut Taufik (2009: 197) pendekatan konseling Realitas berpandangan bahwa “proses konseling sebagai proses rasional. Konselor harus hangat dan memahami lingkungan klien, paling penting anggapan konselor bahwa klien memiliki kapasitas untuk bertanggungjawab pada dirinya sendiri”. Lebih lanjut proses terapis menurut Glasser (dalam Jones, 2011: 299) menghemat waktu dalam terapi dengan tiga cara utama. “Pertama, ia tidak berkepanjangan menggali permasalahannya, kedua karena masalahnya ada dimasa kini, tidak perlu melakukan penyelidikan panjang tentang masalah klien. Ketiga ia memfokuskan pada apa yang dipilih untuk dilakukan sekarang”. Glasser “mengembangkan sebuah model konseling yang lebih spesifik, yang menggambarkan proses konseling disebut WDEP. Mengacu pada *W(want)*, *D(doing)*, *E(evaluation)*, dan *P(planning)*” (dalam Darimis, 2014: 211). Brickell dan Wubbolding (dalam Palmer, 2000: 297) mengatakan bahwa:

Masing-masing huruf dari WDEP mewakili sekelompok ide yang diringkas sebagai berikut “*W=want asking clients about their wants, needs, perceptions and level of comitment, D= doing and direction, E= evaluation- helping the client to self-evaluate, P= planning- helping the client to make a plan of action*”.

Maksudnya adalah *want* yang artinya keinginan, pada proses konseling konselor menggali atau mengeksplor keinginan konseli, konselor membantu konseli mengarahkan dan merumuskan keinginannya. Pada bagian ini konselor bertanya “ apa yang kamu inginkan melalui konseling” dengan pertanyaan yang demikian konseli diharapkan mampu mendefenisikan apa yang ia inginkan dari proses konselingnya, termasuk membantu mereka menentukan tingkat komitmen yang mereka bersedia untuk memenuhi keinginan mereka. Lebih lanjut ada beberapa pertanyaan yang bisa di pertanyakan oleh konselor kepada klien yaitu “kondisi apa yang anda inginkan?”, apa keinginan anda selanjutnya. (Darimis, 2014: 212)

Doing yang artinya kegiatan/ pekerjaan, menurut Darimis(2014: 213) “konseling Realitas berfokus untuk mendapatkan kesadaran dan mengubah arus perilaku total konseli”. Konselor mengacu pada pertanyaan berikut:

- a) Apa yang akan kamu lakukan sekarang?
- b) Apa yang sebenarnya anda lakukan minggu terakhir?
- c) Apakah yang ingin anda lakukan berbeda minggu terakhir ini?
- d) Apa yang menghentikan anda melakukan apa yang anda bilang anda ingin lakukan?
- e) Apa yang akan anda lakukan besok

Intinya pada bagian ini, mereka diminta melihat perilaku mereka saat ini untuk menentukan apakah yang mereka lakukan agar mendapatkan apa yang mereka inginkan. Menurut Corey (2011: 345) “*the therapist challenge is to help clients make more need satisfying choices*”. Artinya tantangan terapis adalah membantu klien membuat

lebih banyak pilihan yang memuaskan. Pada bagian ini akan memakan waktu / durasi yang panjang pada proses konseling, karena pada proses ini konselor melakukan dorongan terhadap konseli untuk mengambil tindakan.

Evaluation adalah penilaian, evaluasi adalah inti dari konseling Realitas, meminta konseli membuat evaluasi diri melalui efektifitas perilakunya. Tugas konselor membantu konseli mengevaluasi kualitas tindakannya. *Self-evaluation* adalah landasan dari prosedur terapi Realitas. Menurut Corey (2011: 346) “*the procces of evaluation of the doing, thinking, feeling, and physiological componennts of total behaviour is within the scope of the clients responsibility*”. Artinya proses evaluasi dari perilaku, pemikiran, perasaan, dan komposisi fisiologis dari perilaku total berada dalam lingkup tanggungjawab klien. Setelah klien melakukan evaulasi tentang kualitas perilaku mereka, mereka dapat menentukan apa yang mungkin berkontribusi pada kegagalan mereka perubahan apa yang dapat mereka lakukan untuk mendukung kesuksesan. Konselor dapat mengevaluasi perilaku mereka dengan pertanyaan sebagai berikut:

1. Apakah tindakan anda membantu anda atau merugikan anda?
2. Apa yang anda lakukan sekarang sesuai dengan keinginan anda?
3. Apakah perilaku anda memberikan keuntungan untuk anda
4. Apakah perilaku anda sesuai dengan kepercayaan anda?
5. Apa yang akan anda lakukan terhadap peraturan?
6. Apakah perilaku anda realistis dan dapat dicapai?
7. Apakah perilaku itu membantu anda melihat dengan cara itu?
8. Bagaiman komitmen anda pada proses konseling dan perubahan hidup anda?
9. Setelah hati-hati memeriksa apa yang anda inginkan apakah itu sudah menggambarkan kepentingan anda? (Darimis, 2014: 214).

Pertanyaan yang diberikan diharapkan mampu membantu konseli mengevaluasi kualitas tindakannya, dan membantu konseli

untuk membuat kualitas efektif. Maka dengan beberapa pertanyaan menggambarkan apa yang telah dilakukan sejauh ini untuk mewujudkan tujaunnya.

Planning artinya rencana pada bagian ini konselor membantu klien membuat rencana/ tindakan selanjutnya. *Planning* adalah puncak dari sistem WDEP. Proses menciptakan dan melaksanakan rencana memungkinkan orang mendapat kontrol efektif terhadap kehidupannya. Glasser menggunakan akronim “ SAMIC3 untuk menangkap esensi rencana yang baik yaitu *Simple* : sederhana, *Attainable* : mudah dilakukan, *Measurable* : dapat diukur, *Immediate* : segera, *Involved* : terlihat penuh, *Controlled by planner* : kontrol, *Committed* : komitmen, *Continously done* : dilakukan terus dilakukan (dalam Darimis, 2014: 215)” . Perencanaan untuk bertindak lebih baik, ketika perilaku sudah di evaluasi, maka pertanyaan yang dapat diberikan adalah “ apa yang harus dilakukan tentang hal itu?”.

Intinya untuk mendapatkan rencana yang baik dapat dilihat dari sesederhana apa rencana itu, semudah apa untuk dilakukan, bisa diukur, bisa segera dilakukan, jelas, dapat dikontrol dan berkomitmen serta tidak kalah penting yaitu dilakukan secara berkelanjutan. Ada beberapa hal yang dapat di tanyakan menurut Corey (2013: 168) *Apply these questions to developing your plan:*

1. *What kind of specific plan would you be interested in developing as a way to enhance your life?*
2. *How can you design a specific plan for change?*
3. *What will help you follow through with your plan and make a commitment to change?*
4. *If you follow through on your plan, how might your life be different?*

Artinya kita bisa terapkan pertanyaan-pertanyaan ini untuk mengembangkan rencana :

1. Rencana spesifik apa yang akan anda kembangkan sebagai cara untuk meningkatkan hidup anda?.

2. Bagaimana anda bisa mendesain rencana khusus untuk perubahan?.
3. Apa yang akan membantu Anda menindaklanjuti rencana Anda dan membuat komitmen untuk berubah?.
4. Jika Anda menindaklanjuti rencana anda, bagaimana kehidupan anda bisa berbeda?.

Pertanyaan yang dilontarkan akan menggambarkan rencana apa yang dilakukan oleh konseli/klien. Lebih lanjut konselor menanyakan apa yang dilakukan konseli dalam merancang rencananya.

3. Bimbingan Klasikal (Format Klasikal)

a. Pengertian Bimbingan Klasikal

Bimbingan klasikal adalah bimbingan yang dilakukan dalam suatu kegiatan dengan jumlah peserta yang cukup besar. Menurut Mastur dan Triyono (2014: 1)” bimbingan klasikal adalah bimbingan yang berorientasi pada kelompok siswa dalam jumlah yang cukup besar antara 30-40 orang siswa (sekelas)”. Lebih lanjut dalam POP BK (Panduan operasional penyelenggaraan bimbingan dan konseling) bimbingan klasikal merupakan:

Kegiatan layanan yang diberikan kepada sejumlah peserta didik/konseli dalam satu rombongan belajar dan dilaksanakan di kelas dalam bentuk tatap muka antara guru bimbingan dan konseling atau konselor dengan peserta didik/konseli. Metode bimbingan klasikal antara lain diskusi, bermain peran dan *ekspositori*. Bimbingan klasikal merupakan salah satu strategi layanan dasar serta layanan peminatan dan perencanaan individual pada komponen program bimbingan dan konseling. Bimbingan klasikal diberikan kepada semua peserta didik/konseli dan bersifat pengembangan, pencegahan, dan pemeliharaan(2016: 72).

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa bimbingan klasikal adalah bimbingan yang dilakukan kepada sekelompok orang dengan jumlah banyak 30-40 orang, dilaksanakan dalam bentuk tatap muka dimana layanan klasikal merupakan salah satu strategi layanan dasar dan perencanaan individual, dan layanan ini bersifat pengembangan, pencegahan dan pemeliharaan.

b. Tujuan Bimbingan Klasikal

Kegiatan layanan bimbingan klasikal bertujuan “membantu peserta didik/konseli dapat mencapai kemandirian dalam kehidupannya, perkembangan yang utuh dan optimal dalam bidang pribadi, sosial, belajar, dan karir, serta mencapai keselarasan antara pikiran, perasaan dan perilaku” (POP BK, 2016: 72). Lebih lanjut tujuan bimbingan klasikal adalah “membantu konseli agar mandiri, menyesuaikan diri, mampu mengambil keputusan untuk hidupnya sendiri, mampu beradaptasi dengan kelompok, mampu menerima *support* atau dapat memberikan *support* pada teman temannya”(Mastur dan Triyono, 2014: 2).

Berdasarkan pendapat di atas tujuan bimbingan klasikal adalah untuk membantu peserta didik atau konseli dalam mencapai kemandirian. Bimbingan klasikal juga bertujuan untuk mencapai aspek-aspek perkembangan yang utuh yang terdiri dari bidang pribadi, sosial, karir dan belajar.

c. Langkah-Langkah Bimbingan Klasikal

Menurut pedoman operasional pelaksanaan bimbingan dan konseling di SMP/ Sederajat, maka ada 3 langkah yang harus dilaksanakan dalam melaksanakan bimbingan dan konseling yaitu persiapan, pelaksanaan, evaluasi dan tindak lanjut.

1) Persiapan

- a) Mengajukan jadwal masuk kelas 2 jam setiap kelas/minggu untuk ditetapkan pimpinan sekolah sesuai kalender akademik SMP.
- b) Mempersiapkan topik materi bimbingan klasikal, yang dirumuskan berdasarkan Standar Kompetensi Kemandirian Peserta Didik (SKKPD) (Ditjen PMPTK, 2007), masalah yang dihadapi peserta didik/konseli yang diases menggunakan AUM atau DCM, dan instrumen lain yang relevan.

- c) Menyusun rencana pelaksanaan layanan bimbingan klasikal dengan menggunakan sistematika sebagaimana disajikan dalam format RPL.
 - d) Mendokumentasikan rencana pelaksanaan layanan bimbingan klasikal yang akan diberikan.
- 2) Pelaksanaan
- a) Melaksanakan layanan bimbingan klasikal sesuai jadwal dan materi yang telah dirancang.
 - b) Mendokumentasikan rencana pelaksanaan layanan bimbingan klasikal yang telah diberikan.
 - c) Mencatat peristiwa dan atau hal-hal yang perlu perbaikan dan atau tindak lanjut setelah layanan bimbingan klasikal dilaksanakan.
- 3) Evaluasi dan tindak lanjut
- a) Melakukan evaluasi proses layanan bimbingan klasikal.
 - b) Melakukan evaluasi hasil layanan bimbingan klasikal yang telah diberikan.

4. Keterkaitan Kemandirian Belajar dengan Konseling Realitas Format Klasikal

Keterkaitan konseling Realitas dengan kemandirian sangatlah jelas dapat dilihat dari pentingnya menumbuhkan kembangkan kemandirian pada siswa yaitu “dapat membuat siswa mengerjakan segala sesuatu sesuai dengan kemampuan yang dimiliki secara optimal dan tidak menggantungkan diri kepada orang lain” (Sulistyaningsih, Budiyono dan Purwoko, 2012:33). Sementara itu tujuan konseling Realitas menurut Corey (dalam Lubis, 2011: 188) adalah untuk membantu individu mencapai otonomi, otonomi yaitu kematangan emosional yang diperlukan individu untuk menggantikan dukungan eksternal (dari luar diri individu) dengan dukungan internal (dari dalam diri). Kematangan emosional juga ditandai dengan kesediaan bertanggung jawab terhadap tingkah lakunya.

Lebih lanjut dari pengertian kemandirian belajar dapat diketahui bahwa orang yang mandiri dalam belajar adalah orang yang mampu belajar bermetakognisi, memiliki motivasi yang tinggi dan berperilaku secara aktif untuk mencapai tujuan. Orang yang bermetakognisi contohnya orang yang telah memikirkan apa yang harus dia kerjakan hari ini untuk esok, orang yang lebih dahulu merancang tindakan apa yang akan dia lakukan. Senada dengan hal itu konseling Realitas mengajarkan klien untuk memilih langkah apa yang terbaik dalam hidupnya, klien diminta untuk memilih seperti apa kehidupannya, merumuskan tujuan hidupnya, apa yang dia lakukan untuk mencapai tujuannya, bagaimana hasilnya dan apa rencana kedepannya.

Sementara itu dalam sintesis kemandirian belajar terdapat dimensi tanggung jawab menurut Tahar dan Enceng(2006: 94) “dimensi tanggungjawab berarti peserta ajar mampu menilai aktivitas, mengatasi kesulitan dan mengukur kemampuan yang diperoleh dari belajar”. maka untuk mewujudkan dimensi tanggungjawab maka dapat dilakukan konseling Realitas. Konseling Realitas menekankan bagaimana klien harus bertanggungjawab atas pilihannya tersebut. Menurut konseling Realitas baik/ buruknya kehidupan seseorang itu tergantung dari pilihannya dan apa yang ia lakukan. Selain itu untuk meningkatkan kemandirian belajar dapat dilakukan konseling Realitas karena tujuan dari konseling Realitas adalah membuat seorang individu memiliki otonomi diri, bertanggungjawab terhadap dirinya tidak bergantung kepada orang lain dalam artian seorang individu di tuntut untuk mandiri.

B. Penelitian Relevan

a. Elis Sulistya tahun 2013

Penelitian yang dilakukan oleh Elis Sulistya pada tahun 2013 yang berjudul “Pengaruh Konseling Realita terhadap Pembentukan Kemandirian pada Siswa SMPN 2 Kuripan tahun pelajaran 2013/2014”. ada pengaruh konseling realita terhadap pembentukan kemandirian pada siswa di SMPN 2 Kuripan Kab. Lombok Barat Tahun Pelajaran

2013/2014. Hal ini dapat dilihat dari hasil penelitian yaitu: nilai t hitung sebesar 4,756 dan nilai t tabel pada taraf signifikan 5% dengan $N= 9$, lebih besar dari pada nilai t pada tabel ($4,756 > 2,262$) sehingga dapat disimpulkan “signifikan”. Artinya konseling Realitas berpengaruh dalam pembentukan kemandirian belajar.

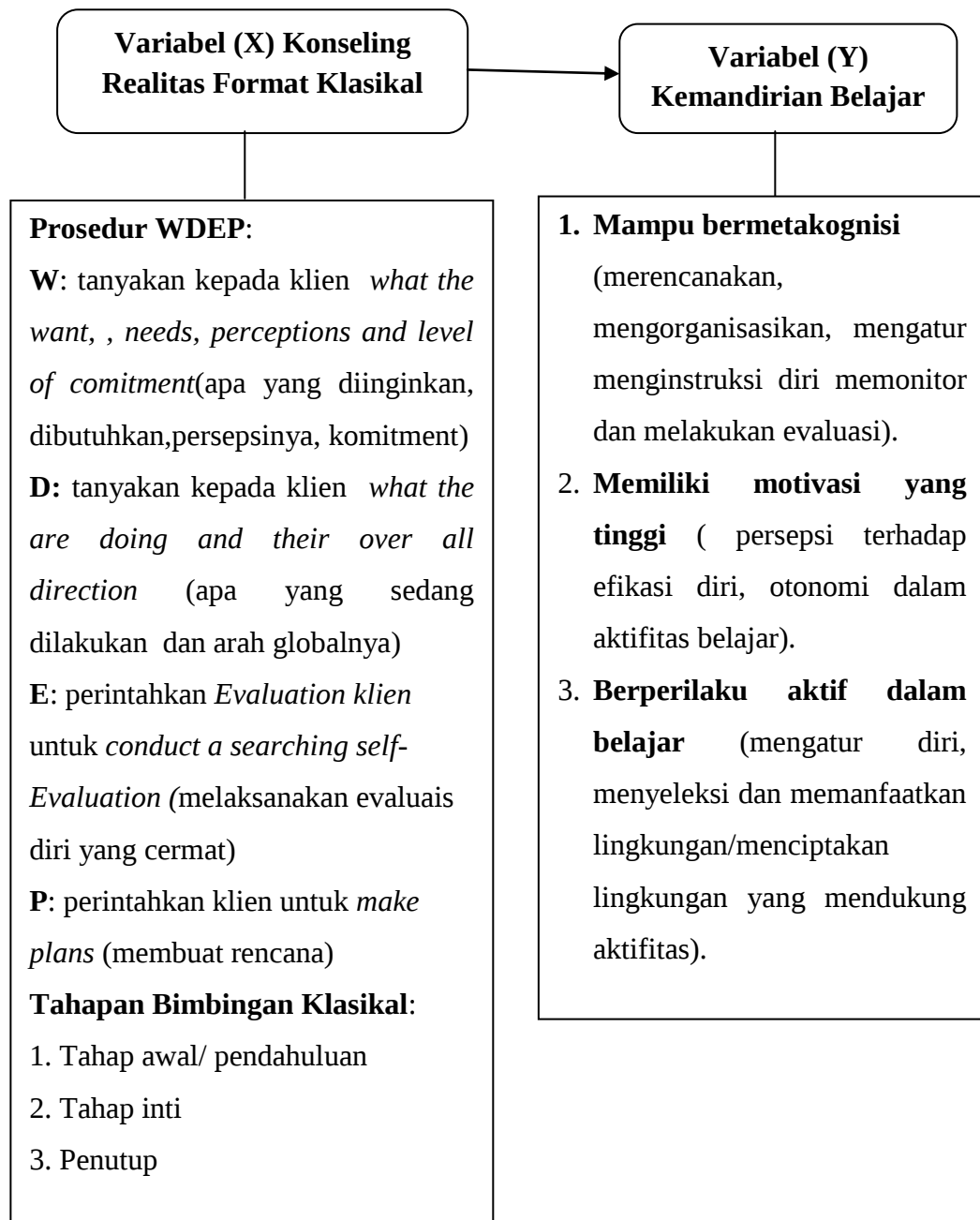
b. Sutanto Priyonugroho tahun 2017

Penelitian yang dilakukan oleh Sutanto Priyonugroho pada tahun 2017 yang berjudul “efektivitas teknik *modeling* untuk meningkatkan kemandirian belajar siswa kelas VIII SMP Pawyantan Daha 1 Kediri tahun pelajaran 2016/2017”. Pada penelitian ini priyonugroho melihat pengaruh teknik modeling terhadap peningkatan kemandirian belajar siswa, sementara peneliti akan melihat efektifitas konseling Realitas format klasikal untuk meningkatkan kemandirian belajar siswa. Dipenelitian ini peneliti akan melihat apakah efektif konseling Realitas format klasikal untuk meningkatkan kemandirian belajar siswa MTsN 10 Agam.

c. Dewi Oktofa Rachmawati pada tahun 2008

Penelitian yang dilakukan Dewi Oktofa Rachmawati pada tahun 2008 yang berjudul “penerapan model *self-directed learning* untuk meningkatkan hasil belajar dan kemandirian belajar mahasiswa”. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan peneliti lakukan adalah sama-sama membahas tentang Kemandirian belajar pada salah satu variabelnya. Dalam penelitian Dewi Oktofa Rachmawati untuk meningkatkan kemandirian belajar menggunakan model *self-diected learning*, sementara peneliti menggunakan konseling Realitas untuk meningkatkan kemandirian belajar siswa.

C. Kerangka Berpikir



Keterangan :

Berdasarkan kerangka berfikir di atas, dapat dipahami bahwa konseling Realitas format klasikal (terdiri dari tiga tahap pelaksanaan) merupakan perlakuan dengan menggunakan sistem WDEP dimana setiap hurufnya akan membantu klien membuat pilihan- pilihan yang lebih baik

dalam hidupnya (*treatment*) yang peneliti lakukan pada subjek penelitian siswa kelas VIII MTsN 10 Agam sebagai upaya meningkatkan kemandirian belajar yang terdiri kemampuan bermetakognitif, Memotivasi diri dan perilaku aktif dalam belajar.

D. Hipotesis

Berdasarkan pemaparan teoritik di atas, maka rumusan hipotesis atau dugaan sementara pada penelitian ini adalah:

1. H_0 = Konseling Realitas format klasikal tidak efektif untuk meningkatkan kemandirian belajar siswa
2. H_a = Konseling Realitas format klasikal efektif untuk meningkatkan kemandirian belajar siswa.

Bentuk hipotesis statistiknya adalah:

1. $H_0 = t_{hitung} \leq t_{tabel} / t_0 \leq t_t$
2. $H_a = t_{hitung} > t_{tabel} / t_0 > t_t$

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang peneliti gunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode eksperimen. Menurut Kasiram (2010: 211) “metode eksperimen adalah model penelitian dimana peneliti memanipulasi suatu stimuli atau kondisi, kemudian mengobservasi pengaruh atau akibat dari perubahan stimuli atau kondisi tersebut pada obyek yang dikenai stimulus atau kondisi tersebut”. Dapat dipahami bahwa eksperimen dimaksudkan untuk mengetahui pengaruh X (konseling Realitas format klasikal) terhadap Y (kemandirian belajar).

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di MTsN 10 Agam pada tanggal 13 Desember 2018 sampai 13 Januari 2019.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Suatu penelitian tentu diperlukannya suatu objek yang akan dijadikan sebagai sasaran penelitian, yang sering disebut sebagai objek penelitian. Menurut Sugiyono (2013: 80) populasi adalah “wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang diterapkan oleh penelitian untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Berdasarkan kutipan di atas dapat dipahami populasi adalah keseluruhan obyek atau subyek yang akan diteliti dalam sebuah penelitian. Populasi yang akan diteliti harus memenuhi karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Berdasarkan wawancara dan informasi yang peneliti dapatkan dari guru BK, dan salah satu Guru mata pelajaran, dimana siswa kelas VIII yang berjumlah 74 orang dan hampir semua siswa memiliki kemandirian belajar rendah.

Tabel. 3.1
Populasi Penelitian

No	Kelas	Jumlah Siswa
1	VIII.1	25 Orang
2	VIII.2	24 Orang
3	VIII.3	25 Orang
	Jumlah	74Orang

Sumber : Dokumenasi MTsN 10 Agam

2. Sampel

Menurut Sugiyono (2013: 81) mengatakan bahwa sampel adalah “sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut”. Adapun teknik mengambil sampel yang dipakai adalah dengan teknik purposive sampling. Menurut Sugiyono (2013: 85) “ *purposive sampling* yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu”. Artinya teknik pengambilan sampel berdasarkan pada alasan/ pertimbangan calon peneliti. Oleh karena itu peneliti akan menentukan sampel berdasarkan skor skala kemandirian belajar, peneliti memilih dan menetapkan sampel penelitian dari jumlah populasi yang ada berdasarkan kategori tingkat kemandirian belajar siswa yang rendah. Dari hasil penyebaran skala kemandirian belajar (*pretest*) maka didapatkan sampel sebanyak 31 orang .

D. Defenisi Operasional

Istilah dalam penelitian ini banyak sekali, terutama tentang judul penelitian. Supaya tidak terjadi kesalahpahaman dalam memahaminya,, maka berikut ini peneliti akan menjelaskan beberapa istilah yang memerlukan pemahaman lebih lanjut.

Kemandirian belajar menurut Zimmerman dan Schunk(n.d) “ *an inclusive definition of self rgulated learning was develop, to encompass this spectrum of research: the degree to which students are metacognitively, motivationally and behaviourally active participants in their own learning process*”. Artinya pembinaan inklusif kemandirian belajar dikembangkan,

untuk mencakup sepektrum: sejauh mana siswa mampu bermetakognisi, motivasi, dan berperilaku secara aktif dalam proses belajar mereka sendiri.

Kemandirian belajar yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kemandirian siswa untuk belajar dengan metakognisi, motivasi yang tinggi dan perilaku aktif dalam proses belajar untuk mencapai tujuan belajar.

Menurut Corey (2013: 163) “**Reality therapy** Based on choice theory, this approach provides a way of implementing therapeutic procedures for helping individuals take more effective control of their lives”. Artinya berdasarkan teori pilihan pendekatan ini menyediakan cara menerapkan prosedur terapi untuk membantu individu menggunakan control yang efektif dalam kehidupannya.

Konseling Realitas yang peneliti maksud adalah suatu pendekatan yang memiliki konsep dasarkebutuhan, membantu orang-orang dalam menentukan dan memperjelas tujuan-tujuan hidup mereka (mencapai kehidupan yang efektif dalam hidupnya) sehingga tercapainya kebutuhan itu dengan menggunakan prosedur WDEP(*Want, Doing, Evaluation, Planning*).

Bimbingan klasikal (POP BK, 2016: 72) kegiatan layanan yang diberikan kepada sejumlah peserta didik/konseli dalam satu rombongan belajar dan dilaksanakan di kelas dalam bentuk tatap muka antara guru bimbingan dan konseling atau konselor dengan peserta didik/konseli.

Bimbingan klasikal yang peneliti maksud adalah bimbingan/ kegiatan yang dilakukan dalam satu rombongan dan dilaksanakan dalam bentuk tatap muka oleh peneliti dengan peserta didik/ klien guna mencapai aspek perkembangan klien itu sendiri.

E. Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan adalah *Pre-Experimental design* dengan tipe *one group pretest-posttest design*. Hasil *posttest* tersebut dilihat apakah terjadi perubahan setelah diberikan tindakan. Penelitian ini hanya menggunakan satu kelompok saja, sehingga tidak memerlukan kelompok control. O_1 adalah *pretest*, X adalah *treatment* yang diberikan, dan O_2 adalah *posttest*. Desain ini digambarkan oleh Sugiyono(2013: 75) sebagai berikut:

Tabel. 3.2
Model Pre- Eksperiment

<i>Pretest</i>	<i>Treatment</i>	<i>Posttest</i>
O ₁	X	O ₂

Keterangan:

O₁: Nilai *pretest* (sebelum diberikan perlakuan)

X: Tindakan /perlakuan

O₂: Nilai *posttest* (setelah diberikan perlakuan)

Dari gambar di atas dapat dipahami bahwa penelitian ini dilakukan dengan cara mengobservasi satu kelompok eksperimen, kemudian diberikan *pretest* (O₁) *pretest* yang diberikan berbentuk skala kemandirian belajar model Likert, untuk mengukur kemandirian belajar siswa sebelum diberikan layanan. Setelah itu diberikan *treatment* (X) kepada kelompok eksperimen, *treatment* menggunakan konseling Realitas dengan format klasikal, lalu diberikan *posttest* (O₂) *posttest* yang diberikan adalah skala yang sama pada saat *pretest* gunanya untuk mengukur kemandirian belajar siswa setelah diberikan *treatment*. Peneliti membandingkan O₁ dan O₂ untuk mengetahui atau melihat berpengaruh secara signifikan atau tidak konseling Realitas format klasikal terhadap kemandirian belajar siswa. Langkah- langkah yang akan dilakukan dirinci sebagai berikut:

1. Melakukan *pretest*, yaitu memberikan skala kemandirian, sebelum dilakukannya *treatment*. Hal ini bertujuan untuk mengetahui seberapa tingkat kemandirian belajar siswa sementara sebelum diberikan *treatment*.
2. Melakukan *treatment*, yaitu mengaplikasikan konseling Realitas format klasikal. Menurut Myrick (2003: 222), untuk penelitian eksperimen , seorang peneliti memberikan *treatment* minimal 6 kali pertemuan dengan durasi waktu 45-50 menit”. Peneliti akan melakukan 6 sesi konseling Realitas dengan menggunakan format klasikal.

Tabel. 3.3
Rencana Treatment

No	Bulan	Topik Treatment	Tujuan	Waktu Tempat
1	Desember	Filosofi konseling Realitas: “hidup adalah pilihan” (Belajar adalah salah satu pilihan)	Agar siswa memahami bahwa hidup adalah pilihan	1x45 Menit Ruang Kelas
2	Desember	Filosofi konseling Realitas: “hidup adalah pilihan, setiap orang bertanggung jawab terhadap pilihannya”	Agar siswa memahami bahwa hidup adalah pilihan dan dia harus bertanggungjawab terhadap pilihannya.	1x45 Menit Ruang Kelas
3	Desember	Penyebab kegagalan “ <i>want</i> tidak seimbang dengan <i>doing</i> ”	- Agar siswa mengetahui jika dia tidak memenuhi kebutuhannya maka ia akan bermasalah. - Agar siswa mengetahui apabila <i>want</i> dengan <i>doing</i> tidak seimbang maka ia akan mendapatkan kegagalan	1x45 Menit Ruang Kelas
4	Januari	Aspek kemandirian belajar (Berfikir metakognitif)	Agar siswa mengetahui apa itu berfikir metakognitif dan mampu menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari	1x45 Menit Ruang Kelas
5	Januari	Aspek kemandirian belajar (memotivasi diri)	Agar siswa memiliki motivasi dalam diri untuk mandiri dalam belajar	1x45 Menit Ruang Kelas
6	Januari	Aspek kemandirian belajar (berperilaku aktif dalam belajar)	- agar siswa mampu menerapkan perilaku aktif dalam belajar	1x45 Menit Ruang Kelas

3. Memberikan *posttest*, yaitu pemberian skala yang sama dengan skala yang diberikan saat *pretest*. Tujuannya untuk melihat seberapa tingkat kemandirian belajar siswa setelah diberikan *treatment*, dan nanti akan dibandingkan dengan hasil *pretest*.

F. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini peneliti menggunakan instrument dalam bentuk skala untuk mengumpulkan data. Penilaian skor untuk kemandirian belajar siswa diukur dengan menggunakan skala kemandirian belajar model Likert. Menurut Sugiyono (2013: 93) “skala Likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang penelitian ini, karena skala Likert merupakan suatu instrument yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang”.

Tabel. 3.4
Alternatif Jawaban dan Bobot SkorSkala Likert

Jawaban	Item Positif	Item Negatif
Selalu	5	1
Sering	4	2
Kadang- Kadang	3	3
Jarang	2	4
Tidak Pernah	1	5

Sumber : Sugiyono (2013: 94)

G. Pengembangan Instrumen

Sebelum melakukan pengembangan ada beberapa langkah yang perlu dilakukan terlebih dahulu untuk menyusun suatu instrument, menurut Nurkencana (1993: 219) yaitu:

1. Menetapkan jenis / pola instrumen, terlebih dahulu menetapkan pola/ instrumen yang akan dilakukan. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan skala model likert.
2. Menetapkan isi instrument, isi instrument harus relevan dengan data yang hendak dikumpulkan dan untuk mendapatkan isi instrument yang relevan, dapat didasarkan atas suatu teori yang kita gunakan, atau mengkombinasikan teori-teori yang telah kita pelajari. Dalam instrument ini isi dari instrument berkaitan dengan kemandirian belajar.

3. Menyusun kisi-kisi, berdasarkan atas pola instrumen yang akan digunakan serta isi instrument yang akan digunakan, maka dibuatlah suatu rancangan instrument dalam kisi-kisi yang di dalamnya tercantum hal-hal variabel, sub variabel, indikator, pola instrumen, jumlah item, dan nomor-nomor item.

Tabel. 3.5
Kisi-Kisi Kemandirian Belajar

Variabel	Sub variable	Indikator	No item		Jml
			+	-	
kemandirian belajar/ <i>self regulated learning</i>	Berpikir Metakognisi	1. Merencanakan pembelajaran	1, 2	3	3
		2. Mengorganisasikan/ mengatur pembelajaran	4	5	2
		3. Menginstruksikan diri	6, 7, 8, 11	9, 10	6
		4. Memonitor kegiatan belajar	12	13, 14	3
		5. Melakukan evaluasi dalam aktivitas belajar	15, 16	17	3
	Memotivasi diri	1. Efikasi diri	18, 21	19, 20	4
		2. Otonomi dalam aktivitas belajar	22, 24	23	3
	Perilaku belajar	1. Mengatur diri	25	26	2
		2. Menyeleksi lingkungan belajar	28	27	2
		3. Memanfaatkan lingkungan	29	30	2
		4. Menciptakan lingkungan yang mendukung kemandirian belajar	31	32	2

4. Menulis item-item, setelah kisi-kisi tersusun, langkah selanjutnya adalah menulis item instrument sebagaimana yang telah dirancang dalam kisi-kisi.

Dari pendapat di atas dapat diketahui bahwa sebelum melakukan pengembangan instrument terlebih dahulu dilakukan penyusunan instrumen dengan 4 langkah yaitu pertama menetapkan jenis/ pola instrumen, kedua menetapkan isi instrumen, ketiga menyusun kisi-kisi, dan yang terakhir

menulis item-item. instrument yang baik haruslah valid dan reliabel. Untuk menyatakan instrument itu valid dan reliabil sehingga siap untuk digunakan maka dilakukanlah uji validitas dan reliabilitas.

1. Validitas dan Reliabilitas

Validitas dan reliabilitas instrumen merupakan hal yang sangat penting dalam melakukan sebuah penelitian. Instrumen penilaian yang digunakan untuk mengukur objek yang akan dinilai baik tes maupun non tes harus memiliki bukti validitas dan reliabilitas. Dari sinilah peneliti dapat mengetahui apakah data yang didapatkan dapat di percaya atau tidak.

a. Validitas

Menurut Widoyoko (2014: 141) menyatakan bahwa “validitas berkaitan dengan ketepatan”. Menurut Noor (2011: 132) menyatakan bahwa “validitas atau keshahihan adalah suatu indeks yang menunjukkan alat ukur tersebut benar-benar mengukur apa yang diukur”. Menurut Sukardi (2010: 121) “suatu instrumen dikatakan valid jika instrumen yang digunakan dapat mengukur apa yang hendak diukur”.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa validitas suatu instrumen yaitu seberapa jauh instrumen itu benar-benar mengukur apa yang hendak diukur, dengan adanya validitas instrumen tersebut diharapkan akan mendapatkan data yang benar-benar valid atau benar. Ada macam-macam validitas internal atau rasional, yaitu:

1) Validitas konstruk

Sukardi(2010: 174) menyatakan bahwa “validitas konstruk menunjukkan suatu tes mengukur sebuah konstruk”. Berdasarkan pendapat Sukardi dapat dipahami bahwa validitas konstruk merupakan instrumen yang disusun terkait dengan konstruk-konstruk tertentu, sehingga instrumen yang digunakan mampu mengukur apa yang hendak di ukur. Validitas konstruk dapat digunakan pendapat dari ahli, dalam hal ini setelah instrumen dibuat , maka selanjutnya dikonsultasikan dengan ahli.

2) Validitas isi

Menurut Sukardi (2010: 123) “ validitas isi ialah derajat dimana sebuah tes mengukur cakupan substansi yang ingin diukur. Validitas isi mencakup hal-hal yang berkaitan dengan apakah item-item itu menggambarkan pengukuran dalam cakupan yang ingin diukur”. Validitas isi dilakukan dengan menelaah butir pernyataan atau pertanyaan yang sesuai dengan kisi-kisi variabel yang akan diteliti. Sugiyono (2013: 125) berpendapat bahwa:

Secara teknis pengujian validitas isi dapat di bantu menggunakan kisi-kisi instrument, atau matrik pengembangan instrument. Dalam kisi-kisi itu terdapat variabel yang diteliti, indikator sebagai tolak ukur dan nomor butir (item) pertanyaan atau pernyataan yang telah dijabarkan dari indikator. Dengan kisi-kisiinstrumen itu maka pengujian validitas dapat dilakukan dengan mudah dan sistematis.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa validitas isi merupakan semua yang mencakup hal-hal yang berkaitan dengan apa yang akan diteliti sehingga semua aspek tersebut dapat terwakili, validitas isi dapat dilakukan dengan penyusunan kisi-kisi dari variabel yang akan di teliti.

3) Validitas Item

Sebuah instrumen terdiri dari item-item pernyataan sebagai penilaian dalam sebuah instrumen. Item yang tidak memperlihatkan kualitas yang baik atau tidak valid harus disingkirkan atau direvisi terlebih dahulu. Maka dapat dipahami bahwa validnya sebuah instrumen dilihat dari apakah instrumen yang digunakan mampu dan cocok digunakan untuk mengukur apa yang hendak diukur, menurut Azwar (2012: 152) “ kualitas item yang tinggi dilihat dari keselarasan antara isi item dengan indikator berperilaku dan oleh kelayakan sematik kalimat yang digunakan”. Berdasarkan kutipan di atas dapat dipahami bahwa untuk mendapatkan konsistensi item total maka

digunakan statistik yang memperhatikan kesesuaian skor masing-masing sub variabel.

Validitas isi ditegakkan pada telaah dan revisi butir pernyataan, penelaah/pembimbing peneliti yaitu Dra. Rafsel Tas'adi, M. Pd dan Dr. Masril, M. Pd, Kons. Selain pembimbing peneliti juga meminta pendapat ahli untuk memvalidasi instrumen yang telah disusun yaitu kepada Dra. Fadhillah, Syafwar. M. Pd. Hasil uji validitas konstruk dan isi yang diuji oleh ahli di atas ialah memperbaiki format petunjuk pengisian, penyusunan item, penggunaan bahasa yang efektif, dan sesuai dengan EYD dan perbaikan item pada aspek.

Validitas item, untuk menghasilkan skor interval maka digunakan *formula koefisien korelasi linier product moment person*. *Koefisien korelasi person* dapat diperoleh dengan bantuan SPSS 20. Hasilnya dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel. 3.6
Item Valid

Item-Total Statistics		
No	Item pernyataan	Corrected Item-Total Correlation
1	Item1	0,466
2	Item2	0,387
3	Item3	0,495
4	Item4	0,401
5	Item5	0,314
6	Item6	0,543
7	Item7	0,342
8	Item8	0,648
9	Item9	0,429
10	Item10	0,384
11	Item11	0,683
12	Item12	0,514
13	Item13	0,571
14	Item14	0,718
15	Item15	0,411
16	Item16	0,607
17	Item17	0,378
18	Item18	0,537

19	Item19	0,554
20	Item20	0,565
21	Item21	0,602
21	Item22	0,608
23	Item23	0,393
24	Item24	0,332
25	Item25	0,643
26	Item26	0,563
27	Item27	0,584
28	Item28	0,387
29	Item29	0,584
30	Item30	0,559
31	Item31	0,384
32	Item32	0,609

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat hasil uji validitas kemandirian belajar. item dikatakan valid jika memiliki korelasi besar dari 0,3. Artinya semua item dapat digunakan sebagai alat untuk pengumpul data dalam penelitian.

b. Reliabilitas

Tidak hanya melakukan validitas terhadap instrumen, tetapi juga melakukan uji reliabilitas. Noor (2011:131) mengatakan bahwa:

Reliabilitas adalah indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu alat pengukur dapat dipercaya atau dapat diandalkan. Reliabilitas menunjukkan kemantapa/ konsistensi hasil pengukuran. Suatu alat pengukur dikatakan mantap atau konsisten, apabila untuk mengukur sesuatu berulang kali, alat ukur itu menunjukkan hasil yang sama, dalam kondisi yang sama.

Berdasarkan kutipan di atas maka dapat dipahami bahwa sebuah instrumen dikatakan reliabel, jika instrumen digunakan kembali pada kelompok yang berbeda dengan karakteristik yang sama atau hampir sama maka hasilnya akan tetap sama atau relatif sama. Pada penelitian ini teknik yang peneliti gunakan untuk menguji reliabilitas adalah menggunakan program SPSS 20 dengan teknik *Alpha Cronbach*.

Tabel. 3.7
Uji Reliabilitas

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
0,921	32

Berdasarkan tabel di atas maka dapat dilihat bahwa koefisien mencapai nilai 0,921. Item dikatakan reliabel apabila besar dari 0,6. Maka dari itu dapat diketahui bahwa, instrumen yang digunakan reliabel.

H. Teknik Analisis Data

Bentuk pengolahan data yang dipakai pada penelitian ini adalah dengan memakai metode pengolahan statistik. Analisis data dalam penelitian eksperimen pada umumnya memakai metode statistik, hanya saja penggunaan statistik tergantung kepada jenis penelitian eksperimen yang dipakai. Calon peneliti memakai model eksperimen *Pre-Exsperimental*, dimana peneliti melakukan pengukuran sebanyak dua kali yakni sebelum dan sesudah perlakuan. Data yang terkumpul berupa nilai tes pertama dan nilai tes kedua. Tujuan peneliti adalah membandingkan dua nilai dengan mengajukan pertanyaan apakah ada perbedaan kedua nilai tersebut secara signifikan. Pengujian perbedaan nilai hanya dilakukan terhadap rata-rata kedua nilai saja, dan untuk melakukan ini digunakan teknik yang disebut uji-t (t-tes).

Setelah diperoleh persentase jawaban, dilakukan pengklasifikasian jawaban berdasarkan kategori kemandirian belajar. Menurut Sudijono, mencari rentang interval skor yaitu, “jarak penyebaran antara skor yang terendah sampai skor nilai tertinggi” (2005: 144).

Data yang diolah kemudian dilanjutkan dengan intrepetasi data atau proses penafsiran, interpretasi data mengacu pada interval yang disusun dengan rentang skor yaitu skor terbesar di kurang skor terkecil. Penelitian ini memiliki rentang dengan kaegori , sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, sangat tinggi.sehingga kriteria dapat ditentukan sebagai berikut:

1. Skor maksimum

$$5 \times 32 = 160$$

Keterangan: nilai tertinggi adalah 5 maka dikalikan dengan jumlah item sebanyak 32. Hasilnya adalah 160. Jadi skor tertinggi adalah 160

2. Skor minimum

$$1 \times 32 = 32$$

Keterangan : nilai terendah adalah 1 maka dikalikan dengan jumlah item sebanyak 32 maka diperoleh hasil 32. Jadi skor terendah adalah 32.

3. Rentang

$$160 - 32 = 128$$

Keterangan: skor maksimum 160 dikurang dengan skor minimum 32 maka didapat hasil 128

4. Banyak kriteria adalah 5 tingkatan (sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, sangat tinggi)

5. Panjang interval

$$128 : 5 = 25,6 \text{ maka dibulatkan menjadi } 26$$

Keterangan: panjang interval dibagi dengan banyak kriteria.

Klasifikasi skor kemandirian belajar dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel. 3.8

Klasifikasi Kemandirian Belajar

No	Interval skor	Kategori
1	140-166	Sangat tinggi
2	113-139	Tinggi
3	86-112	Sedang
4	59-85	Rendah
5	32-58	Sangat rendah

Adapun teknik analisis data dilakukan dengan cara membandingkan hasil rerata *pretest* dan *posttest* kelompok eksperimen dengan memakai metode statistik uji-t, seperti berikut:

- Mencari rerata nilai tes awal (O_1)/ *pretest*
- Mencari rerata nilai tes akhir (O_2)/ *posttest*

- c. Menghitung perbedaan rerata dengan uji-t dengan rumus sebagai berikut:

$$t_0 = \frac{M_D}{SE_{MD}}$$

- 1) Mencari *Mean* dari *Difference*

$$M_D = \frac{\sum D}{N}$$

- 2) Mencari *deviasi standar* dari *Difference*

$$SD_D = \sqrt{\frac{\sum D^2}{N} - \left(\frac{\sum D}{N}\right)^2}$$

- 3) Mencari standard Error dari *Mean of Difference*

$$SE_{MD} = \frac{SD_D}{\sqrt{N-1}}$$

- 4) $df = N - 1$

Keterangan:

M_D : *Mean of Difference* nilai rata-rata hitung dari beda / selisih antara skor *Prettest* dan skor *posttest*

$\sum D$: Jumlah beda / selisih antara skor *Prettest* dan skor *posttest*

N : *Number of cases* = jumlah subjek yang diteliti

SE_{MD} : Standar Error (standar kesesatan) dari *Mean of difference*

SD_D : Deviasi standar dari perbedaan antara skor *Prettest* dan skor *posttest* (Sudijono, 2005: 305-306).

Selanjutnya, melakukan perbandingan antara t_0 dan t_t .

1. Apabila t hitung (t_0) besar nilainya dari t tabel (t_t), maka hipotesis nihil (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima, ($t_0 > t_t = H_0$ ditolak, H_a diterima). Artinya Konseling Realitas format klasikal berpengaruh secara signifikan terhadap kemandirian belajar siswa.
2. Apabila harga t hitung (t_0) kecil sama dari harga t tabel (t_t), maka hipotesis nihil (H_0) diterima dan hipotesis alternatif (H_a) ditolak ($t_0 \leq t_t = H_0$ diterima, H_a ditolak). Artinya konseling Relitas format klasikal tidak berpengaruh terhadap peningkatan kemandirian belajar.

Disertasi Masril (2015: 90) untuk uji pengaruh X terhadap Y digunakan analisis N-gain yang rumusnya sebagai berikut:

$$g = \frac{\text{Skor Posttest} - \text{Skor Pretest}}{\text{Skor Maximum} - \text{Skor Pretest}}$$

Klasifikasi normalisasi *gain* adalah sebagai berikut:

Tabel 3.9
Klasifikasi dan Kriteria N-gain

Klasifikasi	Kriteria
$g \geq 0,70$	Tinggi
$0,30 \leq g < 0,70$	Sedang
$g < 0,30$	Rendah

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Hasil Penelitian

Penelitian *experiment* merupakan penelitian yang bertujuan untuk melihat pengaruh suatu variabel terhadap variabel lain. Penelitian yang peneliti lakukan ini bertujuan untuk melihat ada atau tidak efektifnya konseling Realitas format klasikal untuk meningkatkan kemandirian belajar siswa kelas VIII MTsN 10 Agam. Jumlah populasi pada penelitian ini 74 orang secara keseluruhan kelas VIII yang terdiri dari 3 lokal.

Penarikan sampel diambil dengan menggunakan *purposive sampling*, sampel diambil berdasarkan pertimbangan peneliti, yang akan dijadikan sampel adalah siswa yang memiliki kemandirian belajar rendah sebanyak 31 orang yang dapat dilihat dari hasil skor *pretest*. Berdasarkan sampel itu akan diperoleh data tentang efektifitas konseling Realitas format klasikal untuk meningkatkan kemandirian belajar siswa.

B. Deskripsi data

1. Deskripsi data hasil *pretest*

Penelitian ini dilakukan terhadap siswa yang memiliki kemandirian belajar rendah. Peneliti memperoleh data tentang efektifitas konseling Realitas format klasikal untuk meningkatkan kemandirian belajar siswa dengan menggunakan skala kemandirian belajar model Likert. Langkah pertama yang peneliti lakukan adalah memberikan *pretest* pada tanggal 10 Desember 2018. *Pretest* diberikan untuk melihat tingkat kemandirian belajar yang dimiliki oleh siswa sebelum diberikan *treatment*. Data hasil pengolahan angket kemandirian belajar siswa pada saat *pretest* yang peneliti lakukan dari 74 orang siswa terdapat 3 orang yang tinggi, 40 orang dengan kategori sedang, 31 orang kategori rendah, klasifikasi kemandirian belajar dapat dilihat dari tabel berikut:

Tabel. 4.1
Frekuensi Kategori Kemandirian Belajar Siswa Kelas VIII

No	Interval skor	Klasifikasi	Frekuensi	%
1	140-166	Sangat tinggi	0	0%
2	113-139	Tinggi	3	4%
3	86-112	Sedang	40	54%
4	59-85	Rendah	31	42%
5	32-58	Sangat rendah	0	0
	Jumlah		74	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa responden yang akan menerima perlakuan (*treatment*) adalah responden yang memiliki kemandirian belajar rendah dengan jumlah 31 orang/ 42%. Dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel. 4.2
Data Hasil Skor Skala Kemandirian Belajar Rendah
(Sampel) N=31

No	Kode	Inisial nama	Skor	Kategori
1	1R1	ARS	79	Rendah
2	1R2	SKM	73	Rendah
3	1R3	MV	76	Rendah
4	1R4	PIR	71	Rendah
5	1R8	DI	70	Rendah
6	1R10	NAW	78	Rendah
7	1R14	AS	79	Rendah
8	1R15	MFY	77	Rendah
9	1R18	YPA	70	Rendah
10	1R20	SNH	83	Rendah
11	1R22	KF	78	Rendah
12	2R4	JZ	72	Rendah
13	2R5	EO	77	Rendah
14	2R6	ASN	72	Rendah
15	2R7	SA	75	Rendah
16	2R8	NAR	72	Rendah
17	2R10	AI	79	Rendah
18	2R14	ES	78	Rendah
19	2R15	RRR	79	Rendah
20	2R18	DK	75	Rendah
21	2R20	RS	83	Rendah
22	2R22	SH	79	Rendah
23	3R2	VA	79	Rendah
24	3R3	SAY	74	Rendah
25	3R4	BWR	76	Rendah

26	3R5	P	72	Rendah
27	3R9	RAY	75	Rendah
28	3R11	SAP	80	Rendah
29	3R15	PE	80	Rendah
30	3R16	MAS	79	Rendah
31	3R19	AP	74	Rendah
JUMLAH			2364	Rendah
RATA-RATA			76,25	

Frekuensi kemandirian belajar siswa juga dapat dilihat per-aspek, seperti tabel berikut:

Tabel .4.3
Frekuensi Kategori Kemandirian Belajar
Aspek Metakognitif
N=31

No	Interval Skor	Kategori	Frekuensi	%
1	73-86	Sangat tinggi	-	-
2	59-72	Tinggi	-	-
3	45-58	Sedang	2	6,45%
4	31-44	Rendah	29	93.55%
5	17-30	Sangat rendah	-	-
Jumlah			31	100

Tabel .4.4
Frekuensi Kategori Kemandirian Belajar
Aspek Memotivasi Diri

No	Interval Skor	Kategori	Frekuensi	%
1	31-36	Sangat tinggi	-	-
2	25-30	Tinggi	-	-
3	19-24	Sedang	17	54,84%
4	13-18	Rendah	14	45,16%
5	7-12	Sangat rendah	-	-
Jumlah			31	100

Tabel .4.5
Frekuensi Kategori Kemandirian Belajar Aspek Perilaku

No	Interval Skor	Kategori	Frekuensi	%
1	36-42	Sangat tinggi	-	-
2	29-35	Tinggi	-	-
3	22-28	Sedang	-	-
4	15-21	Rendah	23	74,19%
5	8- 14	Sangat rendah	8	25,81%
Jumlah			31	100

Setelah menetapkan kelompok sampel kedalam satu kelompok eksperimen, peneliti melaksanakan *treatment* sebagai berikut:

2. Pelaksanaan Layanan

a. *Treatment 1*

Konseling pada sesi pertama dilaksanakan pada Sabtu 15 Desember 2018, yang dilakukan di kelas. Peserta yang mengikuti layanan berjumlah 31 orang. pertemuan pertama dihadiri oleh 31 orang anggota.:

1) Tahap awal/ pendahuluan

a) Pernyataan tujuan

Pada tahap ini peneliti menyapa siswa dengan hangat, sehingga membuat peserta bersemangat. Hal yang peneliti dapatkan dari tahap pertama adalah sambutan yang hangat serta respon yang baik dari setiap peserta kegiatan.

b) Penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan

Langkah selanjutnya adalah peneliti menjelaskan apa saja langkah kegiatan yang akan dilakukan dan apa saja tugas serta tanggung jawab peserta didik selama proses kegiatan berlangsung.

c) Mengarahkan kegiatan, peneliti memberikan penjelasan tentang topik yang akan dibahas.

d) Tahap peralihan, pada tahap ini peneliti menanyakan kesiapan anggota untuk melanjutkan kegiatan ke tahap inti

2) Tahap inti

a) Peneliti mulai menjelaskan materi yang telah dipersiapkan yaitu tentang “hidup adalah pilhan (belajar adalah pilihan)”.

Pada tahap ini peneliti memakai metode ceramah. Peneliti menjelaskan satu demi satu mengenai materi hidup adalah pilihan (belajar adalah pilihan) Setelah menyampaikan materi, peneliti memberi peserta didik

kesempatan untuk bertanya. Kecendrungan dari kegiatan ini lebih mengarah kepada diskusi karena peneliti memberikan kesempatan kepada semua anggota agar mereka mengemukakan pendapatnya. Pada proses kegiatan umumnya siswa sudah fokus melakukan kegiatan, ada beberapa yang merespon setiap pertanyaan yang peneliti berikan, namun ada juga beberapa siswa yang kurang fokus dalam kegiatan terlihat melamun. Peneliti berusaha mengajak siswa untuk fokus memperhatikan materi yang diberikan.

Setelah kegiatan di atas peneliti melanjutkan kegiatan dengan menggunakan teknik konseling Realitas yaitu sebagai berikut terlebih dahulu peneliti meminta siswa untuk menuliskan keinginannya dilembar siswa.

Peneliti meminta siswa untuk menyebutkan keinginannya (***Want***) memilih untuk belajar. Pertanyaan terbuka yang penulis berikan yaitu “**Kondisi apa yang anda inginkan dari belajar ?**”. Setelah itu penulis meminta beberapa orang yang bersedia untuk menyampaikan keinginannya dalam belajar. Ada 3 orang yang secara sukarela menyampaikan keinginannya:

ARS : Ingin mendapatkan hasil yang maksimal dan terbaik, serta ingin menjadi orang yang pintar.

NAW : Ingin menjadi makhluk yang berilmu pengetahuan cakap disegala bidang.

AS : Ingin menjalankan perintah Allah, agar derajat diangkat didisisi Allah ketempat yang lebih tinggi.

Peneliti mendorong siswa untuk mengambil tindakan (***Doing***) untuk mencapai keinginan yang telah mereka sebutkan. Pertanyaan yang penulis berikan yaitu

“Apa yang akan anda lakukan sekarang untuk mencapai keinginan tersebut?”.

ARS : Rajin belajar, berani mencoba hal baru.

NAW : Bersungguh- sungguh, tidak takut gagal, memotivasi diri sendiri.

AS : Menumbuhkan rasa ingin tahu yang lebih. Rajin belajar, ikhlas dalam menuntut ilmu.

Setelah siswa menyampaikan apa yang harus dilakukannya penulis bertanya kembali kepada siswa dengan tujuan untuk mengajak siswa mampu menilai sejauh tindakan yang dilakukan untuk mencapai keinginan tersebut. **(Evaluation) Apakah yang anda lakukan sekarang sesuai dengan keinginan anda ?**

ARS : Belum seutuhnya sesuai, masih ada yang kekurangan dalam pelaksanaannya.

NAW : Jauh dari apa yang saya inginkan

AS : Sudah sesuai dengan apa yang diinginkan namun belum maksimal.

Berbagai macam hasil evaluasi yang disampaikan oleh siswa, dari hal itu penulis mengajak siswa untuk dapat merencanakan **(Planning)** tindakan selanjutnya untuk mencapai tujuan awal. **“Apa rencana yang dapat anda buat sekarang yang akan menghasilkan kehidupan yang lebih baik ? “.**

ARS : Lebih giat lagi dalam belajar.

NAW : Rajin dari yang biasanya, mulai mengatur cara belajar yang lebih baik lagi.

AS : Tidak mudah berputus asa, lebih giat dalam belajar, berusaha mencari sumber-sumber yang dapat menunjang pembelajaran.

3) Penutup

Sebelum menutup kegiatan konseling peneliti melakukan tanya jawab dengan peserta untuk mengetahui sejauh mana pemahaman siswa terhadap materi yang telah disampaikan. Meminta siswa untuk menyimpulkan tujuan dari materi yang diberikan.

P: Siapa yang bisa menjelaskan kembali apa itu tanggung jawab?

P: Apa tujuan kita membahas materi hari ini?

Setelah itu peneliti membahas kegiatan lanjutan dengan siswa yaitu pada pertemuan selanjutnya akan membahas materi tentang “tanggungjawab terhadap pilihan belajar” , dan terakhir menutup kegiatan layanan konseling dengan salam.

b. Treatment 2

Konseling pada sesi kedua dilaksanakan pada Senin 17 Desember 2018, yang dilakukan di kelas. Peserta yang mengikuti layanan berjumlah 31 orang.

1. Tahap awal/ pendahuluan

a) Pernyataan tujuan

Sebelum melakukan kegiatan peneliti mengenali suasana kelompok terlebih dahulu. Pertama peneliti menanyakan kabar. Setelah itu peneliti mengambil absen dengan menyebut satu persatu persatu nama siswa sambil menghafal nama-nama siswa untuk memudahkan peneliti dalam berinteraksi dalam kegiatan sekaligus menjalin kedekatan dengan siswa.

b) Penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan

Seperti sebelumnya peneliti menjelaskan kembali langkah-langkah kegiatan yang akan dilakukan dan apa saja tugas serta tanggung jawab peserta didik selama proses kegiatan berlangsung.

- c) Mengarahkan kegiatan, mengarahkan kegiatan peneliti memberikan penjelasan tentang topik yang akan dibahas.

2. Tahap inti

Peserta didik melakukan kegiatan sesuai dengan tugas dan tanggung jawabnya sesuai dengan apa yang telah dijelaskan sebelumnya. Peneliti mulai menjelaskan materi yang telah dipersiapkan yaitu tentang “Bertanggung jawab terhadap pilihan”.

Pada tahap ini peneliti memakai metode ceramah. Peneliti menjelaskan satu demi satu *point* hidup adalah pilihan, bagaimana mempertimbangkan pilihan. Setelah menyampaikan materi, peneliti memberi peserta didik kesempatan untuk bertanya. Pada proses kegiatan umumnya siswa sudah fokus melakukan kegiatan, ada beberapa yang merespon setiap pertanyaan yang peneliti berikan, namun ada juga beberapa siswa yang kurang fokus dan masih berbicara saat peneliti menerangkan. Peneliti berusaha mengajak siswa untuk fokus memperhatikan materi yang diberikan.

Setelah kegiatan di atas peneliti melanjutkan kegiatan dengan menggunakan teknik konseling Realitas yaitu sebagai berikut terlebih dahulu peneliti meminta siswa untuk menuliskan keinginannya dilembar siswa. Peneliti meminta siswa untuk menyebutkan keinginannya (*Want*), pertanyaan terbuka yang penulis berikan yaitu **“keinginan seperti apa yang menggambarkan anda tanggung jawab terhadap pilihan belajar?”**. Setelah itu penulis meminta beberapa orang yang bersedia untuk menyampaikan keinginannya dalam belajar. Ada 3 orang yang secara sukarela menyampaikan keinginannya:

ES : Ingin menjadi juara

PE : Ingin membahagiakan orang tua melalui belajar

SAY : Ingin menjalankan salah perintah Allah SWT yaitu menuntut ilmu.

Peneliti mendorong siswa untuk mengambil tindakan **(Doing)** untuk mencapai keinginan yang telah mereka sebutkan. Pertanyaan yang penulis berikan yaitu **“Apa yang akan anda lakukan sekarang agar anda mampu bertanggung jawab?”**.

ES : Setiap malas belajar saya mengingat dampak buruk yang akan didapatkan jika malas dalam belajar belajar, mempertimbangkan kemungkinan-kemungkinan yang bisa saja terjadi.

PE : Mendahulukan hal yang dirasa penting dalam belajar, seperti membuat tugas terlebih dahulu, menyelesaikan PR tepat waktu.

SAY : Mengikuti proses belajar secara serius dan sungguh-sungguh.

Setelah siswa menyampaikan apa yang harus dilakukannya penulis bertanya kembali kepada siswa dengan tujuan untuk mengajak siswa mampu menilai sejauh mana apa yang telah ia lakukan untuk mencapai keinginannya. **(Evaluation) Apakah yang anda lakukan sekarang sesuai dengan keinginan anda ?**

ES : Belum sesuai, masih sering malas dalam belajar seperti menghafal ataupun mengulang pembelajaran.

PA : Belum sesuai karena dalam pengerjaan tugas saya masih sering menunda sehingga tidak mengumpulkan tepat pada waktunya

SAY : Sedikti sudah sesuai dengan apa yang saya inginkan.

Berbagai macam hasil evaluasi yang disampaikan oleh siswa, dari hal itu penulis mengajak siswa untuk dapat merencanakan **(Planning)** tindakan selanjutnya untuk mencapai tujuan awal. **“Apa rencana yang dapat anda buat sekarang agar anda mampu menjadi orang yang bertanggungjawab dalam belajar?”**.

ES : Lebih giat belajar, mengulang pelajaran yang telah dipelajari, mencari tau pengetahuan baru dengan membaca buku di perpustakaan dan dimana saja.

PA : Mulai membuat rencana/ mengatur waktu untuk belajar agar tidak lalai dalam pengerjaan tugas.

SAY : Lebih fokus dalam belajar, menghindarkan segala sesuatu yang dapat mengganggu pelajaran, menciptakan suasana yang nyaman dalam belajar.

1) Penutup

Sebelum menutup kegiatan konseling peneliti melakukan tanya jawab dengan peserta untuk mengetahui sejauh mana pemahaman siswa terhadap materi yang telah disampaikan. Meminta siswa untuk menyimpulkan tujuan dari materi yang diberikan.

P: Siapa yang bisa menjelaskan apa saja yang dapat dipahami dari materi yang telah disampaikan?

P: Apa tujuan kita membahas materi hari ini?

Setelah itu peneliti membahas kegiatan lanjutan dengan siswa yaitu pada pertemuan selanjutnya akan membahas materi tentang “penyebab kegagalan (ketidakseimbangan antara *want-doing*), dan terakhir menutup kegiatan layanan konseling dengan salam.

c. *Treatment 3*

Konseling pada sesi ketiga dilaksanakan tanggal 20 Desember 2018, yang dilakukan di kelas. Peserta yang mengikuti layanan berjumlah 31 orang.

1) Tahap awal/ pendahuluan

a) Pernyataan tujuan

Sebelum melakukan kegiatan peneliti mengenali suasana kelompok terlebih dahulu. Pertama peneliti menanyakan kabar. Setelah itu peneliti mengambil absen dengan menyebut nama siswa satu persatu sambil menghafal nama-nama siswa untuk memudahkan peneliti dalam berinteraksi dalam kegiatan sekaligus menjalin kedekatan dengan siswa.

b) Penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan

Karena sudah melaksanakan kegiatan 2 kali berturut-turut peneliti tidak lagi menjelaskan langkah-langkah namun menanyakan kepada siswa apakah siswa masih ingat langkah kegiatan yang akan di lakukan.

c) Mengarahkan kegiatan, mengarahkan kegiatan peneliti memberikan penjelasan tentang topik yang akan dibahas.

P: pada pertemuan ketiga ini kita akan membahas tentang “penyebab kegagalan seseorang (tidak seimbangnya *want* dengan *doing*)” tujuan dari pembahasan ini adalah pada umumnya seseorang hanya mampu memiliki keinginan tanpa berusaha untuk mewujudkannya, kecendrungan hanya sebatas ingin namun tidak melakukan apa-apa untuk mewujudkannya.

d) Tahap peralihan, pada tahap ini peneliti menanyakan kesiapan anggota untuk melanjutkan kegiatan ke tahap inti.

2) Tahap inti

a) Peserta didik melakukan kegiatan sesuai dengan tugas dan tanggungjawab sesuai dengan apa yang telah dijelaskan sebelumnya.

b) Peneliti mulai menjelaskan materi yang telah dipersiapkan yaitu tentang “penyebab kegagalan(tidak seimbang *want* dengan *doing*)”. materi yang peneliti sampaikan yaitu mengenai penyebab seseorang gagal, apa yang harus dilakukan ketika mendapatkan kegagalan, dan peneliti lebih menekankan bahwa kegagalan itu sering terjadi karena *want* dengan *doing* yang tidak seimbang. Pada tahap ini peneliti memakai metode ceramah. Peneliti menjelaskan satu demi satu *point* pentingnya. Setelah menyampaikan materi, peneliti memberi peserta didik kesempatan untuk bertanya. Pada proses kegiatan umumnya siswa sudah fokus melakukan kegiatan, ada beberapa yang merespon setiap pertanyaan yang peneliti berikan, namun ada juga beberapa siswa yang kurang fokus saat peneliti menerangkan. Peneliti berusaha mengajak siswa untuk fokus memperhatikan materi yang diberikan.

Setelah kegiatan di atas peneliti melanjutkan kegiatan dengan menggunakan teknik konseling Realitas yaitu sebagai berikut terlebih dahulu peneliti meminta siswa untuk menuliskan keinginannya dilembar siswa. Pertanyaan terbuka yang penulis berikan yaitu “**Kondisi apa yang anda inginkan jika ternyata anda mendapatkan kegagalan ?**”. Setelah itu penulis meminta beberapa orang yang bersedia untuk menyampaikan keinginannya dalam belajar. Ada 3 orang yang secara sukarela menyampaikan keinginannya:

MAS: Kondisi dimana saya ikhlas dalam menerima kenyataan tanpa menyalahkan pihak lain atas kegagalan saya mampu mengkoreksi diri kenapa saya gagal, serta dapat bangkit dari kegagalan itu.

SAP: Kondisi dimana saya percaya dibalik musibah selalu tersimpan rencana terbaik dari allah, dan saya pasti

mampu memperbaiki kegagalan saya menjadi kesuksesan.

AI : Kondisi dimana saya selalu optimis terhadap apa yang saya lakukan dan kondisi saya mampu memotivasi diri sendiri.

Peneliti mendorong siswa untuk mengambil tindakan **(Doing)** untuk mencapai keinginan yang telah mereka sebutkan. Pertanyaan yang penulis berikan yaitu **“Apa yang akan anda lakukan sekarang untuk mencapai keinginan tersebut?”**.

MAS : Mengkoreksi diri(intropeksi diri).

SAP : Meyakinkan diri bahwa takdir Allah itu nyata kebenarannya, memulai dari nol lagi dengan segala kesungguhan.

AI : Mencoba kembali, meyakinkan diri bahwa saya mampu mencapainya. Giat dan tekun.

Setelah siswa menyampaikan apa yang harus dilakukannya penulis bertanya kembali kepada siswa dengan tujuan untuk mengajak siswa mampu menilai sejauh mana apa yang telah dilakukan untuk mencapai keinginannya. **(Evaluation) Apakah yang anda lakukan sekarang sesuai dengan keinginan anda ?**

MAS : Belum semuanya sesuai , sebab ketika saya gagal ujian, saya masih sering menyalahkan guru yang pelit memberikan saya nilai.

SAP : Sudah sedikit sesuai, karena saya yakin terhadap takdir Allah namun terkadang saya ada rasa ragu-ragu untuk mencoba lagi.

AI : Sudah sesuai karena ketika menemui kegagalan saya mencoba untuk mengulang lagi, dengan mengkoreksi apa yang harus saya lebihkan untuk bisa mencapai yang diinginkan.

Berbagai macam hasil evaluasi yang disampaikan oleh siswa, dari hal itu penulis mengajak siswa untuk dapat merencanakan **(Planning)** tindakan selanjutnya untuk mencapai tujuan awal. **“Apa rencana yang dapat anda buat sekarang agar anda tidak mengalami kegagalan ? “.**

MAS : Lebih giat dan sungguh-sungguh

SAP : Belajar dari kesalahan dan pengalaman

AI : Memperbaiki strategi untuk mencapai keinginan.

3) Penutup

Sebelum menutup kegiatan konseling seperti hal yang peneliti lakukan pada pertemuan sebelumnya peneliti melakukan tanya jawab dengan peserta untuk mengetahui sejauh mana pemahaman siswa terhadap materi yang telah disampaikan. Meminta siswa untuk menyimpulkan tujuan dari materi yang diberikan.

P: Siapa yang bisa menjelaskan apa saja yang dapat dipahami dari materi yang telah disampaikan?

P: Apa tujuan kita membahas materi hari ini?

Setelah itu peneliti membahas kegiatan lanjutan dengan siswa yaitu pada pertemuan selanjutnya akan membahas materi tentang “Berfikir metakognitif”, dan terakhir menutup kegiatan layanan konseling dengan salam.

d. Treatment 4

Konseling pada sesi keempat dilaksanakan pada Kamis 3 Januari 2019, yang dilakukan di kelas. Peserta yang mengikuti layanan berjumlah 31 orang.

1) Tahap awal/ pendahuluan

a) Pernyataan tujuan

Sama dengan pertemuan sebelumnya, peneliti menyapa siswa dengan hangat, sehingga membuat peserta

bersemangat, serta mendapatkan respon yang baik dari setiap peserta kegiatan.

b) Penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan

Langkah selanjutnya adalah peneliti menjelaskan apa saja langkah kegiatan yang akan dilakukan dan apa saja tugas serta tanggung jawab peserta didik selama proses kegiatan berlangsung.

c) Mengarahkan kegiatan, peneliti memberikan penjelasan tentang topik yang akan dibahas.

d) Tahap peralihan, pada tahap ini peneliti menanyakan kesiapan anggota untuk melanjutkan kegiatan ke tahap inti.

2) Tahap inti

a) Peneliti mulai menjelaskan materi yang telah dipersiapkan yaitu tentang “berfikir metakognitif (merencanakan, mengatur dan evaluasi cara belajar)”.

Pada tahap ini peneliti memakai metode ceramah. Peneliti menjelaskan satu demi satu mengenai merencanakan, mengatur dan evaluasi cara belajar. Setelah menyampaikan materi, peneliti memberi peserta didik kesempatan untuk bertanya. Kegiatan ini lebih mengarah kepada diskusi karena peneliti memberikan kesempatan kepada semua anggota agar mereka mengemukakan pendapatnya. Pada proses kegiatan umumnya siswa sudah fokus melakukan kegiatan, ada beberapa yang merespon setiap pertanyaan yang peneliti berikan, namun ada juga beberapa siswa yang kurang fokus dalam kegiatan terlihat melamun. Peneliti berusaha mengajak siswa untuk fokus memperhatikan materi yang diberikan.

Setelah kegiatan di atas peneliti melanjutkan kegiatan dengan menggunakan teknik konseling Realitas yaitu sebagai berikut terlebih dahulu peneliti meminta siswa untuk menuliskan keinginannya dilembar siswa.

Peneliti meminta siswa untuk menyebutkan keinginannya (*Want*) . Pertanyaan terbuka yang penulis berikan yaitu “**apa yang anda inginkan sehingga membuat anda untuk berfikir metakognitif ?**”. Setelah itu penulis meminta beberapa orang yang bersedia untuk menyampaikan keinginannya dalam belajar. Ada 3 orang yang secara sukarela menyampaikan keinginannya:

EO : Dengan berfikir metakognitif saya ingin mencapai keinginan dengan rencana yang jelas.

ASN : Saya ingin memiliki kemampuan dalam merancang keinginan sesuai dengan kemampuan saya.

NAR : Ingin mendapat kepuasan tersendiri dari apa yang saya capai.

Peneliti mendorong siswa untuk mengambil tindakan (*Doing*) untuk mencapai keinginan yang telah mereka sebutkan. Pertanyaan yang penulis berikan yaitu “**Apa yang akan anda lakukan sekarang untuk mencapai keinginan tersebut?**”.

EO : saya membuat rencana pembelajaran, menjalankan kegiatan yang sudah direncanakan.

ASN : menilai seberapa jauh kemampuan diri sendiri, melihat kesesuaian antara keinginan dengan kemampuan yang dimiliki.

NAR : belajar sendiri tanpa bergantung pada orang lain, mengatur cara belajar dengan baik, melihat perkembangan nilai yang diperoleh.

Setelah siswa menyampaikan apa yang harus dilakukannya penulis bertanya kembali kepada siswa dengan tujuan untuk mengajak siswa mampu menilai sejauh tindakan yang dilakukan untuk mencapai keinginan

tersebut. (*Evaluation*) **Apakah yang anda lakukan sekarang sesuai dengan keinginan anda ?**

EO : sedikit dari rencana yang saya buat sudah saya lakukan tapi masih belum maksimal dalam pelaksanaanya.

ASN : belum, karena saya masih meragukan kemampuan saya sehingga untuk menyesuaikan keinginan dan kemampuan masih sulit

NAR : Sudah sesuai dengan apa yang diinginkan namun belum maksimal.

Berbagai macam hasil evaluasi yang disampaikan oleh siswa, dari hal itu penulis mengajak siswa untuk dapat merencanakan (*Planning*) tindakan selanjutnya untuk mencapai tujuan awal. **“Apa rencana yang dapat anda buat sekarang, yang akan menghasilkan kehidupan yang lebih baik ? “.**

EO : Melaksanakan dengan rutin apa yang telah direncanakan.

ASN : mengukur kemampuan saya.

NAR : lebih tekun dalam belajar sehingga sesuai dengan apa yang telah diatur dan direncanakan.

3) Penutup

Sebelum menutup kegiatan konseling peneliti melakukan tanya jawab dengan peserta untuk mengetahui sejauh mana pemahaman siswa terhadap materi yang telah disampaikan. Meminta siswa untuk menyimpulkan tujuan dari materi yang diberikan.

P: siapa yang bisa menjelaskan kembali apa itu berfikir metakognitif ?

P: apa tujuan kita membahas materi hari ini?

Setelah itu peneliti membahas kegiatan lanjutan dengan siswa yaitu pada pertemuan selanjutnya akan membahas materi tentang “menumbuhkan motivasi dalam diri” , dan terakhir menutup kegiatan layanan konseling dengan salam.

e. *Treatment 5*

Konseling pada sesi kelima dilaksanakan pada Senin 7 Januari 2019, yang dilakukan di kelas. Peserta yang mengikuti layanan berjumlah 31 orang.

1) Tahap awal/ pendahuluan

a) Pernyataan tujuan

Sebelum melakukan kegiatan peneliti mengenali suasana kelompok terlebih dahulu. Pertama peneliti menanyakan kabar. Setelah itu peneliti mengambil absen dengan menyebut satu persatu persatu nama siswa sambil menghafal nama-nama siswa untuk memudahkan peneliti dalam berinteraksi dalam kegiatan sekaligus menjalin kedekatan dengan siswa.

b) Penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan

Seperti sebelumnya peneliti menjelaskan kembali langkah-langkah kegiatan yang akan dilakukan dan apa saja tugas serta tanggung jawab peserta didik selama proses kegiatan berlangsung.

c) Mengarahkan kegiatan, mengarahkan kegiatan peneliti memberikan penjelasan tentang topik yang akan dibahas.

d) Tahap peralihan, pada tahap ini peneliti menanyakan kesiapan anggota untuk melanjutkan kegiatan ke tahap inti.

2) Tahap inti

Peserta didik melakukan kegiatan sesuai dengan tugas dan tanggung jawabnya sesuai dengan apa yang telah dijelaskan

sebelumnya. Peneliti mulai menjelaskan materi yang telah dipersiapkan yaitu tentang “menumbuhkan motivasi dalam diri”.

Pada tahap ini peneliti memakai metode ceramah. Peneliti menjelaskan satu demi satu *point* hidup adalah pilihan, bagaimana mempertimbangkan pilihan. Setelah menyampaikan materi, peneliti memberi peserta didik kesempatan untuk bertanya. Pada proses kegiatan umumnya siswa sudah fokus melakukan kegiatan, ada beberapa yang merespon setiap pertanyaan yang peneliti berikan, namun ada juga beberapa siswa yang kurang fokus dan masih berbicara saat peneliti menerangkan. Peneliti berusaha mengajak siswa untuk fokus memperhatikan materi yang diberikan.

Setelah kegiatan di atas peneliti melanjutkan kegiatan dengan menggunakan teknik konseling Realitas yaitu sebagai berikut terlebih dahulu peneliti meminta siswa untuk menuliskan keinginannya dilembar siswa.

Peneliti meminta siswa untuk menyebutkan keinginannya (*Want*), pertanyaan terbuka yang penulis berikan yaitu “**apa yang anda inginkan saat anda memiliki motivasi yang rendah dalam diri?**”. Setelah itu penulis meminta beberapa orang yang bersedia untuk menyampaikan keinginannya dalam belajar. Ada 3 orang yang secara sukarela menyampaikan keinginannya:

RS : ingin memupuk motivasi dalam diri

VA : Ingin meyakinkan dalam diri bahwa saya memiliki kemampuan.

DI : ingin memunculkan motivasi dalam diri

Peneliti mendorong siswa untuk mengambil tindakan (*Doing*) untuk mencapai keinginan yang telah mereka sebutkan.

Pertanyaan yang penulis berikan yaitu **“Apa yang akan anda lakukan sekarang agar hal tersebut dapat terwujud?”**.

RS : Saya harus meyakinkan dalam diri bahwa tidak akan berubah nasib saya jika bukan saya yang akan merubahnya.bertindak tanpa menunggu di suruh oleh orang lain.

VA : Berani dalam melakukan segala hal yang bernilai positif, tidak ragu-ragu.

DI : Melihat lingkungan sekitar dan membandingkannya dengan diri sendiri,

Setelah siswa menyampaikan apa yang harus dilakukannya penulis bertanya kembali kepada siswa dengan tujuan untuk mengajak siswa mampu menilai sejauh mana apa yang telah ia lakukan untuk mencapai keinginannya. **(Evaluation) Apakah yang anda lakukan sekarang sesuai dengan keinginan anda ?**

RS : Belum sesuai, karena setiap mengerjakan segala sesuatu saya masih menunggu di suruh orang lain seperti membuat catatan, kalau tidak akan dikumpulkan dan dinilai saya tidak membuatnya.

VA : sudah karena setiap disuruh kedepan mengerjakan soal saya yakin bahwa saya bisa. Keberanian saya sudah muncul.

DI : Sudah, karena setiap mengalami kegagalan saya selalu membandingkan kegagalan saya dengan orang lain, saya berfikir bahwa kegagalan yang saya alami belum seberapa jika dibandingkan dengan kegagalan yang orang lain alami. Sehingga membuat saya termotivasi untuk bangkit lagi.

Berbagai macam hasil evaluasi yang disampaikan oleh siswa, dari hal itu penulis mengajak siswa untuk dapat

merencanakan (***Planning***) tindakan selanjutnya untuk mencapai tujuan awal. **“Apa rencana yang dapat anda buat sekarang agar anda mampu memotivasi diri sendiri? “.**

RS : memulai sesuatu tanpa menunggu orang lain, berani mengerjakan sendiri.

VA : menumbuhkan keyakinan terhadap kemampuan, percaya diri.

DI : mencari tokoh-tokoh yang dapat menjadi contoh positif dalam setiap perjalanan hidup..

3) Penutup

Sebelum menutup kegiatan konseling peneliti melakukan tanya jawab dengan peserta untuk mengetahui sejauh mana pemahaman siswa terhadap materi yang telah disampaikan. Meminta siswa untuk menyimpulkan tujuan dari materi yang diberikan.

P: Siapa yang bisa menjelaskan apa saja yang dapat dipahami dari materi yang telah disampaikan?

P: Apa tujuan kita membahas materi hari ini?

Setelah itu peneliti membahas kegiatan lanjutan dengan siswa yaitu pada pertemuan selanjutnya akan membahas materi tentang “perilaku aktif dalam belajar” dan terakhir menutup kegiatan layanan konseling dengan salam.

f. *Treatment 6*

Konseling pada sesi keenam dilaksanakan pada Kamis 10 Januari 2019, yang dilakukan di kelas. Peserta yang mengikuti layanan berjumlah 31 orang.

1) Tahap awal/ pendahuluan

a) Pernyataan tujuan

Sebelum melakukan kegiatan peneliti mengenali suasana kelompok terlebih dahulu. Pertama peneliti menanyakan kabar. Setelah itu peneliti mengambil absen dengan menyebut

nama siswa satu persatu sambil menghafal nama-nama siswa untuk memudahkan peneliti dalam berinteraksi dalam kegiatan sekaligus menjalin kedekatan dengan siswa.

b) Penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan

Karena sudah melaksanakan kegiatan 5 kali berturut-turut peneliti tidak lagi menjelaskan langkah-langkah namun menanyakan kepada siswa apakah siswa masih ingat langkah kegiatan yang akan di lakukan.

c) Mengarahkan kegiatan, mengarahkan kegiatan peneliti memberikan penjelasan tentang topik yang akan dibahas.

P: pada pertemuan ketiga ini kita akan membahas tentang “perilaku aktif dalam belajar” tujuan dari pembahasan ini adalah agar siswa mengetahui apa saja bentuk perilaku aktif dalam belajar sehingga mampu menerapkannya dalam belajar.

d) Tahap peralihan, pada tahap ini peneliti menanyakan kesiapan anggota untuk melanjutkan kegiatan ke tahap inti.

2) Tahap inti

a) Peserta didik melakukan kegiatan sesuai dengan tugas dan tanggungjawab sesuai dengan apa yang telah dijelaskan sebelumnya.

b) Peneliti mulai menjelaskan materi yang telah dipersiapkan yaitu tentang “perilaku aktif dalam belajar”. materi yang peneliti sampaikan yaitu mengenai apa saja bentuk-bentuk perilaku aktif dalam belajar. Pada tahap ini peneliti memakai metode ceramah. Peneliti menjelaskan satu demi satu *point* pentingnya. Setelah menyampaikan materi, peneliti memberi peserta didik kesempatan untuk bertanya. Pada proses kegiatan umumnya siswa sudah fokus melakukan kegiatan, ada beberapa yang merespon setiap pertanyaan yang peneliti berikan, namun ada juga beberapa siswa yang kurang fokus saat peneliti menerangkan.

Peneliti berusaha mengajak siswa untuk fokus memperhatikan materi yang diberikan.

Setelah kegiatan di atas peneliti melanjutkan kegiatan dengan menggunakan teknik konseling Realitas yaitu sebagai berikut terlebih dahulu peneliti meminta siswa untuk menuliskan keinginannya “**(want)**” dilembar siswa. Pertanyaan terbuka yang penulis berikan yaitu “**apa yang anda inginkan ketika anda berperilaku aktif dalam belajar?**”. Setelah itu penulis meminta beberapa orang yang bersedia untuk menyampaikan keinginannya ketika ia berperilaku aktif dalam belajar. Ada 3 orang yang secara sukarela menyampaikan keinginannya:

MFY : Ketika saya mampu berperilaku aktif maka secara tidak langsung saya berharap tindakan saya menghasilkan hal yang memuaskan.

JZ : Menjadi orang yang pandai dalam mengatur diri dalam belajar.

DK : Memiliki kemampuan yang dapat menunjang belajar. ingin menunjukkan kalau saya adalah orang yang mandiri dalam belajar, saya bisa tanpa bergantung sepenuhnya kepada orang lain.

Peneliti mendorong siswa untuk mengambil tindakan **(Doing)** untuk mencapai keinginan yang telah mereka sebutkan. Pertanyaan yang penulis berikan yaitu “**Apa yang akan anda lakukan sekarang untuk mencapai keinginan tersebut?**”.

MFY: Belajar dalam mengatur diri, mulai mengenali cara belajar, mencari tempat yang nyaman untuk belajar.

JZ: Belajar ditempat yang dirasa nyaman, menghindari hal yang dapat mengganggu pelajaran seperti bermain hp sambil belajar.

DK : Mencari tempat yang dirasa dapat mendukung cara belajar, mengatur diri agar berusaha terlebih dahulu sebelum meminta bantuan orang lain.

Setelah siswa menyampaikan apa yang harus dilakukannya penulis bertanya kembali kepada siswa dengan tujuan untuk mengajak siswa mampu menilai sejauh mana apa yang telah ia lakukan untuk mencapai keinginannya. **(Evaluation) Apakah yang anda lakukan sekarang sesuai dengan keinginan anda ?.**

MFY: Telah sesuai karena saya sudah mulai melakukannya, seperti mencari tempat yang nyaman untuk belajar sehingga saya mudah menyerap apa yang dipelajari. Dengan demikian memudahkan saya mencapai apa yang diinginkan.

JZ : Sedikit sudah sesuai, karena dalam belajar saya sudah mulai menghindari bermain hp, namun terkadang saat belajar saya masih tergiur untuk bermain hp saat belajar/ tugas yang saya buat belum selesai.

DK : Belum sesuai, sebab saya sering kewalahan menentukan maupun memilih tempat yang nyaman untuk belajar sering menyerah sebelum mengerjakan sesuatu bahkan meminta bantuan kepada teman tanpa berusaha terlebih dahulu.

Berbagai macam hasil evaluasi yang disampaikan oleh siswa, dari hal itu penulis mengajak siswa untuk dapat merencanakan **(Planning)** tindakan selanjutnya

untuk mencapai tujuan awal. **“Apa rencana yang dapat anda buat untuk memperbaikinya?”**.

MFY : Mempertahankan kebiasaan baik saya, dan berusaha meningkatkan cara mengatur diri dalam belajar.

JZ : Lebih meyakinkan diri bahwa menyelesaikan tugas lebih penting dilakukan terlebih dahulu dari pada bermain hp. Menghindarkan apa saja yang dapat mengganggu proses belajar.

DK : Terus berlatih dalam mengerjakan sesuatu, mengenali kebiasaan dalam belajar yang mampu menunjang proses belajar, seperti mengenali cara belajar. meminta bantuan kepada teman yang lebih pintar/ guru seandainya tidak paham dengan apa yang dipelajari,

3) Penutup

Sebelum menutup kegiatan konseling seperti hal yang peneliti lakukan pada pertemuan sebelumnya peneliti melakukan tanya jawab dengan peserta untuk mengetahui sejauh mana pemahaman siswa terhadap materi yang telah disampaikan. Meminta siswa untuk menyimpulkan tujuan dari materi yang diberikan.

P: Siapa yang bisa menjelaskan apa saja yang dapat dipahami dari materi yang telah disampaikan?

P: Apa tujuan kita membahas materi hari ini?

Setelah itu peneliti membahas kegiatan lanjutan dengan siswa yaitu pada pertemuan selanjutnya akan membahas materi tentang “Pengisian skala kemandirian belajar (*posstest*)”, dan terakhir menutup kegiatan layanan konseling dengan salam.

3. Deskripsi Data Hasil *Posttest*

Berdasarkan data hasil *posttest* pada tanggal 12 Januari 2019 yang dilakukan pada 31 orang siswa kelas VIII MTsN 10 Agam yang merupakan sampel peneliti maka didapatkan hasil klasifikasi skor kemandirian belajar secara keseluruhan sebagai berikut:

Tabel. 4. 6
Data Hasil *Posttest* Skala Kemandirian Belajar
N= 31

No	Kode	Inisial nama	Skor	Kategori
1	1R1	ARS	100	Sedang
2	1R2	SKM	102	Sedang
3	1R3	MV	113	Sedang
4	1R4	PIR	104	Sedang
5	1R8	DI	100	Sedang
6	1R10	NAW	106	Sedang
7	1R14	AS	111	Sedang
8	1R15	MFY	113	Tinggi
9	1R18	YPA	107	Sedang
10	1R20	SNH	105	Sedang
11	1R22	KF	103	Sedang
12	2R4	JZ	107	Sedang
13	2R5	EO	115	Tinggi
14	2R6	ASN	108	Sedang
15	2R7	SA	113	Tinggi
16	2R8	NAR	104	Sedang
17	2R10	AI	108	Sedang
18	2R14	ES	109	Sedang
19	2R15	RRR	104	Sedang
20	2R18	DK	104	Sedang
21	2R20	RS	107	Sedang
22	2R22	SH	90	Sedang
23	3R2	VA	89	Sedang
24	3R3	SAY	87	Sedang
25	3R4	BWR	86	Sedang
26	3R5	P	80	Rendah
27	3R9	RAY	97	Sedang
28	3R11	SAP	99	Sedang
29	3R15	PE	104	Sedang
30	3R16	MAS	107	Sedang
31	3R19	AP	94	Sedang
JUMLAH			3176	Sedang
RATA-RATA			102,45	

Berdasarkan tabel di atas hasil skor kemandirian belajar pada 31 siswa kelas VIII MTsN 10 Agam yang menjadi sampel penelitian diperoleh skor sebanyak 3176 dan rata-rata 102,45. Dapat dipahami bahwa kemandirian belajar siswa sebelumnya rendah setelah diberikan *treatment* sebanyak 6 kali berada pada kategori sedang.

Tabel. 4.7
Frekuensi Kategori Kemandirian Belajar (*Posttest*)
N=31

No	Interval Skor	Kategori	Frekuensi	%
1	140-166	Sangat tinggi	-	
2	113-139	Tinggi	3	9,67%
3	86-112	Sedang	27	87,09%
4	59-85	Rendah	1	3,22%
5	32-58	Sangat rendah	-	-
Jumlah			31	100

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa 3 orang berada pada kategori tinggi, 27 orang berada pada kategori sedang, dan 1 orang berada pada kategori rendah. Berikut ini frekuensi kategori per-aspek pada kemandirian belajar siswa setelah diberikan *treatment*, yaitu:

Tabel. 4.8
Frekuensi Kategori Kemandirian Belajar Aspek
Metakognitif
N=31

No	Interval Skor	Kategori	Frekuensi	%
1	73-86	Sangat tinggi	-	-
2	59-72	Tinggi	8	25,8%
3	42-58	Sedang	21	67,74%
4	31-44	Rendah	2	6,45
5	17-30	Sangat rendah	-	-
Jumlah			31	100

Tabel . 4.9
Frekuensi Kategori Kemandirian Belajar Aspek
Memotivasi Diri

No	Interval Skor	Kategori	Frekuensi	%
1	31-36	Sangat tinggi	-	
2	25-30	Tinggi	24	77,41
3	19-24	Sedang	7	22,58
4	13-18	Rendah	-	-
5	7-12	Sangat rendah	-	-
Jumlah			31	100%

Tabel . 4.10
Frekuensi Kategori Kemandirian Belajar Aspek Perilaku

No	Interval Skor	Kategori	Frekuensi	%
1	41-48	Sangat tinggi	-	-
2	33-40	Tinggi	-	-
3	25-32	Sedang	23	74,19
4	17-24	Rendah	8	25,81
5	9- 16	Sangat rendah	-	-
Jumlah			31	100%

4. Data perbandingan hasil *pretest* dengan *posttest*

Setelah hasil *treatment* didapatkan maka langkah selanjutnya adalah menganalisa data hasil *treatment* tersebut, dengan cara melakukan uji statistik (uji-t) untuk melihat efektivitas konseling Realitas format klasikal untuk meningkatkan kemandirian belajar. sebelum itu perlu diketahui perbandingan hasil *pretest* dengan *posttest* terhadap kelompok secara keseluruhan, dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel. 4.11
Data Perbandingan Skor *Pretest* dengan *Posttest* Skala Kemandirian
Belajar Siswa Kelas VIII (sampel) MTsN 10 Agam
N= 31

No	Inisial	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>		Kenaikan skor
		Skor	Kategori	Skor	Kategori	
1	ARS	79	Rendah	100	Sedang	21
2	SKM	73	Rendah	102	Sedang	29
3	MV	76	Rendah	113	Sedang	37
4	PIR	71	Rendah	104	Sedang	33
5	DI	70	Rendah	100	Sedang	30
6	NAW	78	Rendah	106	Sedang	28
7	AS	79	Rendah	111	Sedang	32
8	MFY	77	Rendah	113	Tinggi	36
9	YPA	70	Rendah	107	Sedang	37

10	SNH	83	Rendah	105	Sedang	22
11	KF	78	Rendah	103	Sedang	25
12	JZ	72	Rendah	107	Sedang	35
13	EO	77	Rendah	115	Tinggi	38
14	ASN	72	Rendah	108	Sedang	36
15	SA	75	Rendah	113	Tinggi	38
16	NAR	72	Rendah	104	Sedang	32
17	AI	79	Rendah	108	Sedang	29
18	ES	78	Rendah	109	Sedang	31
19	RRR	79	Rendah	104	Sedang	25
20	DK	75	Rendah	104	Sedang	29
21	RS	83	Rendah	107	Sedang	24
22	SH	79	Rendah	90	Sedang	11
23	VA	79	Rendah	89	Sedang	10
24	SAY	74	Rendah	87	Sedang	13
25	BWR	76	Rendah	86	Sedang	10
26	P	72	Rendah	80	Rendah	8
27	RAY	75	Rendah	97	Sedang	22
28	SAP	80	Rendah	99	Sedang	19
29	PE	80	Rendah	104	Sedang	24
30	MAS	79	Rendah	107	Sedang	28
31	AP	74	Rendah	94	Sedang	20
Jumlah		2364	Jumlah	3176	Jumlah	812
Rata-rata		76,26	Rata-rata	102,45	Rata-rata	26,19

Tabel di atas menjelaskan perbandingan skor *pretest* yaitu 2364 dengan rata-rata 76,26, skor *posttest* 3176 dengan rata-rata 102,45. Peningkatan skor setelah diberi *treatment* sebanyak 812 dengan rata-rata 26,19. Artinya konseling Realitas dapat membentuk kemandirian belajar siswa. Berdasarkan *pretest* dan *posttest* secara keseluruhan pada tabel terlihat bahwa semua siswa mengalami perubahan. Perbandingan skor *hasil pretest dan posttest* per- aspek juga dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel. 4.12
Perbandingan Skor *Pretest- Posttest* Kemandirian Belajar
Secara Per-Aspek

No	Aspek Kemandirian Belajar	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>	
		Skor	Kategori	Skor	Kategori
1	Metakognitif	1271	Rendah	1692	Sedang
2	Memotivasi diri	588	Sedang	782	Tinggi
3	Perilaku	505	Rendah	702	Sedang
Jumlah		2364	Rendah	3176	Sedang
Rata- rata		76,26		102,45	

C. Analisis Data

1. Uji statistik (uji-t)

Setelah diketahui hasil *posttest* secara keseluruhan dari sampel, maka selanjutnya untuk melihat efektifkah atau tidaknya konseling Realitas dengan format klasikal untuk meningkatkan kemandirian belajar siswa maka dilakukan uji statistik (uji beda) sebagai berikut menyiapkan tabel perhitungan.

Tabel. 4. 13
Analisis Perhitungan Data dengan Statistik Uji-t
Kemandirian Belajar

No	Y2 <i>Posttest</i>	Y1 <i>Pretest</i>	D (Y ₂ -Y ₁)	D ² (Y ₂ -Y ₁) ²
1	100	79	21	441
2	102	73	29	841
3	113	76	37	1369
4	104	71	33	1089
5	100	70	30	900
6	106	78	28	784
7	111	79	32	1024
8	113	77	36	1296
9	107	70	37	1369
10	105	83	22	484
11	103	78	25	625
12	107	72	35	1225
13	115	77	38	1444
14	108	72	36	1296
15	113	75	38	1444

16	104	72	32	1024
17	108	79	29	841
18	109	78	31	961
19	104	79	25	625
20	104	75	29	841
21	107	83	24	576
22	90	79	11	121
23	89	79	10	100
24	87	74	13	169
25	86	76	10	100
26	80	72	8	64
27	97	75	22	484
28	99	80	19	361
29	104	80	24	576
30	107	79	28	784
31	94	74	20	400
Jml	3176	2364	812	23658
Rata-rata	102,45	76,26	26,19	763,16

1. Mencari *mean* dari *difference*

$$M_D = \frac{\sum D}{N} = \frac{812}{31} = 26,19$$

2. Mencari deviasi standar dari *difference*

$$\begin{aligned}
 SD_D &= \sqrt{\frac{\sum D^2}{N} - \left(\frac{\sum D}{N}\right)^2} \\
 SD_D &= \sqrt{\frac{23658}{31} - \left(\frac{812}{31}\right)^2} \\
 &= \sqrt{763,16 - 685,91} \\
 &= \sqrt{77,25} = 8,78
 \end{aligned}$$

3. Mencari standar *error* dari *mean difference*

$$\begin{aligned}
 SE_{MD} &= \frac{SD_D}{\sqrt{N-1}} \\
 &= \frac{8,78}{\sqrt{31-1}} \\
 &= \frac{8,78}{\sqrt{30}}
 \end{aligned}$$

$$= \frac{8,78}{5,47}$$

$$= 1,6$$

4. Mencari harga t_0 dengan rumus

$$t_0 = \frac{M_D}{SE_{MD}}$$

$$= \frac{26,19}{1,6}$$

$$= 16,36$$

5. Mencari nilai df

$$df = N-2$$

$$df = 31-2$$

$$df = 29$$

Berdasarkan hasil analisis data statistik di atas maka dapat diketahui bahwa harga “t” hitung sebanyak 16,36 dengan df atau db 29. Maka jikadilihat pada tabel nilai t , taraf signifikan 1% diperoleh harga kritik sebesar 2,76. Jadi $2,76 < 16,36$ artinya adalah t_{hitung} lebih kecil dari pada t_{tabel} , maka hipotesis H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian maka dapat disimpulkan bahwa H_a yang menyatakan bahwa konseling Realitas format klasikal efektif untuk mningkatkan kemandirian belajar siswa kelas VIII diterima. Artinya konseling Realitas format klasikal berpengaruh untuk meningkatkan kemandirian belajar.

- a. Uji statistik (uji-t) pada Aspek Metakognitif

Tabel. 4. 14
Analisis Data Dengan Statistik Uji- t
Kemandirian Belajar pada Aspek Metakognitif

No	Y2 <i>Posttest</i>	Y1 <i>Pretest</i>	D (Y₂-Y₁)	D² (Y₂-Y₁)²
1	54	44	10	100
2	54	40	14	196
3	59	40	19	361
4	55	40	15	225
5	54	40	14	196
6	58	42	16	256
7	59	41	18	324
8	60	40	20	400
9	59	39	20	400
10	56	47	9	81
11	55	38	17	289
12	56	42	14	196
13	62	40	22	484
14	59	39	20	400
15	63	38	25	625
16	57	41	16	256
17	57	42	15	225
18	56	40	16	256
19	54	39	15	225
20	54	43	11	121
21	59	47	12	144
22	44	37	7	49
23	49	44	5	25
24	48	42	6	36
25	43	41	2	4
26	40	36	4	16
27	55	43	12	144
28	54	44	10	100
29	56	42	14	196
30	58	39	19	361
31	45	41	4	16
Jml	1692	1271	421	6707
Rata-rata	54,58	41	13,58	216,35

1. Mencari *mean* dari *difference*

$$M_D = \frac{\sum D}{N} = \frac{421}{31} 13,58$$

2. Mencari deviasi standar dari *difference*

$$\begin{aligned} SD_D &= \sqrt{\frac{\sum D^2}{N} - \left(\frac{\sum D}{N}\right)^2} \\ &= \sqrt{\frac{6707}{31} - \left(\frac{421}{31}\right)^2} \\ &= \sqrt{216,36 - 184,41} \\ &= \sqrt{31,95} = 5,65 \end{aligned}$$

3. Mencari standar error dari *mean difference*

$$\begin{aligned} SE_{MD} &= \frac{SD_D}{\sqrt{N-1}} \\ &= \frac{5,65}{\sqrt{31-1}} \\ &= \frac{8,78}{\sqrt{30}} \\ &= \frac{5,65}{5,47} \\ &= 1,03 \end{aligned}$$

4. Mencari harga t_0 dengan rumus

$$\begin{aligned} t_0 &= \frac{M_D}{SE_{MD}} \\ &= \frac{13,58}{1,03} \\ &= 13,18 \end{aligned}$$

5. Mencari nilai df

$$df = N-2$$

$$df = 31-2$$

$$df = 29$$

Berdasarkan hasil analisis data statistik di atas maka dapat diketahui bahwa harga “t” hitung sebanyak 13,18 dengan df atau db 29. Maka jikadilihat pada tabel nilai t , taraf signifikan 1% diperoleh

harga kritik sebesar 2,76. Jadi $2,76 < 13,18$ artinya adalah t_{tabel} lebih kecil dari pada t_{hitung} , maka hipotesis H_0 ditolak dan H_a diterima. Konseling Realitas format klasikal berpengaruh signifikan terhadap kemandirian belajar pada aspek metakognitif.

b. Uji Statistik (uji-t) pada Aspek Memotivasi Diri

Tabel. 4.15
Analisis Data dengan Statistik Uji-t
Kemandirian Belajar pada Aspek Memotivasi Diri

No	Y2 <i>Posttest</i>	Y1 <i>Pretest</i>	D (Y ₂ -Y ₁)	D ² (Y ₂ -Y ₁) ²
1	26	19	7	49
2	28	20	8	64
3	28	19	9	81
4	26	17	9	81
5	23	17	6	36
6	26	17	9	81
7	29	21	8	64
8	27	19	8	64
9	26	17	9	81
10	26	17	9	81
11	25	19	6	36
12	27	20	7	49
13	28	18	10	100
14	25	21	4	16
15	25	18	7	49
16	25	18	7	49
17	26	18	8	64
18	29	21	8	64
19	27	22	5	25
20	25	16	9	81
21	25	17	8	64
22	23	21	2	4
23	20	19	1	1
24	20	18	2	4
25	24	20	4	16
26	20	20	0	0
27	22	17	5	25
28	25	19	6	36
29	25	21	4	16
30	25	23	2	4
31	26	19	7	49
Jml	782	588	194	1434

Rata-rata	25,22	18,96	6,25	46,25
-----------	-------	-------	------	-------

1. Mencari *mean* dari *difference*

$$M_D = \frac{\sum D}{N}$$

$$M_D = \frac{194}{31}$$

$$M_D = 6,25$$

2. Mencari deviasi standar dari *difference*

$$\begin{aligned} SD_D &= \sqrt{\frac{\sum D^2}{N} - \left(\frac{\sum D}{N}\right)^2} \\ &= \sqrt{\frac{1434}{31} - \left(\frac{194}{31}\right)^2} \\ &= \sqrt{46,25 - 39,06} \\ &= \sqrt{7,19} \\ &= 2,68 \end{aligned}$$

3. Mencari standar *error* dari *mean difference*

$$\begin{aligned} SE_{MD} &= \frac{SD_D}{\sqrt{N-1}} \\ &= \frac{2,68}{\sqrt{31-1}} \\ &= \frac{2,68}{\sqrt{30}} \\ &= \frac{2,68}{5,47} \\ &= 0,49 \end{aligned}$$

4. Mencari harga t_0 dengan rumus

$$\begin{aligned} t_0 &= \frac{M_D}{SE_{MD}} \\ &= \frac{6,25}{0,49} \\ &= 12,75 \end{aligned}$$

5. Mencari nilai df

$$df = N-2$$

$$df = 31-2$$

$$df = 29$$

Berdasarkan hasil analisis data statistik di atas maka dapat diketahui bahwa harga “t” hitung sebanyak 12,75 dengan df atau db 29. Maka jikadilihat pada tabel nilai t , taraf signifikan 1% diperoleh harga kritik sebesar 2,76. Jadi $2,76 < 12,75$ artinya adalah t_{tabel} lebih kecil dari pada t_{hitung} , maka hipotesis H_0 ditolak dan H_a diterima. Konseling Realitas format klasikal berpengaruh signifikan terhadap kemandirian belajar pada aspek memotivasi diri.

c. Uji Statistik (uji-t) pada Aspek Perilaku

Tabel. 4.16
Analisis Data dengan Statistik Uji-t
Kemandirian Belajar pada Aspek Perilaku

No	Y2 <i>Posttest</i>	Y1 <i>Pretest</i>	D=(Y ₂ -Y ₁)	D ² = (Y ₂ -Y ₁) ²
1	20	16	4	16
2	20	13	7	49
3	26	17	9	81
4	23	14	9	81
5	23	13	10	100
6	22	19	3	9
7	23	17	6	36
8	26	18	8	64
9	22	14	8	64
10	23	19	4	16
11	23	21	2	4
12	24	15	9	81
13	25	14	11	121
14	24	15	9	81
15	25	16	9	81
16	22	13	9	81
17	25	19	6	36
18	24	17	7	49
19	23	18	5	25
20	25	16	9	81
21	23	19	4	16
22	23	21	2	4
23	20	16	4	16
24	19	14	5	25
25	19	15	4	16

26	20	16	4	16
27	20	15	5	25
28	20	17	3	9
29	23	17	6	36
30	24	17	7	49
31	23	14	9	81
Jml	702	505	197	1449
Rata-rata	22,64	16,29	6,35	46,74

1. Mencari *mean* dari *difference*

$$M_D = \frac{\sum D}{N} = \frac{197}{31} = 6,35$$

2. Mencari *deviasi standar* dari *difference*

$$SD_D = \sqrt{\frac{\sum D^2}{N} - \left(\frac{\sum D}{N}\right)^2}$$

$$SD_D = \sqrt{\frac{1449}{31} - \left(\frac{197}{31}\right)^2}$$

$$SD_D = \sqrt{46,74 - 40,32}$$

$$SD_D = \sqrt{6,42}$$

$$SD_D = 2,53$$

3. Mencari *standar error* dari *mean difference*

$$SE_{MD} = \frac{SD_D}{\sqrt{N-1}}$$

$$= \frac{2,53}{\sqrt{31-1}}$$

$$= \frac{2,53}{\sqrt{30}}$$

$$= \frac{2,53}{5,47}$$

$$= 0,46$$

4. Mencari harga t_0 dengan rumus

$$t_0 = \frac{M_D}{SE_{MD}}$$

$$= \frac{6,35}{0,46}$$

$$= 13,8$$

5. Mencari nilai df

$$df = N-2$$

$$df = 31-2$$

$$df = 29$$

Berdasarkan hasil analisis data statistik di atas maka dapat diketahui bahwa harga “t” hitung sebanyak 13,8 dengan df atau db 29. Maka jika dilihat pada tabel nilai t, taraf signifikan 1% diperoleh harga kritik sebesar 2,76. Jadi $2,76 < 13,8$ artinya adalah t_{hitung} lebih kecil dari pada t_{tabel} , maka hipotesis H_0 ditolak dan H_a diterima. Artinya konseling Realitas format klasikal berpengaruh signifikan terhadap kemandirian belajar pada aspek perilaku.

Berdasarkan uji-t di atas maka dapat dipahami lebih jelas melalui tabel di bawah ini:

Tabel. 4.17
Hasil Uji Beda (Uji-t)

No	Kemandirian belajar (keseluruhan dan per- aspek)	t_0	Hipotesis alternative	
			H_a	H_0
1	Keseluruhan	16,36	Diterima	Ditolak
2	Aspek metakognitif	13,18	Diterima	Ditolak
3	Aspek memotivasi diri	12,75	Diterima	Ditolak
4	Aspek perilaku	13,8	Diterima	Ditolak

Berdasarkan tabel di atas dapat dipahami bahwa berdasarkan hasil uji beda (uji-t) konseling Realitas format klasikal dapat meningkatkan kemandirian belajar siswa baik secara keseluruhan maupun per aspek, hal ini dikarenakan berdasarkan pada harga kritik “t” dengan taraf signifikan 1% yaitu 2,76 apabila dibandingkan dengan besarnya t_0 16,36 maka hipotesis alternatif (H_a) yang menyatakan bahwa konseling Realitas format klasikal efektif untuk meningkatkan kemandirian belajar diterima

dan (H_0) yang menyatakan bahwa konseling Realitas format klasikal tidak efektif untuk meningkatkan kemandirian belajar.

2. Teknik *N-Gain*

Melihat seberapa pengaruh konseling Realitas format klasikal untuk meningkatkan kemandirian belajar dapat dilakukan dengan menggunakan teknik *N-gain*. Rumus *N-gain* sebagai berikut:

$$N\text{-gain} = \frac{\text{skor posttest} - \text{skor prettest}}{\text{skor maksimum} - \text{skor prettest}}$$

a. Besar pengaruh X terhadap Y berdasarkan *N-gain* (**Kemandirian Belajar**)

$$\begin{aligned} N\text{-gain} &= \frac{\text{skor posttest} - \text{skor prettest}}{\text{skor maksimum} - \text{skor prettest}} \\ g &= \frac{3176 - 2364}{4960 - 2364} \\ g &= \frac{812}{2596} \\ g &= 0,31 \end{aligned}$$

Perhitungan hasil *N-gain* menunjukkan bahwa terjadi pengaruh layanan konseling Realitas format klasikal untuk meningkatkan kemandirian belajar sebesar 0,30. berdasarkan klasifikasi dan kriteria *N-gain* maka tergolong pada kategori sedang yaitu $0,30 \leq g \leq 0,70$.

b. Besar pengaruh X terhadap Y berdasarkan *N-gain* (**Aspek Metakognitif**)

$$\begin{aligned} N\text{-gain} &= \frac{\text{skor posttest} - \text{skor prettest}}{\text{skor maksimum} - \text{skor prettest}} \\ g &= \frac{1692 - 1271}{2635 - 1271} \\ g &= \frac{421}{1364} \\ g &= 0,31 \end{aligned}$$

Perhitungan hasil *N-gain* menunjukkan bahwa terjadi pengaruh layanan konseling Realitas format klasikal untuk meningkatkan

kemandirian belajar sebesar 0,31. berdasarkan klasifikasi dan kriteria *N-gain* maka tergolong pada kategori sedang yaitu $0,30 \leq g \leq 0,70$.

c. Besar pengaruh X terhadap Y berdasarkan *N-gain* (**Aspek Memotivasi Diri**)

$$\begin{aligned}
 N\text{-gain} &= \frac{\text{skor posttest} - \text{skor prettest}}{\text{skor maksimum} - \text{skor prettest}} \\
 g &= \frac{782 - 588}{1240 - 588} \\
 g &= \frac{194}{652} \\
 g &= 0,29
 \end{aligned}$$

Perhitungan hasil *N-gain* menunjukkan bahwa terjadi pengaruh layanan konseling Realitas format klasikal untuk meningkatkan kemandirian belajar sebesar 0,29. berdasarkan klasifikasi dan kriteria *N-gain* maka tergolong pada kategori rendah yaitu $g < 0,30$.

d. Besar pengaruh X terhadap Y berdasarkan *N-gain* (**Aspek Perilaku**)

$$\begin{aligned}
 N\text{-gain} &= \frac{\text{skor posttest} - \text{skor prettest}}{\text{skor maksimum} - \text{skor prettest}} \\
 g &= \frac{702 - 505}{1085 - 505} \\
 g &= \frac{200}{580} \\
 g &= 0,34
 \end{aligned}$$

Perhitungan hasil *N-gain* menunjukkan bahwa terjadi pengaruh layanan konseling Realitas format klasikal untuk meningkatkan kemandirian belajar sebesar 0,34. berdasarkan klasifikasi dan kriteria *N-gain* maka tergolong pada kategori sedang yaitu $0,30 \leq g \leq 0,70$.

Berdasarkan penjelasan di atas untuk lebih mudahnya dapat dilihat tabel berikut:

Tabel. 4.18

Hasil Uji Pengaruh Variabel X Terhadap Y

No	Kemandirian Belajar dan per-aspek	Skor		Gain	Kategori
		<i>Pretest</i>	<i>Posstest</i>		
1	Kemandirian belajar	2364	3176	0,31	Sedang
2	Aspek metakognitif	1271	1692	0,31	Sedang
3	Aspek memotivasi diri	588	782	0,29	Rendah
4	Aspek perilaku	505	702	0,34	Sedang

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa pengaruh konseling Realitas format klasikal untuk meningkatkan kemandirian belajar secara keseluruhan berada pada kateegori sedang yaitu 0,31. Pada aspek metakognitif pengaruh konseling Realitas format klasikal untuk meningkatkan kemandirian belajar berada pada kategori sedang dengan nilai 0, 31. Namun berbeda dengan aspek perilaku yang berada pada kategori rendah karena pengaruh konseling Realitas format klasikal utnuk meningkatkan kemandirian belajar sebesar 0,29.

Tabel.4. 19

Pengaruh X Terhadap Y pada Masing-masing Responden

No	Inisial Responden	Skor		Gain	Kategori
		<i>Pretest</i>	<i>Posstest</i>		
1	ARS	79	100	0,25	Rendah
2	SKM	73	102	0,33	Sedang
3	MV	76	113	0,44	Sedang
4	PIR	71	104	0,37	Sedang
5	DI	70	100	0,33	Sedang
6	NAW	78	106	0,34	Sedang
7	AS	79	111	0,39	Sedang
8	MFY	77	113	0,43	Sedang
9	YPA	70	107	0,41	Sedang
10	SNH	83	105	0,28	Rendah
11	KF	78	103	0,30	Sedang
12	JZ	72	107	0,39	Sedang
13	EO	77	115	0,45	Sedang
14	ASN	72	108	0,40	Sedang

15	SA	75	113	0,44	Sedang
16	NAR	72	104	0,36	Sedang
17	AI	79	108	0,35	Sedang
18	ES	78	109	0,37	Sedang
19	RRR	79	104	0,30	Sedang
20	DK	75	104	0,34	Sedang
21	RS	83	107	0,31	Sedang
22	SH	79	90	0,13	Rendah
23	VA	79	89	0,12	Rendah
24	SAY	74	87	0,15	Rendah
25	BWR	76	86	0,11	Rendah
26	P	72	80	0,09	Rendah
27	RAY	75	97	0,25	Rendah
28	SAP	80	99	0,23	Rendah
29	PE	80	104	0,3	Sedang
30	MAS	79	107	0,34	Sedang
31	AP	74	94	0,23	Rendah

Uji pengaruh X terhadap Y apabila dilihat dari skor masing-masing responden didapatkan 10 orang berada pada kategori rendah dan 21 orang berada pada kategori sedang. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel. 4.20
Pengaruh X Terhadap Y Masing-masing Responden
Kategori Sedang

No	Inisial Responden	Skor		Gain	Kategori
		<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>		
1	SKM	73	102	0,33	Sedang
2	MV	76	113	0,44	Sedang
3	PIR	71	104	0,37	Sedang
4	DI	70	100	0,33	Sedang
5	NAW	78	106	0,34	Sedang
6	AS	79	111	0,39	Sedang
7	MFY	77	113	0,43	Sedang
8	YPA	70	107	0,41	Sedang
9	KF	78	103	0,30	Sedang
10	JZ	72	107	0,39	Sedang
11	EO	77	115	0,45	Sedang
12	ASN	72	108	0,40	Sedang
13	SA	75	113	0,44	Sedang
14	NAR	72	104	0,36	Sedang
15	AI	79	108	0,35	Sedang

16	ES	78	109	0,37	Sedang
17	RRR	79	104	0,30	Sedang
18	DK	75	104	0,34	Sedang
19	RS	83	107	0,31	Sedang
20	PE	80	104	0,30	Sedang
21	MAS	79	107	0,34	Sedang

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa ada 21 responden yang berada pada kategori sedang, dengan kisaran nilai 0,30 sampai 0,45 . Sementara itu juga ada responden yang berada pada kategori rendah, dapat dilihat dari tabel berikut:

Tabel. 4.21
Pengaruh X Terhadap Y Masing- masing Responden
Kategori Rendah

No	Inisial Responden	Skor		Gain	Kategori
		<i>Pretest</i>	<i>Posstest</i>		
1	ARS	79	100	0,25	Rendah
2	SNH	83	105	0,28	Rendah
3	SH	79	90	0,13	Rendah
4	VA	79	89	0,12	Rendah
5	SAY	74	87	0,15	Rendah
6	BWR	76	86	0,11	Rendah
7	P	72	80	0,09	Rendah
8	RAY	75	97	0,25	Rendah
9	SAP	80	99	0,23	Rendah
10	AP	74	94	0,23	Rendah

Uji pengaruh X terhadap Y apabila dilihat dari skor masing-masing responden didapatkan 10 orang berada pada kategori rendah karena besar nilainya berada pada kisaran 0,09 sampai 0,28 artinya 10 orang responden nilainya dibawah 0,30 jadi 10 orang responden dikatakan berada pada kategori rendah.

D. Pembahasan

Berdasarkan hasil dari analisis data dapat diperoleh hasil penelitian yang menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan, artinya konseling Realitas format klasikal efektif untuk meningkatkan kemandirian belajar siswa kelas VIII MTsN 10 Agam. Jika dilihat peningkatan skor antara *pretest* dengan *posttest* ,dan dilihat dari hasil secara menyeluruh, perbandingan pada

saat pretest jumlah skor kemandirian belajar siswa adalah 2364 rata-rata 76,25 dengan rincian terdapat 31 orang berada pada kategori rendah, Selanjutnya nilai *posstest* atau nilai setelah dilakukannya 6 kali *treatment* dengan jumlah skor 3176 rata-rata 102,45 dengan rincian 3 orang pada kategori tinggi, 27 orang pada kategori sedang dan 1 orang pada kategori rendah.

Berdasarkan perhitungan statistik, terlihat hasil bahwa setelah dilakukan *treatment* skor siswa meningkat. Ini berarti konseling Realitas format klasikal efektif untuk meningkatkan kemandirian belajar. Hal ini juga dapat dilihat dengan taraf signifikan 1% , $t_0 16,36 > t_t 2,76$ bahwa kemandirian belajar siswa meningkat setelah dilakukannya *treatment* dengan landasan teori yang menyatakan(Corey, 2009: 269) “tujuan umum dari terapi Realitas adalah membantu seseorang untuk mencapai otonomi. Pada dasarnya otonomi adalah kematangan yang diperlukan bagi kemampuan seseorang untuk menggantikan dukungan lingkungan dengan lingkungan diri sendiri”.

Dari hal di atas dapat kita ketahui bahwa konseling Realitas bertujuan untuk memandirikan seseorang, klien tidak lagi bergantung kepada orang lain melainkan dirinya sendiri. Sementara itu dalam sintesis kemandirian belajar terdapat dimensi tanggungjawab (Tahar, 2006: 94) yang mana konseling Realitas/ Choice theory mengajarkan klien untuk bertanggungjawab. Selanjutnya (POP BK, 2016: 72) bimbingan klasikal bertujuan “membantu peserta didik / konseli dapat mencapai , perkembangan yang utuh dan optimal dalam bidang pribadi, sosial, belajar, dan karir, serta mencapai keselarasan antara pikiran, perasaan dan perilaku”. Maka dari itu guru BK atau konselor perlu menggunakan konseling Realitas format klasikal untuk meningkatkan kemandirian belajar siswa.

Hal ini juga dapat didukung oleh penelitian yang serupa dilakukan oleh Elis Sulistya pada tahun 2013 yang berjudul “pengaruh konseling realita terhadap pembentukan kemandirian pada siswa SMPN 2 Kuripan tahun pelajaran 2013/2014”. ada pengaruh konseling realita terhadap pembentukan

kemandirian pada siswa di SMPN 2 Kuripan Kab. Lombok Barat Tahun Pelajaran 2013/2014. Hal ini dapat dilihat dari hasil penelitian yaitu: nilai t hitung sebesar 4,756 dan nilai t tabel pada taraf signifikan 5% dengan $N= 9$, lebih besar dari pada nilai t pada tabel ($4,756 > 2,262$) sehingga dapat disimpulkan “signifikan”. Artinya konseling Realitas berpengaruh dalam pembentukan kemandirian belajar.

Konseling Realitas format klasikal untuk meningkatkan kemandirian belajar jika dilihat pengaruh konseling Realitas pada aspek metakognitif juga berpengaruh dengan t_0 13,18. Pada aspek metakognitif seorang individu harus mampu merencanakan pembelajaran sendiri, mengatur pembelajaran, menginstruksi diri, memonitor kegiatan belajar serta melakukan evaluasi terhadap aktivitas belajar. maka dari itu dengan konseling Realitas individu di ajarkan untuk mampu mengendalikan dirinya dalam belajar bertindak sesuai Realitas apa yang telah di rencanakan tidak hanya sebatas rencana namun harus dilakukan. Hal ini didukung oleh pendapat Glasser(1998: 7) yang menyatakan “ *choice theory is an control psychology, it explains why and how we make the choice that determine the course of our lives*”. Artinya teori pilihan mengajarkan seseorang dalam mengendalikan psikologi internal, menjelaskan mengapa dan bagaimana membuat pilihan yang menentukan jalan hidup.

Konseling Realitas format klasikal untuk meningkatkan kemandirian belajar pada aspek memotivasi diri juga berpengaruh dengan t_0 12, 75, dan juga konseling Realitas format klasikal untuk meningkatkan kemandirian belajar pada aspek perilaku dengan t_0 13,8 sesuai dengan konsep teori Realitas yang mengatakan “ manusia termotivasi secara internal dan berperilaku untuk mengontrol dunia disekitar mereka sesuai dengan beberapa tujuan didalamnya”(Corey, 2013:163). Pada dasarnya individu itu sendiri yang menentukan takdirnya, penentuan itu didasarkan atas motivasi dalam dirinya masing-masing. konseling Realitas juga membantu individu mengambil kendali yang lebih efektif atas kehidupan mereka sesuai dengan teori yang mengatakan “ *reality therapy based on choice theory, this approach provides*

a way of implementing therapeutic procedures for helping individuals take more effective control of their lives”(Corey,2013: 163) artinya berdasarkan teori pilihan pendekatan ini menyediakan cara menerapkan prosedur-prosedur terapi untuk membantu individu mengambil kendali yang lebih efektif atas kehidupan mereka.

Secara keseluruhan konseling Realitas dengan format klasikal efektif untuk meningkatkan kemandirian belajar. terlihat jelas dari hasil data uji-t dengan t_0 16,36 lebih besar t_t 2,76 dan uji pengaruh N-gain 0,31 berada pada kategori sedang, maksudnya berada pada kategori sedang adalah dibandingkan sebelumnya kemandirian belajar siswa rendah setelah diberikan *treatment* maka besar pengaruh *treatment* terhadap kemandirian belajar berpengaruh sedang. Melihat besarnya pengaruh konseling Realitas terhadap kemandirian belajar masing-masing responden maka didapatkan 21 orang berada pada kategori sedang dengan kisaran nilai 0,30 sampai 0,45 dan 10 orang berada pada kategori rendah dengan kisaran nilai 0,09 sampai 0,28.

Terjadinya perbedaan rendah dan sedang pengaruh *teratment* terhadap kemandirian belajar, sementara *treatment* yang diberikan sama dapat dipicu oleh beberapa faktor. Zimmerman (dalam Shidiq dan Mujidin, 2016: 11-12) berpendapat bahwa menurut teori *social kognitif* terdapat 3 hal yang mempengaruhi seseorang sehingga melakukan *self regulated learning* :

1. Individu, yang termasuk dalam faktor individu antara lain
 - a. Pengetahuan individu semakin banyak dan beragam sehingga membantu individu melakukan *self regulated learning*.
 - b. Tujuan yang ingin dicapai, artinya semakin tinggi dan kompleks tujuan yang ingin diraih, semakin besar kemungkinan untuk melakukan *self regulated learning*.
 - c. Keyakinan efikasi diri, dimana pembelajar yang memiliki taraf *self efficacy* yang tinggi cenderung akan bekerja lebih keras dan tekun pada tugas akademik ditengah kesulitan, dan lebih baik dalam memantau dirinya dan menggunakan strategi belajar.
 - d. Perilaku, fungsi perilaku adalah membantu individu menggunakan segala kemampuan yang dimiliki lebih besar dan optimal upaya yang dilakukan individu dalam mengatur proses belajar, akan meningkatkan *self regulated learning* pada diri individu.
 - e. Lingkungan, pengaruh lingkungan ini berupa *social and enactive experience*, dukungan sosial seperti dari guru, teman , maupun

berbagai bentuk informasi *literature* dan simbolik lainnya, serta struktur konteks belajar, seperti karakteristik tugas dan situasi akademik .

Dari sudut pandang peneliti selama melakukan penelitian salah satu faktor yang mempengaruhi perbedaan pengaruh *treatment* yang diberikan terhadap peningkatan kemandirian belajar adalah peneliti menduga efikasi diri/ keyakinan diri dari individu berbeda sehingga menyebabkan dari 31 orang responden ada beberapa dari siswa *treatment* yang dilakukan tidak terlalu berpengaruh, menurut Zimmerman (dalam Shidiq dan Mujidin, 2016: 11) “salah satu faktor yang mempengaruhi kemandirian belajar adalah keyakinan efikasi diri, dimana pembelajar yang memiliki taraf efikasi diri yang tinggi cenderung akan bekerja lebih keras dan terjun pada tugas akademik ditengah kesulitan dan lebih baik dalam memantau dirinya dan menggunakan strategi belajar”. pendapat di atas dapat dipahami bahwa rendah, sedang ataupun tinggi pengaruh *treatment* yang diberikan terhadap responden tergantung kepada perbedaan, efikasi diri yang dimiliki oleh responden itu sendiri.

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Hasil penelitian di MTsN 10 Agam tentang efektifitas konseling Realitas format klasikal untuk meningkatkan kemandirian belajar siswa kelas VIII menunjukkan bahwa konseling Realitas format klasikal berpengaruh secara signifikan terhadap kemandirian belajar siswa karena t_0 16,36 lebih besar dari t_t 2,76 artinya konseling Realitas format klasikal dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan kemandirian belajar siswa. Hipotesis nihil (H_0) yang menyatakan bahwa konseling Realitas format klasikal tidak efektif untuk meningkatkan kemandirian belajar ditolak. Hipotesis alternatif (H_a) yang menyatakan bahwa konseling Realitas format klasikal efektif untuk meningkatkan kemandirian belajar diterima.

Berdasarkan hasil uji pengaruh menggunakan rumus *N-gain* didapatkan hasil bahwa pengaruh konseling Realitas untuk meningkatkan kemandirian belajar sebesar 0,31 berada pada kategori sedang.

A. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka peneliti memberikan saran kepada:

1. Guru BK dan Konselor di MTsN 10 Agam untuk bisa lebih intens melaksanakan konseling format klasikal dengan pendekatan Realitas.
2. Hendaknya siswa mampu meningkatkan kemandirian belajar agar mampu mencapai tujuan belajar itu sendiri.
3. Siswa dapat memanfaatkan kegiatan (layanan konseling) yang telah dilaksanakan oleh guru BK agar tercapainya kehidupan efektif sehari-hari.
4. Diharapkan siswa bersikap proaktif dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling .
5. Adanya kerjasama antara guru mata pelajaran dengan guru BK dalam membantu siswa dalam meningkatkan kemandirian belajar.
6. Untuk peneliti selanjutnya penulis menyarankan melakukan penelitian tentang hubungan efikasi diri dengan kemandirian belajar.

DAFTAR KEPUSTAKAAN

- Agustina, S. 2010. Pengaruh Kemandirian Belajar Siswa dan Fasilitas Belajar di sekolah terhadap Prestasi Belajar Keterampilan Komputer dan Pengelolaan Informasi (KKPI) Siswa Kelas XI Jurusan Administrasi Perkantoran SMK 1 Kranganyer Tahun Pelajaran 2009/2010. *Jurnal Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan*. Surakarta. Universitas Sebelas Maret.
- Azwar, S. 2012. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Corey, G, 2011. *Theory and Practice Of Counseling and Psychotherapy*. Canada .Brook/ Cole.
- _____, 2013. *Student Manual for Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*: Ninth Edition. Canada. Brook/ Cole.
- _____, 2009. *Teori dan Praktek Konseling Psikoterapi (Theory And Practice Of Counseling and Psychotherapi*. Bandung . PT Refika Aditama.
- Darimis. 2014. *Model-Model Konseling*. Batusangkar. STAIN Batusangkar Press.
- Elda. P. 2006. *Psikologi Perkembangan Remaja*. Padang. Angkasaraya.
- Glasser, W. 1998. *Choice Theory: A New Psychology of Personal Freedom*. New York. Harpercollins Publishers.
- Hanafi, A. H. 2011. *Metodologi Penelitian Bahasa*. Jakarta . Diadit Media Press.
- Jones, R. N. 2011. *Teori dan Praktek Konseling dan Terapi*. Yogyakarta. Pustaka Pelajar.
- Kasiram, M. 2010. *Metodologi Penelitian* . Yogyakarta. UIN Maliki Press.
- Khumaerah, N. 2015. Penerapan Konseling Realitas untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa SMK Negeri 3 Makassar. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling* 1(2):127.
- Latipah, E. 2010. Strategi Self Regulated Learning dan Prestasi Belajar. *Jurnal Kajian Meta Analisis*. 37(1):112.
- Lubis, N. L. 2011. *Memahami Dasar- Dasar Konseling dalam Teori dan Praktik*. Jakarta. Kencana.
- Marchis dan Balogh. 2010. Secondary School Pupils. *Jurnal Self Regulaed Learning Skills*. 3(3): 48.
- Masril. 2015. Model Konseling Realitas untuk Penguatan Regulasi Diri dalam Kesiapan Karir Siswa (Pengembangan Model Konseling Realitas dalam

- Setting Kelompok dengan Strategi Bobliotherapy pada MAN di Kota Payakumbuh dan Kabupaten “ Lima Puluh Kota”). *Disertasi*. Bandung. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Myrick, R. D . 2003. *Developmental Guidance and Counseling:A Practical Aproach*. Neapolis: Educational Media Corporation.
- Noor, J. 2011. *Metodologi Penelitian: Skripsi, Tesis, Disertasi & Karya Ilmiah*. Jakarta. Kencana Perdana Media Group.
- Nurkancana, W. 1993. *Pemahaman Individual*. Surabaya. Usaha Nasional.
- Ormrod. 2009. *Psikologi Pendidikan Membantu Siswa Tumbuh dan Berkembang*. Jakarta. PT Gelora Aksara Pratama.
- Palmer. S. 2000. *Intruduction to Counseling and Psychotherapy: The Essential Guide*. London. SAGE Publications.
- Permendikbud No 111 Tahun 2014 *Tentang Bimbingan dan Konseling pada Pendidikan Dasar dan Menengah*. 8 Oktober 2014. Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2014 Nomor 1544. Jakarta.
- POP BK, 2016. *Panduan Operasional Penyelenggaraan Bimbingan dan Konseling di SMP*. Juni 2016. Jakarta .
- Priyonugruho. S. 2017. Efektivitas Teknik Modeling Untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa Kelas VIII SMP Pawyantan Daha 1 Kediri Tahun Pelajaran 2016/2017. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*. Kediri. Universitas Nusantara PGRI Kediri.
- Shidiq, A. D. N dan Mujidin. Perbedaan Self Regulated Learning Antara Siswa Underachievers dan Siswa Overachievers pada Kelas 3 SMP Negeri 6 Yogyakarta. *Skripsi Fakultas Psikologi*. Yogyakarta. Universitas Ahmad Dahlan.
- Sudijono, A. 2005, *Pengantar Statistik Pendidik*. Jakarta. Raja Grafindo Persada.
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung. Alfabeta.
- Sukardi, D. K. 2008. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta. Rineka Cipta.
- Sulistiyaningsih, Budiyo, dan Purwoko. 2013. Kemandirian Belajar dan Prestasi Belajar Matematika Siswa SMP Negeri 27 Purworejo. *Skripsi Program Studi Pendidikan Matematika*. Purworejo. Universitas Muhamadiyah Purworejo.

- Sulistya, E. 2014. Pengaruh Konseling Realitas Terhadap Pembentukan Kemandirian. *Jurnal*. 1(2): 98.
- Tahar, I. dan Enceng. 2006. Hubungan Kemandiran Belajar dan Hasil Belajar pada Pendidikan Jarak Jauh. *Jurnal*. 7(2):91.
- Taufik. 2009. *Model-Model Konseling*. Padang. FIP Universitas Negeri Padang
- Triyono dan Mastur. 2014. *Materi Layanan Klasikal Bimbingan dan Bidang Bimbingan Sosial*. Yogyakarta. Paramitra Publishing.
- Undang- Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 *Tentang Sistem Pendidikan Nasional*. 8 Juli 2003. Penjelasan dalam Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 4301. Jakarta
- Sumarmo, U. 2004. *Kemandirian Belajar: Apa, Mengapa, dan Bagaimana Dikembangkan pada Peserta Didik*. Bandung . FPMIPA UPI.
- Widoyoko E. P. 2014. *Teknik Penyusunan Instrumen Penelitian*. Yogyakarta. Pustaka Belajar.
- Zikra, R. 2015 , Hubungan Perencanaan Karir dan Self Regulated Learning dengan Hasil Belajar Siswa Kelas X SMAN 2 Padang Panjang. *Skripsi Program Studi KI/ Bimbingan dan Konseling* . Batusangkar. STAIN Batusangkar.
- Zimmerman, B. J. dan Schunk, D. H . (tanpa tahun) *Self Regulated Learning and Academic Achievement: Theory, Research, and Practice*. Bozeman. Publisher service:

