Nusantara Journal of Multidisciplinary Science
Vol. 4, No. 1, Agustus 2026
Hal 43-50
E-ISSN : 3024-8752
P-ISSN : 3024-8744
Site : https://jurnal.intekom.id/index.php/njms

Peningkatan Motivasi Belajar Siswa melalui Konseling Individual dengan Pendekatan Realita

Nurleny Paslah[1]
[1]SMP Negeri 04 Pasangkayu, Pasangkayu, Sulawesi Barat, Indonesia

Article Info

Article history:

Received Agustus 13, 2026
Revised Agustus 13, 2026
Accepted Agustus 14, 2026

Kata Kunci:

Motivasi Belajar,
Konseling Individual,
Pendekatan Realita,
Penelitian Tindakan Kelas,
Bimbingan Dan Konseling

Keywords:

Learning Motivation,
Individual Counseling,
Reality Approach,
Classroom Action Research,
Guidance And Counseling

ABSTRAK

Motivasi belajar yang rendah tampak melalui kurangnya ketekunan, konsentrasi, kedisiplinan, dan tanggung jawab siswa selama pembelajaran. Penelitian ini bertujuan menganalisis peningkatan motivasi belajar setelah penerapan konseling individual dengan pendekatan realita. Penelitian menggunakan Penelitian Tindakan Kelas dalam dua siklus yang mencakup perencanaan, tindakan, pengamatan, dan refleksi. Subjek penelitian adalah 23 siswa kelas VII, terdiri atas 16 laki-laki dan 7 perempuan. Data dianalisis secara deskriptif menggunakan persentase. Pada kondisi awal, 17,4% siswa berada pada kategori tinggi dan 82,6% pada kategori sedang. Pada siklus I, 17,4% siswa mencapai kategori sangat tinggi, 26,1% tinggi, dan 56,5% sedang. Pada siklus II, kategori sangat tinggi meningkat menjadi 30,4%, kategori tinggi 30,4%, dan kategori sedang menurun menjadi 39,2%. Pergeseran tersebut menunjukkan peningkatan motivasi belajar setelah tindakan. Konseling individual dengan pendekatan realita dapat digunakan sebagai alternatif layanan bimbingan dan konseling untuk meningkatkan motivasi belajar siswa.

ABSTRACT

Low learning motivation is evident in students' lack of persistence, concentration, discipline, and responsibility during the learning process. This study aims to analyze the improvement in learning motivation following the implementation of individual counseling using a reality therapy approach. The study employed Classroom Action Research conducted over two cycles, comprising planning, action, observation, and reflection. The subjects were 23 seventh-grade students, consisting of 16 males and 7 females. Data were analyzed descriptively using percentages. At the initial stage, 17.4% of students fell into the high category, while 82.6% were in the moderate category. In Cycle I, 17.4% of students reached the very high category, 26.1% the high category, and 56.5% the moderate category. In Cycle II, the very high category increased to 30.4% and the high category to 30.4%, while the moderate category decreased to 39.2%. These shifts indicate an improvement in learning motivation following the intervention. Individual counseling using a reality therapy approach can serve as an alternative guidance and counseling service to enhance students' learning motivation.

This is an open access article under the CC BY license

Corresponding Author:

Nurleny Paslah
SMP Negeri 04 Pasangkayu
Pasangkayu, Sulawesi Barat, Indonesia
Email: choiriahmuslimahnurdin30@gmail.com

1. PENDAHULUAN

Motivasi belajar merupakan salah satu unsur yang menentukan keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran. Dalam naskah penelitian, rendahnya motivasi belajar ditandai oleh perilaku seperti kurang memperhatikan penjelasan guru, rendahnya konsentrasi, kebiasaan mengobrol ketika pembelajaran berlangsung, keterlambatan masuk kelas, serta belum teraturnya kebiasaan belajar di luar sekolah. Kondisi tersebut berkaitan pula dengan rendahnya kesadaran diri dan tanggung jawab siswa terhadap kegiatan belajar. Disiplin yang tumbuh dari kesadaran diri dipandang penting karena membantu individu mengembangkan keteraturan perilaku dan arah tindakan yang lebih jelas [9]. Pendidikan dan layanan bimbingan konseling karena itu memiliki peran dalam membantu siswa mengembangkan perilaku yang lebih bertanggung jawab tanpa hanya mengandalkan paksaan atau hukuman [6].

Studi awal pada siswa kelas VII menunjukkan masih adanya berbagai perilaku yang mengindikasikan motivasi belajar belum optimal. Naskah PTK mencatat adanya siswa yang datang terlambat, tidak segera mengikuti pembelajaran ketika jam pelajaran dimulai, tidak memiliki jadwal belajar yang teratur, dan memanfaatkan waktu luang untuk kegiatan yang kurang mendukung perkembangan belajar. Situasi ini memperlihatkan bahwa persoalan yang dihadapi tidak hanya berkaitan dengan pemahaman aturan sekolah, tetapi juga dengan kemampuan siswa mengarahkan diri, membuat pilihan, dan bertanggung jawab terhadap konsekuensi perilakunya. Dalam konteks perkembangan remaja, pembentukan kebiasaan dan tanggung jawab perlu dipahami sebagai bagian dari perkembangan pribadi dan sosial yang berlangsung secara bertahap [8], [11].

Salah satu layanan yang digunakan dalam penelitian ini adalah konseling individual dengan pendekatan realita. Pendekatan realita menekankan perilaku saat ini, tanggung jawab pribadi, evaluasi diri, dan penyusunan rencana yang realistis. Tujuannya adalah membantu individu mencapai otonomi, memperjelas tujuan, menilai perilakunya, dan mengembangkan rencana yang bertanggung jawab untuk mencapai kebutuhan yang dipilihnya [7]. Hubungan konseling juga menuntut keterlibatan konselor dan konseli secara langsung, hangat, terbuka, serta berorientasi pada perubahan perilaku nyata. Teknik konseling individual memberi ruang bagi konselor untuk memahami masalah siswa secara personal dan membantu siswa merumuskan alternatif tindakan yang sesuai dengan kebutuhan perkembangannya [1]. Motivasi belajar dalam naskah PTK dipahami sebagai dorongan internal dan eksternal yang menggerakkan siswa untuk melakukan perubahan perilaku menuju tujuan belajar. Gejala motivasi yang rendah tampak pada perilaku malas menerima pelajaran, enggan mencatat materi, kurang berkonsentrasi ketika guru menjelaskan, kurang memperhatikan, melamun, serta berbicara dengan teman ketika proses pembelajaran berlangsung. Kondisi seperti ini tidak hanya memengaruhi hasil belajar sesaat, tetapi juga berpotensi menghambat perkembangan kebiasaan belajar berikutnya. Oleh karena itu, layanan bimbingan dan konseling diarahkan tidak hanya untuk mengurangi perilaku yang tampak, tetapi juga untuk membantu siswa menemukan alasan pribadi yang lebih kuat untuk belajar dan bertanggung jawab terhadap pilihan perilakunya.

Pendekatan realita dipilih karena menempatkan tanggung jawab pribadi sebagai inti proses perubahan. Dalam kajian yang digunakan pada PTK, konseling realita berfokus pada perilaku nyata saat ini, membantu konseli mengevaluasi perilakunya sendiri, mendorong keberanian membuat pilihan, mengurangi ketergantungan pada hukuman, dan menanamkan disiplin yang disadari maknanya [7]. Prinsip tersebut relevan dengan masalah yang ditemukan di kelas, karena siswa sebenarnya telah mengenal aturan dan tuntutan belajar, tetapi belum seluruhnya mampu menerjemahkan pemahaman itu menjadi perilaku belajar yang teratur. Dengan demikian, konseling diarahkan untuk memperkuat dukungan internal, bukan hanya kepatuhan yang muncul karena kontrol dari luar.

Penelitian ini menempatkan peningkatan motivasi belajar sebagai fokus tindakan. Berbeda dari penanganan yang semata-mata menekankan kepatuhan terhadap aturan, intervensi diarahkan pada proses konseling individual agar siswa mampu mengevaluasi perilaku belajarnya, mengenali kebutuhan dan keinginannya, menentukan arah tindakan, serta menyusun rencana perubahan yang realistis. Dengan demikian, tujuan penelitian adalah menganalisis perubahan tingkat motivasi belajar siswa kelas VII setelah penerapan konseling individual dengan pendekatan realita melalui dua siklus tindakan.

2. METODE

2.1 Desain, Setting, dan Subjek Penelitian

Penelitian menggunakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilaksanakan pada tahun pelajaran 2022/2023 di SMP Negeri 04 Pasangkayu, Kecamatan Pasangkayu, Kabupaten Pasangkayu, Provinsi Sulawesi Barat. PTK digunakan sebagai kerangka perbaikan praktik melalui tindakan yang dilakukan secara bertahap dan dievaluasi pada setiap siklus [4]. Penelitian berlangsung selama tiga bulan, yaitu September sampai November 2023, dan direncanakan dalam dua siklus dengan satu kali pertemuan pada setiap siklus. Subjek penelitian berjumlah 23 siswa kelas VII, terdiri atas 16 siswa laki-laki dan 7 siswa perempuan.

2.2 Prosedur Tindakan

Setiap siklus mencakup empat tahapan, yaitu perencanaan, pelaksanaan tindakan, pengamatan, dan refleksi. Pada tahap perencanaan, peneliti menyiapkan layanan, menentukan fokus perilaku belajar yang akan ditangani, serta menyiapkan instrumen untuk memotret kondisi motivasi belajar. Pelaksanaan tindakan dilakukan melalui konseling individual dengan pendekatan realita. Naskah penelitian menggambarkan pendekatan tersebut melalui eksplorasi keinginan dan kebutuhan, penelaahan arah serta tindakan yang dilakukan siswa, evaluasi diri terhadap keefektifan perilaku, dan penyusunan rencana tindakan. Orientasi intervensi adalah membantu siswa mengambil keputusan yang realistis dan bertanggung jawab terhadap perilaku belajarnya [7].

Pelaksanaan layanan terdiri atas kegiatan pendahuluan, kegiatan inti, dan kegiatan penutup. Pada kegiatan pendahuluan dilakukan penyapaan, pemeriksaan kehadiran, kegiatan pemanasan, serta penggalian pengetahuan dan pengalaman siswa. Pada kegiatan inti, fokus layanan diarahkan pada pemahaman masalah motivasi belajar, evaluasi perilaku yang sedang dilakukan, serta penyusunan rencana perubahan yang dapat dilaksanakan. Pengamatan dilakukan terhadap hasil skala motivasi belajar dan perubahan kategori motivasi siswa. Tahap refleksi digunakan untuk menilai hasil setiap siklus dan menentukan kebutuhan tindakan berikutnya. Pendekatan semacam ini konsisten dengan prinsip konseling yang menempatkan konseli sebagai pihak yang aktif dalam memahami masalah dan menentukan pilihan perilaku [1], [7].

Prosedur konseling realita dalam naskah sumber dijabarkan melalui sistem WDEP. Tahap awal dimulai dengan pengembangan keterlibatan agar konseli merasa aman dan bersedia menyampaikan pengalaman yang dialaminya. Tahap W (wants and needs) digunakan untuk mengeksplorasi keinginan, kebutuhan, dan persepsi siswa terhadap keluarga, teman sebaya, sekolah, guru, serta tujuan yang ingin dicapai. Tahap D (direction and doing) mengarahkan siswa untuk menelaah tindakan yang sedang dilakukan dan hubungan tindakan tersebut dengan kebutuhan atau tujuan belajarnya. Tahap E (self evaluation) digunakan agar siswa menilai sendiri apakah perilaku yang dilakukan efektif untuk memenuhi kebutuhan dan mencapai tujuan. Tahap P (planning) diakhiri dengan penyusunan rencana tindakan yang konkret dan realistis.

Pada tahap perencanaan, naskah PTK menggunakan prinsip SAMIC3, yaitu rencana harus sederhana, dapat dicapai, dapat diukur, segera dilakukan, dan melibatkan konseli. Prinsip ini digunakan agar komitmen perubahan tidak berhenti pada pernyataan umum, tetapi diterjemahkan menjadi tindakan yang dapat dilaksanakan dan dievaluasi. Konselor berperan sebagai motivator, penyalur tanggung

jawab, pendidik, dan pihak yang membantu konseli menilai perilakunya secara objektif. Hubungan konseling menuntut kehangatan, empati, keterbukaan, penghargaan terhadap konseli, dan keterlibatan langsung sehingga siswa dapat mengemukakan masalah belajarnya secara personal [7].

Tabel 1. Tahapan Konseling Realita dalam Pelaksanaan Tindakan

Tahap	Fokus Pelaksanaan
Keterlibatan	Membangun hubungan konseling yang hangat, terbuka, dan membuat siswa bersedia mengungkapkan masalah belajar.
W - Wants and Needs	Menggali keinginan, kebutuhan, persepsi, dan tujuan siswa terkait belajar, sekolah, guru, teman, dan lingkungan.
D - Direction and Doing	Menelaah tindakan yang sedang dilakukan siswa serta arah perilaku tersebut terhadap tujuan belajar.
E - Self Evaluation	Mendorong siswa menilai sendiri keefektifan perilaku dan tanggung jawabnya terhadap hasil yang diperoleh.
P - Planning	Menyusun rencana perubahan yang sederhana, dapat dicapai, dapat diukur, segera dilakukan, dan melibatkan siswa.

2.3 Peran Konselor dan Fokus Intervensi

Konseling dilaksanakan dengan menempatkan siswa sebagai pihak yang aktif dalam proses perubahan. Konselor tidak mengambil alih keputusan, tetapi mendorong siswa menerima keadaan nyata, membuat keputusan sendiri, memahami konsekuensi, dan menilai perilakunya secara realistis. Fokus intervensi adalah perilaku belajar yang dapat diamati, seperti kesiapan mengikuti pembelajaran, perhatian terhadap penjelasan guru, penggunaan waktu, tanggung jawab terhadap tugas, dan kesungguhan mencapai tujuan. Dalam PTK, intervensi juga dikaitkan dengan pembentukan disiplin yang bersumber dari kesadaran diri, karena masalah motivasi belajar ditemukan bersamaan dengan keterlambatan, ketidakteraturan belajar, dan rendahnya tanggung jawab pada sebagian siswa [6], [9].

2.4 Teknik Analisis Data

Data penelitian dianalisis menggunakan teknik deskriptif persentase untuk menggambarkan tingkat motivasi belajar sebelum dan sesudah tindakan. Instrumen berupa skala motivasi belajar digunakan untuk memperoleh skor siswa; penggunaan skala sebagai instrumen psikologis memerlukan pengubahan respons menjadi skor yang dapat diinterpretasikan secara sistematis [5]. Persentase dihitung dengan membandingkan skor nyata yang dicapai dengan skor ideal, kemudian dikalikan 100%. Kriteria tingkat motivasi belajar dalam naskah sumber dibagi menjadi lima kategori: sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi. Analisis difokuskan pada perubahan distribusi kategori dari kondisi awal ke siklus I dan siklus II.

Tabel 2. Kriteria Penilaian Tingkat Motivasi Belajar

Interval	Kriteria
85%-100%	Sangat Tinggi
70%-85%	Tinggi
55%-70%	Sedang
40%-55%	Rendah
25%-40%	Sangat Rendah

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Kondisi Awal Motivasi Belajar

Pengukuran kondisi awal dilakukan sebelum tindakan konseling diberikan. Naskah penelitian menyatakan bahwa tingkat motivasi belajar siswa secara umum berada pada kategori sedang. Dari 23 siswa, 4 siswa (17,4%) berada pada kategori tinggi dan 19 siswa (82,6%) berada pada kategori sedang; tidak ditemukan siswa pada kategori sangat tinggi, rendah, maupun sangat rendah. Gambaran ini

menunjukkan bahwa sebagian besar siswa telah memiliki dasar motivasi belajar, tetapi intensitasnya belum cukup kuat untuk mendorong ketekunan, tanggung jawab, dan keteraturan perilaku belajar secara konsisten.

Data individual pada kondisi awal menunjukkan skor tertinggi 80 yang dicapai oleh empat siswa dan skor terendah 60 yang muncul pada sebelas siswa, dengan rata-rata 67,0. Naskah PTK juga menggambarkan beberapa gejala yang menyertai rendahnya motivasi belajar, seperti keterlambatan masuk kelas, kurang fokus selama pembelajaran, berbicara dengan teman ketika guru menjelaskan, serta belum teraturnya jadwal belajar di luar sekolah. Temuan awal tersebut menjadi dasar bahwa tindakan perlu diarahkan pada pembentukan kesadaran dan tanggung jawab siswa terhadap perilaku belajarnya, bukan semata-mata pada pemberian instruksi.

3.2 Perubahan pada Siklus I

Pada siklus I, konseling individual dengan pendekatan realita diterapkan dengan menekankan keterlibatan siswa dalam mengenali perilaku belajar yang sedang dilakukan, menilai kesesuaiannya dengan tujuan belajar, dan merumuskan rencana tindakan. Setelah siklus I, distribusi kategori menunjukkan pergeseran ke tingkat yang lebih tinggi. Sebanyak 4 siswa (17,4%) berada pada kategori sangat tinggi, 6 siswa (26,1%) pada kategori tinggi, dan 13 siswa (56,5%) pada kategori sedang. Tidak terdapat siswa pada kategori rendah dan sangat rendah. Perubahan ini menunjukkan bahwa tindakan awal telah memperluas proporsi siswa yang mencapai kategori tinggi dan sangat tinggi, meskipun lebih dari separuh siswa masih berada pada kategori sedang.

Pada data skor siklus I, nilai tertinggi meningkat menjadi 90 dan dicapai oleh empat siswa, sedangkan nilai terendah menjadi 70. Total skor yang dilaporkan adalah 1.770. Walaupun naskah sumber mencantumkan rata-rata 68,0, distribusi kategori memperlihatkan perubahan yang lebih jelas karena sepuluh dari 23 siswa telah berada pada kategori tinggi atau sangat tinggi. Refleksi siklus I menunjukkan bahwa tindakan perlu dipertahankan dan diperkuat agar siswa yang masih berada pada kategori sedang dapat lebih konsisten menjalankan rencana perilaku belajar yang telah disusun.

3.3 Perubahan pada Siklus II

Refleksi siklus I menjadi dasar pelaksanaan siklus II. Layanan kembali diarahkan pada evaluasi perilaku, tanggung jawab pribadi, dan rencana perubahan yang lebih nyata. Pada siklus II, 7 siswa (30,4%) berada pada kategori sangat tinggi, 7 siswa (30,4%) pada kategori tinggi, dan 9 siswa (39,2%) pada kategori sedang. Dengan demikian, proporsi siswa pada kategori tinggi dan sangat tinggi mencapai 60,8%, lebih besar dibandingkan kondisi awal yang hanya 17,4%. Pergeseran kategori tersebut menjadi temuan utama penelitian karena menunjukkan peningkatan motivasi belajar setelah tindakan dilakukan secara berulang dan disertai refleksi.

Pada siklus II, skor tertinggi tetap 90 tetapi jumlah siswa yang mencapai skor tersebut bertambah menjadi tujuh orang. Naskah hasil penelitian melaporkan total skor 1.810 dan pada bagian pembahasan mencantumkan rata-rata siklus II sebesar 79,0. Pada tahap ini jumlah siswa dalam kategori sedang berkurang menjadi sembilan orang, sedangkan empat belas siswa telah berada pada kategori tinggi dan sangat tinggi. Perubahan tersebut memperlihatkan bahwa penguatan tindakan pada siklus II diikuti oleh pergeseran distribusi motivasi belajar ke kategori yang lebih tinggi.

Tabel 3. Perubahan Tingkat Motivasi Belajar pada Setiap Tahap

Tahap	Sangat Tinggi	Tinggi	Sedang	Rata-rata
Kondisi awal	0%	17,4%	82,6%	67,0
Siklus I	17,4%	26,1%	56,5%	68,0
Siklus II	30,4%	30,4%	39,2%	79,0

3.4 Perbandingan Perubahan Antar-Siklus

Perbandingan tiga tahap memperlihatkan pola perubahan yang konsisten pada distribusi kategori. Pada kondisi awal tidak terdapat siswa dalam kategori sangat tinggi; pada siklus I muncul empat siswa dalam kategori tersebut; dan pada siklus II jumlahnya meningkat menjadi tujuh siswa. Kategori tinggi juga meningkat dari empat siswa pada kondisi awal menjadi enam siswa pada siklus I dan tujuh siswa pada siklus II. Sebaliknya, kategori sedang turun dari 19 siswa menjadi 13 siswa dan kemudian menjadi sembilan siswa. Tidak terdapat siswa pada kategori rendah maupun sangat rendah pada ketiga tahap.

Perubahan kategori tersebut penting karena fokus penelitian bukan sekadar meningkatkan nilai rata-rata, melainkan mengubah kualitas keterlibatan dan dorongan belajar siswa. Kenaikan jumlah siswa pada kategori tinggi dan sangat tinggi menunjukkan bahwa sebagian siswa mulai memperlihatkan tingkat motivasi yang lebih kuat setelah melalui proses konseling, evaluasi diri, dan perencanaan tindakan. Namun, masih terdapat sembilan siswa pada kategori sedang pada akhir siklus II. Dengan demikian, hasil PTK menunjukkan perbaikan kelas secara umum sekaligus memperlihatkan bahwa sebagian siswa tetap membutuhkan layanan lanjutan.

3.5 Pembahasan

Perubahan distribusi kategori dari kondisi awal hingga siklus II memperlihatkan bahwa konseling individual dengan pendekatan realita berkaitan dengan peningkatan motivasi belajar siswa. Pada kondisi awal, hampir seluruh siswa berada pada kategori sedang. Setelah tindakan pada siklus I, mulai muncul kelompok siswa dengan motivasi sangat tinggi, dan pada siklus II proporsinya meningkat kembali. Pola ini menunjukkan bahwa proses perubahan tidak terjadi sekaligus, tetapi berkembang melalui tindakan, pengamatan, dan refleksi. Karakter siklus dalam PTK memungkinkan perbaikan dilakukan berdasarkan respons siswa pada tahap sebelumnya, sehingga tindakan berikutnya dapat lebih terarah [4].

Secara konseptual, temuan tersebut dapat dijelaskan melalui karakteristik konseling realita yang berfokus pada perilaku sekarang, tanggung jawab, pilihan, dan rencana tindakan. Konseling membantu siswa melihat hubungan antara perilaku belajarnya dengan tujuan yang ingin dicapai, kemudian mendorong siswa menentukan tindakan yang lebih realistis. Corey menjelaskan bahwa pendekatan realita bertujuan membantu individu mencapai otonomi, memperjelas tujuan, serta mengembangkan rencana yang bertanggung jawab [7]. Dalam konteks penelitian ini, perubahan kategori motivasi belajar dapat dipahami sebagai indikasi bahwa siswa semakin mampu mengevaluasi kebiasaan belajarnya dan mengarahkan perilaku menuju tujuan belajar yang lebih jelas.

Konseling individual juga memberi kesempatan untuk menangani masalah secara lebih personal. Permasalahan motivasi belajar tidak selalu memiliki penyebab yang sama pada setiap siswa; sebagian berkaitan dengan kebiasaan, tanggung jawab, pengelolaan waktu, atau keterlibatan dalam pembelajaran. Layanan individual memungkinkan konselor membangun hubungan bantuan, memahami kondisi konseli, dan membantu konseli memilih alternatif tindakan yang dapat dilaksanakan [1]. Pendekatan ini selaras dengan kebutuhan perkembangan siswa usia remaja yang sedang membentuk pola kemandirian dan tanggung jawab pribadi [8], [11].

Temuan penelitian juga berkaitan dengan aspek disiplin yang banyak muncul dalam latar belakang PTK. Disiplin bukan hanya kepatuhan formal terhadap aturan, tetapi juga keteraturan perilaku yang berkembang melalui kesadaran diri [9]. Ketika siswa mempunyai tujuan belajar, mengevaluasi tindakannya, dan membuat rencana yang dapat dilaksanakan, perilaku disiplin belajar dapat berkembang sebagai bagian dari motivasi internal. Karena itu, peningkatan motivasi pada penelitian ini tidak dapat dipisahkan dari upaya menumbuhkan tanggung jawab terhadap waktu, kehadiran, keterlibatan dalam kelas, dan kebiasaan belajar. Pendidikan karakter yang menekankan tanggung jawab dan kejujuran juga mendukung pembentukan perilaku tersebut [6].

Mekanisme WDEP membantu menjelaskan mengapa tindakan dapat memengaruhi motivasi belajar. Eksplorasi keinginan dan kebutuhan memberi kesempatan kepada siswa untuk menghubungkan

kegiatan belajar dengan tujuan personalnya. Penelaahan arah dan tindakan membuat siswa melihat apakah kebiasaan yang dilakukan mendukung atau justru menghambat tujuan tersebut. Evaluasi diri mengalihkan pusat penilaian dari konselor kepada siswa, sedangkan tahap perencanaan mengubah hasil evaluasi menjadi komitmen perilaku yang konkret. Rangkaian ini sejalan dengan tujuan konseling realita untuk membantu individu mencapai otonomi dan mengganti ketergantungan pada dukungan eksternal dengan dukungan internal [7].

Dari sisi praktik bimbingan dan konseling, hasil ini menunjukkan pentingnya hubungan konseling yang personal. Siswa yang tampak memiliki masalah serupa dapat memiliki kebutuhan dan alasan yang berbeda, sehingga konseling individual memberi ruang untuk menggali kondisi masing-masing siswa. Konselor dapat membantu siswa mengidentifikasi perilaku yang ingin diubah, memilih tindakan yang mungkin dilakukan, dan memantau tanggung jawab terhadap rencana tersebut. Dalam konteks sekolah, pendekatan ini dapat melengkapi langkah disiplin formal karena perubahan perilaku diarahkan pada kesadaran dan pengambilan keputusan siswa sendiri.

Meskipun hasil menunjukkan kecenderungan peningkatan, penelitian memiliki keterbatasan. Tindakan hanya dilakukan pada satu kelas dengan 23 siswa dan dalam dua siklus, sehingga hasilnya menggambarkan konteks kelas yang diteliti dan belum dapat digeneralisasi secara luas. Selain itu, naskah sumber memusatkan analisis pada deskripsi persentase sehingga belum menguji signifikansi perubahan secara inferensial. Hasil ini lebih tepat dipahami sebagai bukti perbaikan praktik bimbingan dan konseling dalam konteks PTK. Penelitian lanjutan dapat menggunakan periode intervensi yang lebih panjang, instrumen yang lebih teruji, dan desain pembanding untuk menguatkan bukti efektivitas konseling individual dengan pendekatan realita.

4. KESIMPULAN

Konseling individual dengan pendekatan realita menunjukkan peningkatan motivasi belajar siswa kelas VII selama dua siklus tindakan. Pada kondisi awal, siswa pada kategori tinggi hanya 17,4% dan sebagian besar berada pada kategori sedang. Setelah siklus I, 17,4% siswa berada pada kategori sangat tinggi dan 26,1% pada kategori tinggi. Pada siklus II, kategori sangat tinggi meningkat menjadi 30,4% dan kategori tinggi menjadi 30,4%, sedangkan kategori sedang menurun menjadi 39,2%. Pergeseran tersebut menunjukkan bahwa layanan yang menekankan evaluasi perilaku, tanggung jawab, pilihan, dan rencana tindakan realistis dapat digunakan sebagai alternatif intervensi bimbingan dan konseling untuk memperkuat motivasi belajar. Penerapan selanjutnya disarankan dilakukan secara lebih menarik, bervariasi, dan berkelanjutan agar perubahan perilaku belajar dapat dipertahankan.

REFERENSI

[1] S. Abimanyu and T. Manrihu, Teknik dan Laboratorium Konseling. Jakarta, Indonesia: Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi, 1996.
[2] S. Arikunto, Manajemen Pengajaran Secara Manusiawi. Jakarta, Indonesia: Rineka Cipta, 1990.
[3] S. Arikunto, Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek. Jakarta, Indonesia: Rineka Cipta, 1997.
[4] S. Arikunto, Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta, Indonesia: Rineka Cipta, 2006.
[5] S. Azwar, Penyusunan Skala Psikologi. Yogyakarta, Indonesia: Pustaka Pelajar Offset, 2000.
[6] S. Bahri, Tanggung Jawab, Disiplin, Jujur itu Keren (Pendidikan Anti Korupsi Kelas 1 SMP/MTS). Jakarta, Indonesia: KPK Direktorat Pendidikan dan Pelayanan Masyarakat, 2008.
[7] G. Corey, Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi. Bandung, Indonesia: Refika Aditama, 2007.
[8] W. Crain, Teori Perkembangan Konsep dan Aplikasi, 3rd ed. Yogyakarta, Indonesia: Pustaka Pelajar, 2007.
[9] E. Durkheim, Pendidikan Moral Suatu Studi Teori dan Aplikasi Sosiologi Pendidikan. Jakarta, Indonesia: Erlangga, 1990.
[10] R. Handayani, “Penanaman Disiplin dalam Menaati Peraturan dan Waktu,” Skripsi, Universitas Negeri Semarang, Semarang, Indonesia, 2007.

[11] E. B. Hurlock, Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Jakarta, Indonesia: Erlangga, 1999.
[12] Muryanto, Menciptakan Pribadi Anak Mudah Bergaul. Semarang, Indonesia: CV Ghyas Putra, 2008.