KONSELING ISLAM DENGAN TEKNIK *SELF MANAGEMENT* UNTUK MENGATASI RENDAHNYA MOTIVASI BELAJAR SISWI KELAS X MADRASAH ALIYAH NURUL JADID PROGRAM KEAGAMAAN PAITON PROBOLINGGO

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos.)

Oleh:

QURROTU A'YUNIN

NIM. B53215056

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM

JURUSAN DAKWAH

FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA

2019

PERNYATAAN OTENTISITAS PENULISAN SKRIPSI

Bismillahirrahmanirrahim

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Qurrotu A'yunin

NIM : B53215056

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Alamat : Jalan Merdeka Timur No. 53 Dusun Lebak Desa Ketapang Barat Kecamatan Ketapang Kabupaten Sampang

Judul Skripsi : Konseling Islam dengan Teknik *Self Management* untuk Mengatasi Rendahnya Motivasi Belajar Siswi Kelas X Madrasah Aliyah Nurul Jadid Program Keagamaan Paiton Probolinggo

Menyatakan dengan sungguh-sungguh bahwa:

1. Skripsi ini tidak pernah dikumpulkan kepada lembaga pendidikan tinggi manapun untuk memperoleh gelar apapun.
2. Skripsi ini merupakan hasil karya saya sendiri dan bukan hasil plagiasi atau hasil karya pihak lain.
3. Jika di kemudian hari terbukti bahwa skripsi ini merupakan hasil plagiasi, maka saya siap menerima konsekuensi hukum yang berlaku.

Surabaya, 8 Agustus 2019
Yang Menyatakan,

METERAI TEMPEL
49D2CAFF946148540
6000
ENAM RIBU RUPIAH

Qurrotu A'yunin
B53215056

PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Nama : Qurrotu A'yunin

NIM : B53215056

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Judul : Konseling Islam dengan Teknik *Self Management* untuk Mengatasi Rendahnya Motivasi Belajar Siswi Kelas X Madrasah Aliyah Nurul Jadid Program Keagamaan Paiton Probolinggo

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui oleh dosen pembimbing untuk diujikan.

Surabaya, 8 Agustus 2019

Dosen Pembimbing

Dr. Arif Ainur Rofiq, S.Sos., M.Pd., Kons.
NIP. 197708082007101004

PENGESAHAN TIM PENGUJI SKRIPSI

Skripsi oleh Qurrotu A'yunin ini telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi

Surabaya, 8 Agustus 2019

Mengesahkan,

Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Dekan,

Dr. H. Abd. Halim, M.Ag.

NIP. 196307251991031003

Penguji I

Dr. Arif Ainur Rofiq, S.Sos., M.Pd., Kons.

NIP. 197708082007101004

Penguji II,

Mohamad Thohir, M.Pd.I.

197905172009011007

Penguji III,

Dr. Lukman Fahmi, S.Ag., M.Pd.

197311212005011002

Penguji IV,

Dr. Agus Santoso, S.Ag., M.Pd.

197008251998031002

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN
Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : QURROTU A'YUNIN
NIM : B53215056
Fakultas/Jurusan : Dakwah dan Komunikasi/ Bimbingan dan Konseling Islam
E-mail address : qurrotuayunin97@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :
☑ Sekripsi ☐ Tesis ☐ Desertasi ☐ Lain-lain (.....)
yang berjudul :
Konseling Islam dengan Teknik Self Management untuk Mengatasi Rendahnya Motivasi Belajar Siswi Kelas x Madrasah Aliyah Nurul Jadid Program Keagamaan Paiton Probolinggo

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Ekslusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara ***fulltext*** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 8 Agustus

Penulis

(QURROTU A'YUNIN)
nama terang dan tanda tangan

ABSTRAK

Qurrotu A'yunin (B53215056), *Konseling Islam dengan Teknik Self Management untuk Mengatasi Rendahnya Motivasi Belajar Siswi Kelas X Madrasah Aliyah Nurul Jadid Program Keagamaan Paiton Probolinggo.*

Motivasi merupakan dorongan, keinginan, dan hasrat yang menggerakkan individu untuk melakukan apapun, salah satunya adalah motivasi belajar. Proses pembelajaran yang dilakukan sepanjang hayat ini sangat membutuhkan adanya motivasi yang kuat dan selalu stabil. Apabila motivasi belajar individu kuat, maka ketekunan belajarnya akan meningkat yang kemudian prestasinya akan meningkat juga, demikian pula sebaliknya pada individu yang memiliki motivasi belajar yang rendah. Hal ini yang menjadi fokus penelitian ini, yakni mengatasi problema seorang siswi yang memiliki motivasi belajar yang rendah. Maka dibutuhkan bantuan dari guru atau konselor dalam proses konseling, salah satunya dengan teknik *self management* atau pengelolaan diri

Rumusan masalah penelitian terdiri dari dua rumusan, yaitu: (1) Bagaimana proses pelaksanaan konseling Islam dengan teknik *self management* untuk mengatasi rendahnya motivasi belajar siswi kelas X Madrasah Aliyah Nurul Jadid Program Keagamaan Paiton Probolinggo? (2) Bagaimana hasil pelaksanaan konseling Islam dengan teknik *self management* untuk mengatasi rendahnya motivasi belajar siswi kelas X Madrasah Aliyah Nurul Jadid Program Keagamaan Paiton Probolinggo? Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus. Data diperoleh melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Setelah data diperoleh sepenuhnya, peneliti menganalisa data menggunakan analisis komparatif deskriptif. Artinya membandingkan data teori dengan data lapangan.

Hasil dari penelitian ini adalah: (1) Penerapan *self management* mengacu pada tahapan-tahapan konseling (identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, *treatment*, evaluasi, dan follow up) dan tahapan pada teknik *self management.* (2) Sedangkan hasil akhir dari konseling Islam dengan teknik *self management* ini adalah berhasil, dilihat dari target perilaku yang dicapai oleh konseli serta intensitas perilaku bermasalah semakin menurun.

Kata kunci: Konseling Islam, *Self Management,* Motivasi Belajar

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR ISI

PERNYATAAN ONTENTISITAS PENULISAN SKRIPSI..... ii
PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI iii
PENGESAHAN TIM PENGUJI SKRIPSI iv
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI..... v
ABSTRAK vi
DAFTAR ISI..... viii
DAFTAR TABEL ix
DAFTAR GRAFIK x
BAB I 1
PENDAHULUAN..... 1
A. Latar Belakang Masalah..... 1
B. Rumusan Masalah 8
C. Tujuan Penelitian 8
D. Manfaat Penelitian 8
E. Definisi Konsep..... 9
F. Metode Penelitian..... 13
G. Sistematika Pembahasan 22
BAB II 25
TINJAUAN PUSTAKA..... 25
A. Kajian Teoritik 25
1. Konseling Islam..... 25
2. Teknik *Self Management*..... 34
3. Motivasi Belajar 44
4. Konseling Islam dengan Teknik *Self Management* untuk Mengatasi Rendahnya Motivasi Belajar..... 53
B. Penelitian Terdahulu yang Relevan 56
BAB III..... 57
PENYAJIAN DATA 57
A. Deskripsi Umum 57
1. Gambaran Lokasi Penelitian..... 57

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. Deskripsi Konselor 59
3. Deskripsi Konseli 60
4. Deskripsi Masalah 66
B. Deskripsi Hasil Penelitian 70
1. Deskripsi Proses Pelaksanaan Konseling Islam dengan Teknik *Self Management* untuk Mengatasi Rendahnya Motivasi Belajar 70
2. Deskripsi Hasil Pelaksanaan Konseling Islam dengan Teknik *Self Management* untuk Mengatasi Rendahnya Motivasi Belajar 88
BAB IV 92
ANALISIS DATA 92
A. Analisis Proses Pelaksanaan Konseling Islam dengan Teknik Self Management untuk Mengatasi Rendahnya Motivasi Belajar Siswi Kelas X Madrasah Aliyah Nurul Jadid Program Keagamaan Paiton Probolinggo 92
B. Analisis Hasil Pelaksanaan Konseling Islam dengan Teknik Self Management untuk Mengatasi Rendahnya Motivasi Belajar Siswi Kelas X Madrasah Aliyah Nurul Jadid Program Keagamaan Paiton Probolinggo 99
BAB V 104
PENUTUP 104
A. Kesimpulan 104
B. Saran 105
DAFTAR PUSTAKA 107
LAMPIRAN

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Profil MA Nurul Jadid 57

Tabel 3.2 Profil Program Keagamaan.....58

Tabel 3.3 Identitas Konselor 59

Tabel 3.4 Intensitas Perilaku Bermasalah 82

Tabel 3.5 Intensitas Target Perilaku Sebelum Proses Konseling.....83

Tabel 3.6 Intensitas Target Perilaku Setelah Proses Konseling.....86

Tabel 3.7 Evaluasi Perubahan Tingkah Laku 86

Tabel 3.8 Perubahan Perilaku Sebelum dan Sesudah Proses Konseling 89

Tabel 4.1 Perbandingan Teori dan Data Lapangan.....93

Tabel 4.2 Perbandingan Intensitas Perilaku Bermasalah 101

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR GRAFIK

Grafik 4.1 Perbandingan Intensitas Perilaku Bermasalah.....102

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Proses pembelajaran di sekolah tidaklah mudah untuk diaplikasikan. Guru seringkali dihadapkan dengan berbagai macam persoalan termasuk dalam menentukan teknik, metode, dan media sesuai dengan karakter siswa. Sedangkan setiap siswa mempunyai karakteristik yang beragam. Sejumlah siswa mungkin dapat menempuh kegiatan belajarnya dengan lancar dan berhasil tanpa mengalami kesulitan, tetapi di sisi lain tidak sedikit siswa yang mengalami hambatan dalam proses pembelajaran.

Salah satu faktor berhasil tidaknya proses belajar pada seorang siswa adalah motivasi belajarnya. Motivasi merupakan dorongan atau keinginan yang menggerakkan individu baik yang berasal dari dalam dirinya ataupun lingkungannya. Bisa juga dikatakan, motivasi itu membangkitkan motif, membangkitkan daya gerak, atau menggerakkan seseorang atau diri sendiri untuk berbuat sesuatu dalam rangka mencapai suatu kepuasan atau tujuan.[1]

Menurut Jex, motivasi seperti gravitasi yang tidak bisa dilihat secara visual atau dirasakan namun bisa dilihat efek yang dihasilkan olehnya.[2] Motivasi merupakan dorongan, hasrat, dan kebutuhan seseorang untuk melakukan aktivitas tertentu. Sehingga motivasi dapat juga didefinisikan

[1] Alex Sobur, *Psikologi Umum,* (Bandung: Pustaka Setia, 2016), hal. 261.

[2] Izudin Syarif, "Pengaruh Model Blended Learning Terhadap Motivasi dan Prestasi Belajar Siswa SMK" Jurnal Pendidikan Vokasi, vol. 2, no. 2, (Juni 2012), hal. 236.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sebagai kekuatan yang mendorong arah dan ketetapan tindakan menuju suatu tujuan.[3]

Pada proses pembelajaran, motivasi dapat dikatakan sebagai daya penggerak di dalam diri siswa yang menimbulkan kegiatan belajar, yang menjamin kelangsungan dari kegiatan belajar, dan memberikan arah pada kegiatan belajar, sehingga tujuan yang dikehendaki oleh subjek belajar itu dapat tercapai.[4] Menurut Clayton Alderfer, motivasi belajar adalah kecenderungan siswa dalam melakukan kegiatan belajar yang didorong oleh hasrat untuk mencapai prestasi atau hasil belajar sebaik mungkin.[5]

Motivasi merupakan salah satu faktor yang sangat penting untuk mendorong semangat belajar siswa. Di dalam motivasi juga terdapat keinginan dan cita-cita yang tinggi. Sehingga siswa yang mempunyai motivasi belajar akan mengerti dengan apa yang menjadi tujuan dalam belajar, disamping itu keadaan siswa yang baik dalam belajar akan menyebabkan siswa tersebut semangat dalam belajar dan mengerjakan tugas dengan baik.[6]

Secara umum, motivasi belajar terbagi menjadi dua macam, yakni motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik. Motivasi intrinsik ini adalah motivasi atau dorongan yang berasal dari dalam individu, artinya siswa

---

[3] Maria Cleopatra, "Pengaruh Gaya Hidup dan Motivasi Belajar terhadap Prestasi Belajar Matematika" *Jurnal Formatif,* vol. 2, no. 5, (2015). Hal. 172.

[4] Izudin Syarif, "Pengaruh Model Blended Learning Terhadap Motivasi dan Prestasi Belajar Siswa SMK" *Jurnal Pendidikan Vokasi,* vol. 2, no. 2, (Juni 2012), hal. 236.

[5] Ghullam Hamdu, "Pengaruh Motivasi Belajar Siswa terhadap Pestasi Belajar IPA di Sekolah Dasar (Studi Kasus terhadap Siswa Kelas IV SDN Tarumanagara Kecamatan Tawang Kota Tasikmalaya)" *Jurnal Penelitian Pendidikan,* vol. 12, no.1, (April 2011), hal. 92.

[6] Amni Fauziah, dkk., "Hubungan antara Motivasi Belajar dengan Minat Belajar Siswa Kelas IV SDN Poris Gaga 05 Kota Tangerang" Jurnal Pendidikan Sekolah Dasar (JPSD), vol. 4, no. 1, (2017), hal. 48.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mampu mendorong dirinya sendiri untuk melakukan kegiatan belajar tanpa disuruh atau rangsangan dari luar. Sedangkan motivasi ekstrinsik adalah motivasi dari luar individu atau bisa dikatakan sebagai stimulus dan rangsangan dari luar individu, misalnya motivasi dari guru, teman, keluarga, dan lingkungan sekitarnya.[7]

Jika siswa memiliki motivasi belajar yang tinggi maka seluruh pembelajaran akan diikuti dengan baik mulai dari rasa ingin tahu, intensitas dalam memperhatikan penjelasan pelajaran, membaca materi sampai pada mencari strategi yang paling tepat guna meraih prestasi yang tinggi. Selain itu, Slavin berpendapat bahwa siswa yang termotivasi akan dengan mudah diarahkan, diberi penugasan, cenderung memiliki rasa ingin tahu yang lebih besar, aktif dalam mencari informasi tentang materi yang dijelaskan, serta menggunakan proses kognitif yang lebih tinggi untuk mempelajari dan menyerap pembelajaran.[8]

Sedangkan siswa yang memiliki motivasi belajar rendah akan bersikap dan berperilaku sebaliknya, seperti malas-malasan, tidak memperhatikan pelajar, membolos, terlambat, sering melanggar, tidak mencatat, tidak membawa buku catatan, dan perilaku bermasalah lainnya. Beberapa tanda ini juga terjadi pada objek penelitian yang sedang kami jalani.

---

[7] Firdaus Daud, "Pengaruh Kecerdasan Emosional (EQ) dan Motivasi Belajar terhadap Hasil Belajar Biologi Siswa SMA 3 Negeri Kota Palopo" *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, vol. 19, no. 2, (Oktober 2012), hal. 248.

[8] Izudin Syarif, "Pengaruh Model Blended Learning Terhadap Motivasi dan Prestasi Belajar Siswa SMK" *Jurnal Pendidikan Vokasi*, vol. 2, no. 2, (Juni 2012), hal. 236.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Prestasi belajar siswi tersebut berada di bawah rata-rata pencapaian target dan kemampuan teman kelasnya. Demikian pula prestasi akademik pelajaran yang menggunakan alat bantu bahasa Arab dalam artian membaca teks berbahasa Arab atau kitab kuning juga mengalami penurunan.

Pada beberapa waktu, dia tidak berani bertanya, mengemukakan, dan tampil di depan teman-temannya karena merasa tidak mampu membaca, mengartikan, memahami, dan berbicara dengan bahasa Arab. Sedangkan bahasa Arab merupakan pengetahuan pertama yang harus dikuasai dalam memahami ilmu keagamaan serta kunci utama untuk mencapai prestasi yang baik di Program Keagamaan tersebut.

Program Keagamaan merupakan salah satu program unggulan Madrasah Aliyah Nurul Jadid yang berada di bawah naungan Yayasan Pondok Pesantren Nurul Jadid Paiton Probolinggo. Dikatakan program unggulan karena ada beberapa syarat dan tes masuk yang harus dilalui, serta ditempatkan di satu asrama dengan berbagai kegiatan, baik untuk mengasah *ubudiyah*, keilmuan, bahasa asing, *public speaking*, keterampilan, dan sosial.

Seorang siswi yang kami jelaskan sebelumnya bisa dikategorikan memiliki motivasi belajar yang rendah untuk memahami bahasa Arab dengan beberapa indikasi sementara berupa prestasi akademiknya di bawah rata-rata, prestasi yang tidak berkaitan dengan bahasa Arab cukup tinggi, sering mendapatkan hukuman (*ta'zir*) karena tidak berbahasa Arab, jarang bertanya ketika pelajaran berlangsung, dan acuh tak acuh terhadap pelajaran yang berkaitan dengan bahasa Arab juga kitab kuning.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Oleh karena permasalahan belajar yang dialami siswi tersebut, kami berinisitif untuk membantu memecahkan problematika yang sedang dihadapinya. Adapun bentuk bantuan yang ingin kami berikan adalah dengan konseling Islam. Mengatasi kesulitan belajar ini merupakan salah satu tujuan konseling Islam dalam penanggulangan problematika kehidupan individu serta untuk mengembangkan potensi akal pikiran. Dengan konseling Islam, kesulitan belajar bahasa Arab pada siswa akan teratasi dengan berpacuan pada nilai-nilai Al Qur'an dan Hadis.

Konseling Islam adalah proses pemberian bantuan terarah, kontinu, dan sistematis kepada setiap individu agar ia dapat mengembangkan potensi atau fitrah beragama yang dimilikinya secara optimal dengan cara menginternalisasikan nilai-nilai yang terkandung di dalam Al Qur'an dan Al Hadis ke dalam dirinya.[9]

Adapun strategi atau teknik yang ingin kami terapkan adalah teknik *self management* atau pengelolaan diri. *Self management* adalah prosedur dimana individu mengatur perilakunya sendiri dengan arahan dari konselor sebagai fasilitator yang membantu merancang program serta motivator bagi konseli.[10]

Menurut Cormier, strategi *self management* adalah suatu proses dimana konseli mengarahkan tingkah lakunya sendiri dengan menggunakan satu strategi atau kombinasi strategi.[11] Selanjutnya Gunarsa mengemukakan

---

[9] Mierrina, "Bimbingan Konseling Islam bagi Anak Berkebutuhan Khusus: Model Konseling Inklusi", *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, vol. 8, no. 1, (2018), hal. 28.

[10] Gantina Komalasari, *Teori dan Teknik Konseling*, (Jakarta: Indeks, 2016), hal. 181.

[11] Dyah Ayu Retnowulan & Hadi Wasito, "Penerapan Strategi Pengelolaan Diri (*Self Management*) untuk Mengurangi Kenakalan Remaja Korban Broken Home" *Jurnal BK UNESA*, vol. 3, no. 1, (2013), hal. 336.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

bahwa *self management* adalah prosedur dimana konseli menggunakan keterampilan dan teknik mengurus diri untuk menghadapi masalahnya, dan perubahan perilaku yang diinginkan harus diusahakan melalui proses belajar (*learning*) atau belajar kembali (*relearning*).[12]

Alasan pemilihan pendekatan konseling melalui teknik *self management* untuk mengatasi kesulitan belajar bahasa Arab karena teknik ini memberikan kesempatan kepada individu untuk mengontrol perilakunya dengan cara dikehendakinya sendiri, melalui manajemen diri, kepercayaan diri, kompetensi, dan motivasi seseorang memungkinkan berkembang.[13]

Observasi sementara yang dilakukan peneliti terhadap konseli tersebut bahwasanya ia tidak mengalami kesulitan belajar dari segi fisik ataupun kelainan indera dan gangguan psikis serius. Kemungkinan yang dihadapinya saat ini adalah cara belajar yang kurang tepat sehingga memperlambat proses pemahaman dan pengamalan materi bahasa Arab. Akan tetapi tidak menutup kemungkinan akan timbul masalah, faktor penyebab, maupun gejala yang berbeda dalam proses konseling atau penelitian.

Penerapan teknik *self management* yang pada dasarnya menggunakan kombinasi teknik atau strategi lain, mendorong konselor dalam hal ini adalah peneliti untu menambahkan nilai dan konsep belajar dalam Islam sebagai motivasi, metode, teknik, maupun media. Nilai dan konsep belajar dalam

---

[12] Dinia Ulfa, "Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar dengan Layanan Konseling Individual Berbasis *Self Management* pada Siswa Kelas XI di SMK Negeri 1 Pemalang Tahun Pelajaran 2013/2014" (Skripsi, Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang, 2014), hal. 38.

[13] Kartika & Juntika Nurihsan, "Efektivitas Teknik Manajemen Diri untuk Mengatasi Inferiority Feeling" *Jurnal Penelitian Pendidikan,* vol. 16, no. 1, (2016), hal. 57.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Islam sering diajarkan di lingkungan pesantren melalui pengajian kitab akhlak seperti kitab *Ta'lim al Muta'allim, Adab al Alim wa al Muta'allim,* dan kitab akhlak lainnya.

Seorang pencari ilmu atau pelajar terutama santri hendaknya memenuhi syarat-syarat dalam mencari ilmu. Hal tersebut adalah sebuah panutan yang diajarkan oleh ulama terdahulu. Salah satunya adalah berupa *sya'ir* yang sangat terkenal di lingkungan pesantren tentang tata cara mencari ilmu:

أَلَا لَنْ تَنَالَ الْعِلْمَ اِلَّا بِسِتَّةٍ سَأُنْبِئُكَ عَنْ مَجْمُوْعِهَا بِبَيَانٍ

ذَكَاءٌ وَحِرْصٌ وَاصْطِبَارٌ وَبُلْغَةٌ وَإِرْشَادُ أُسْتَاذٍ وَطُوْلُ زَمَانٍ

Ingatlah, engkau tidak akan mendapatkan ilmu kecuali dengan enam syarat. Akan kuceritakan semuanya dengan jelas. Cerdas, semangat, sabar, ada biaya, bimbingan guru, dan waktu yang lama.[14]

Rangkaian *sya'ir* di atas merupakan salah satu bentuk konsep belajar dalam Islam. Selanjutnya masih banyak lagi nilai moral pendidikan yang akan ditemukan pada literatur kitab kuning karya ulama yang akan kami sesuai dengan kebutuhan proses konseling ini.

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah kami uraikan, maka kami mengambil judul pembahasan penelitian ini yang berbunyi, "Konseling Islam dengan Teknik *Self Management* untuk Mengatasi Rendahnya Motivasi Belajar Siswi Kelas X Madrasah Aliyah Nurul Jadid Program Keagamaan Paiton Probolinggo".

[14] Az Zarnuji, *Ta'lim al Muta'allim Thariq al Ta'allum,* (Beirut: Al Maktab Al Islami, 1401 H), hal. 76.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah, maka rumusan masalah penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana proses pelaksanaan konseling Islam dengan teknik *self management* untuk mengatasi rendahnya motivasi belajar siswi kelas X Madrasah Aliyah Nurul Jadid Program Keagamaan Paiton Probolinggo?
2. Bagaimana hasil pelaksanaan konseling Islam dengan teknik *self management* untuk mengatasi rendahnya motivasi belajar siswi kelas X Madrasah Aliyah Nurul Jadid Program Keagamaan Paiton Probolinggo?

C. Tujuan Penelitian

Merujuk pada rumusan masalah tersebut, maka tujuan penelitian ini adalah:

1. Mengetahui proses pelaksanaan konseling Islam dengan teknik *self management* untuk mengatasi rendahnya motivasi belajar siswi kelas X Madrasah Aliyah Nurul Jadid Program Keagamaan Paiton Probolinggo
2. Mengetahui hasil pelaksanaan konseling Islam dengan teknik *self management* untuk mengatasi rendahnya motivasi belajar siswi kelas X Madrasah Aliyah Nurul Jadid Program Keagamaan Paiton Probolinggo

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan akan memberikan manfaat, sebegai berikut:

1. Manfaat Teoritis

   Penelitian ini diharapkan dapat berguna dan bermanfaat untuk pengembangan keilmuan dan penelitian selanjutnya. Khususnya bagi

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam, umumnya bagi semua mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan secara praktis dapat diterapkan untuk mengatasi masalah-masalah belajar lainnya yang merupakan fungsi layanan bimbingan belajar, baik bagi konselor, guru, dan pelajar.

E. Definisi Konsep

1. Konseling Islam

Menurut Adz Dzaki, konseling Islam adalah suatu aktivitas pemberian bimbingan, pelajaran, dan pedoman kepada individu yang meminta bimbingan (konseli) dalam hal bagaimana seharusnya seorang konseli dapat mengembangkan potensi akal pikiran, kejiwaan, keimananan, dan keyakinannya serta dapat menanggulangi problematika hidup dan kehidupannya dengan baik secara mandiri yang berparadigma kepada Al Qur'an dan Sunnah Rasulullah SAW.[15]

Bimbingan Konseling Islami adalah proses pemberian bantuan terarah, kontinu, dan sistematis kepada setiap individu agar ia dapat mengembangkan potensi atau fitrah beragama yang dimilikinya secara optimal dengan cara menginternalisasikan nilai-nilai yang terkandung di dalam Al Qur'an dan Al Hadis ke dalam dirinya.[16]

Berdasarkan uraian definisi konseling Islam menurut para ahli tersebut, maka dapat diambil kesimpulan bahwa, konseling Islam adalah

[15] Aswadi, *Iyadah dan Ta'ziyah Perspektif Bimbingan Konseling Islam,* hal. 12.

[16] Mierrina, "Bimbingan Konseling Islam bagi Anak Berkebutuhan Khusus: Model Konseling Inklusi", *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam,* vol. 8, no. 1, (2018), hal. 28.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

proses pemberian bantuan secara terarah, kontinu, dan sistematis kepada individu untuk mengatasi problema kehidupan dan mengembangkan potensi atau fitrah beragama yang dimilikinya secara optimal sesuai dengan nilai-nilai yang terkandung dalam Al Qur'an dan Hadis sehingga menjadi manusia seutuhnya dan mendapatkan ketenangan serta kebahagiaan dunia akhirat.

2. Teknik *Self Management*

Sukadji menyatakan bahwa *self management* atau pengelolaan diri adalah prosedur dimana inidividu mengatur perilakunya sendiri. Komponen dasar yang melibatkan diri individu sendiri dalam teknik ini berupa menentukan perilaku sasaran, memonitor perilaku tersebut, memilih prosedur yang akan diterapkan, melaksanakan prosedur tersebut, dan mengevaluasi prosedur tersebut.[17]

Menurut Cormier, strategi *self management* adalah suatu proses dimana konseli mengarahkan tingkah lakunya sendiri dengan menggunakan satu strategi atau kombinasi strategi.[18] Selanjutnya Gunarsa mengemukakan bahwa *self management* adalah prosedur dimana konseli menggunakan keterampilan dan teknik mengurus diri untuk menghadapi masalahnya, dan perubahan perilaku yang diinginkan harus diusahakan melalui proses belajar (*learning*) atau belajar kembali (*relearning*).[19]

---

[17] Gantina Komalasari, *Teori dan Teknik Konseling,* hal. 180.

[18] Dyah Ayu Retnowulan & Hadi Wasito, "Penerapan Strategi Pengelolaan Diri (*Self Management*) untuk Mengurangi Kenakalan Remaja Korban Broken Home" *Jurnal BK UNESA,* vol. 3, no. 1, (2013), hal. 336.

[19] Dinia Ulfa, "Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar dengan Layanan Konseling Individual Berbasis *Self Management* pada Siswa Kelas XI di SMK Negeri 1 Pemalang Tahun

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Berdasarkan uraian tersebut, teknik *self management* adalah sebuah strategi pengelolaan diri yang lakukan oleh individu sendiri untuk menghasilkan perilaku yang diinginkan, menggunakan satu strategi atau kombinasi strategi.

Keberhasilan teknik *self management* tentu saja ditunjang oleh beberapa faktor yang dapat membuat program manajemen diri menjadi efektif yang salah satunya adalah kombinasi strategi.[20] Seperti contoh kombinasi strategi *self management* dengan meditasi, metode relaksasi, reframing, cognitive restructuring, pendidikan, latihan, berdoa, ibadah spiritual, dan lain-lain.[21]

Dalam penerapan teknik *self management,* tanggung jawab keberhasilan konseling berada di tangan konseli. Konselor berperan sebagai pencetus gagasan, fasilitator yang membantu merancang program serta motivator bagi konseli.[22]

Secara umum, penerapan teknik *self management* memiliki tahapan-tahapan yang dilalui dalam proses konseling, yaitu *self monitoring, self efficacy, self contracting, self evaluating, dan self*

Pelajaran 2013/2014" (Skripsi, Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang, 2014), hal. 38.

[20] Kartika & Juntika Nurihsan, "Efektivitas Teknik Manajemen Diri untuk Mengatasi Inferiority Feeling" *Jurnal Penelitian Pendidikan,* vol. 16, no. 1, (2016), hal. 57.

[21] Sherry Cormier, *Interviewing and Change Strategies for Helpers: Fundametal Skills and Cognitive Behavioral Interventions,* (Canada: Brooks/Cole Cengage Learning, 2009), vol. 6, hal. 522.

[22] Gantina Komalasari, *Teori dan Teknik Konseling,* hal. 181.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

reinforcement.[23] Selanjutnya tahapan-tahapan tersebut bisa saja berubah sesuai dengan keadaan konseli dan lingkungannya.

3. Motivasi Belajar

Pada dasarnya motif merupakan dorongan, hasrat, keinginan, dan tenaga penggerak lainnya, yang berasal dari dalam dirinya untuk melakukan sesuatu. Motif itu memberi tujuan dan arah kepada tingkah laku kita. Juga berbagai kegiatan yang biasanya kita lakukan sehari-hari mempunyai motif tersendiri.[24] Kemudian dari kata motif ini menimbulkan kata motivasi yang tidak jauh dari kata motif.

Motivasi diartikan sebagai kekuatan, dorongan, kebutuhan, semangat, tekanan, atau mekanisme psikologis yang mendorong seseorang atau sekelompok orang untuk mencapai prestasi tertentu sesuai dengan apa yang dikehendakinya.[25] Menurut Alex Sobur, motivasi merupakan istilah umum yang menunjuk pada seluruh proses gerakan, termasuk situasi yang mendorong, dorongan yang timbul dalam diri individu, tingkah laku yang ditimbulkan, dan tujuan atau akhir dari gerakan atau perbuatan.[26]

Menurut Clayton Alderfer, motivasi belajar adalah kecenderungan siswa dalam melakukan kegiatan belajar yang didorong oleh hasrat untuk mencapai prestasi atau hasil belajar sebaik mungkin. Jadi dalam motivasi

---

[23] Sherry Cormier, *Interviewing and Change Strategies for Helpers: Fundametal Skills and Cognitive Behavioral Interventions*, hal. 524.

[24] Alex Sobur, *Psikologi Umum*, (Bandung: Pustaka Setia, 2016), hal. 260.

[25] Siti Suprihatin, "Upaya Guru dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa" *Jurnal Pendidikan Ekonomi UM Metro*, vol.3, no.1 (2015), hal. 74.

[26] Alex Sobur, *Psikologi Umum*, hal. 261.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

terkandung adanya keinginan yang mengaktifkan, menggerakkan, menyalurkan, dan mengarahkan sikap serta perilaku individu untuk belajar.[27]

Selanjutnya menurut Sardiman, motivasi belajar merupakan keseluruhan daya penggerak di dalam diri siswa yang menimbulkan kegiatan belajar, menjamin kelangsungan dari kegiatan belajar dan memberikan arah pada kegiatan belajar, sehingga tujuan yang dikehendaki dapat tercapai.[28]

Berdasarkan uraian tersebut, dapat ditarik kesimpulan bahwa, motivasi belajar adalah dorongan, hasrat, dan keinginan yang menggerakkan individu untuk melaksanakan kegiatan belajar dengan optimal sehingga mencapai tujuan yang diinginkan.

F. Metode Penelitian

1. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, yang mana dlam pendekatan kualitatif data berupa deskriptif bukan data statistik dan penelitian ini bersifat holistik. Sehingga penelitian kualitatif tidak hanya berdasarkan variabel penelitian, tetapi keseluruhan situasi sosial yang

[27] Ghullam Hamdu, "Pengaruh Motivasi Belajar Siswa terhadap Pestasi Belajar IPA di Sekolah Dasar (Studi Kasus terhadap Siswa Kelas IV SDN Tarumanagara Kecamatan Tawang Kota Tasikmalaya)" *Jurnal Penelitian Pendidikan,* vol. 12, no.1, (April 2011), hal. 92.

[28] Amin Kiswoyowati, "Pengaruh Motivasi Belajar dan Kegiatan Belajar terhadap Kecakapan Hidup Siswa. (Studi Tentang Pembelajaran Berorientasi Kecakapan Hidup di SMK Negeri 1 Losarang Kompetensi Keahlian Agribisnis Tanaman Pangan dan Hortikultura-Budidaya Cabe Hibrida)" Jurnal Penelitian Pendidikan, edisi khusus, no. 1, (Agustus, 2011), hal. 123.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

diteliti meliput aspek tempat (*place*), perilaku (*actor*), dan aktivitas (*activity*) yang berinteraksi secara sinergis.[29]

Adapun jenis penelitian yang digunakan adalah studi kasus (*case study*). Studi kasus merupakan strategi penelitian dimana peneliti menyelidiki secara cermat suatu program, peristiwa, aktivitas, proses, atau sekelompok individu. Kasus-kasus dibatasi oleh waktu dan aktivitas, dan peneliti mengumpulkan informasi secara lengkap dengan menggunakan berbagai prosedur pengumpulan data berdasarkan waktu yang telah ditentukan.[30]

Jadi dalam penelitian ini, peneliti menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis studi kasus yang mana akan memahami situasi dan kondisi dalam suatu waktu secara terperinci tanpa adanya manipulasi dengan menggunakan prosedur tertentu terhadap permasalahan seorang siswi yang mengalami kesulitan belajar bahasa Arab.

2. Sasaran dan Lokasi Penelitian

a. Subjek Penelitian

Nama	: Mawar (nama samaran)
Tempat Tanggal Lahir	: Probolinggo, 17 Mei 2003
Jenis Kelamin	: Perempuan
Usia	: 16 tahun
Agama	: Islam

[29] Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R & D,* (Bandung: Alfabeta, 2018), hal. 207.

[30] John W. Creswell, Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed, terjemahan oleh Achmad Fawaid, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015), hal. 20.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Pekerjaan : Pelajar

Alamat Asal : Pondok Kelor, Paiton, Probolinggo

b. Lokasi Penelitian

Penelitian ini berlokasi di asrama putri Madrasah Aliyah Nurul Jadid Program Keagamaan Wilayah Al Hasyimiyah, atau pada Pondok Pesantren Nurul Jadid Paiton Probolinggo.

3. Jenis dan Sumber Data

Penelitian ini menggunakan data yang bersifat non-statistik. Ada dua macam sumber data:

a. Sumber Data Primer

Sumber data primer adalah sumber data pertama sebuah data dihasilkan.[31] Dalam penelitian ini, sumber data primer merupakan konseli yang mengalami kesulitan belajar bahasa Arab. Melalui konseli tersebut, data-data utama akan diperoleh sebagai bahan acuan untuk tahap penelitian berikutnya.

b. Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder merupakan significants others, yaitu orang lain yang dekat dan mengetahui kehidupan sehari-hari konseli. Baik teman dekat konseli, wali asuh, atau pengurus asrama.

[31] Burhan Bungin, *Metodologi Penelitian Sosial; Format-format Kualitatif dan Kuantitatif*, (Surabaya: Airlangga University Press, 2001), hal. 129.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

4. Tahap-tahap Penelitian

a. Tahap Pra-Lapangan

Pada tahap awal ini, sebelum terjun ke lapangan peneliti menyiapkan hal-hal yang dibutuhkan. Seperti surat izin penelitian yang dikeluarkan pihak fakultas Dakwah dan Komunikasi kepada Koordinator Asrama tempat penelitian dilakukan. Selanjutnya memilih informan atau orang yang akan ditanya seputar konseli, kemudian menyusun draf pertanyaan yang akan diajukan kepada sumber data primer dan sekunder. Alat-alat yang diperlukan selama berada di lapangan juga dipersiapkan pada tahap pra lapangan, seperti buku, pena, dan alat dokumentasi.

b. Tahap Eksplorasi dan Observasi Umum

Tahap ini dilakukan berkenaan dengan apa yang sebenarnya terjadi pada konseli, sehingga dapat memberikan pencerahan kepada peneliti dan data-data yang bersifat umum dari konseli dan sumber data sekunder lain. Peneliti mengeksplor data berkitan dengan keadaan konseli, melalui hasil observasi ini akan membantu tahap berikutnya.

c. Tahap Eksplorasi Terfokus

Dari sekian banyak data yang didaptkan pada observasi umum, maka selanjutnya peneliti menentukan fokus penelitian. Dalam kasus konseli yang mengalami kesulitan belajar bahasa Arab ini, tentu

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

diharapkan fokus yang diteliti berkaitan dengan sebab-akibatnya dan bagaimana penerapan teknik *self management.*

d. Tahap Pengumpulan Data

Ketika mencapai tahap ini, peneliti mengumpulkan data-data penelitian. Pengumpulan data dengan wawancara, observasi, dan data-data dari non manusia, serta pencatatan data informasi hasil pengumpulan data.

e. Tahap Konfirmasi Data

Tahap ini memungkinkan peneliti untuk mengkonfirmasi kepada sumber data primer atau sekunder mengenai data yang diperoleh. Sehingga data yang ada benar sesuai dengan realita di lapangan.

f. Tahap Analisis Data

Selanjutnya peneliti melakukan analisis dari hasil data pengamatan, wawancara, observasi, dalam penerapan teknik *self management* terhadap konseli yang megalami kesulitan belajar bahasa Arab. Analisis yang dilakukan berupa deskriptif komparatif, yakni membandingkan kondisi konseli antara sebelum dan sesudah penerapan terapi.

5. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian kualitatif, peneliti sendiri yang menjadi instrumen atau alat penelitian.[32] Sedangkan teknik pengumpulan data yang digunakan , sebagai berikut:

[32] Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R & D,* hal. 222.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

a. Observasi

Peneliti melakukan observasi dengan mengikuti kegiatan keseharian konseli, dan mencermati situasi yang berlembang dari masa ke masa. Terkadang peneliti juga melakukan observasi samar yang tidak diketahui secara langsung. Hal ini untuk menggali lebih dalam tentang data yang dibutuhkan.

b. Wawancara

Wawancara dilakukan untuk menggali data dari:

1) Konseli: tentang penyebab serta macam kesulitan belajar bahasa Arab yang dialami konseli.
2) Teman dekat: tentang kehidupan sehari-hari dalam pengamatannya, terutama dalam kegiatan belajarnya. Mungkin konseli pernah bercerita tentang kesulitan belajar yang dialaminya.
3) Wali Asuh: tentang kondisi serta proses belajar konseli hingga sekarang. Mungkin pernah mengadukan kesulitan belajar yang dialaminya.
4) Guru: tentang proses, perkembangan, dan prestasi belajarnya hingga saat ini. Mungkin memang ada gejala-gejala khusus yang ditimbulkan akibat kesulitan belajar dalam pengamatannya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

c. Dokumentasi

Dokumentasi yang seharusnya dikumpulkan dalam penelitian ini adalah dokumentasi setiap proses konseling baik berupa rekaman, foto, dan catatan wawancara. Bisa juga dokumentasi berupa catatan harian konseli atau sejarah hidupnya hingga saat ini, dan peraturan sera kebijakan yang berlaku di lingkungan konseli.

6. Teknik Analisis Data

Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi. Penyusunan tersebut dilakukan dengan mengorganisasikan data ke dalam kategori, menjabarkan ke dalam unit-unit, melakukan sintesa, meyusun ke dalam pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari, dan membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami oleh diri sendiri maupun orang lain.[33]

Dalam penelitian ini peneliti memakai teknik analisis data di lapangan model Miles dan Huberman, yaitu:

a. Reduksi Data (Data Reduction)

Waktu penelitian yang lama membuat data yang dihasilkan cukup banyak dan beragam. Untuk itu perlu catatan yang rinci dan teliti. Supaya lebih memudahkan dalam menganalisis data maka perlu diringkas atau dirangkum, memilih hal-hal pokok, memfokuskan

[33] Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R & D,* hal. 244.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

pada hal-hal penting dan dicari tema serta polanya, inilah yang disebut dengan reduksi data.

Adanya proses reduksi data dapat memperjelas gambaran bagi peneliti, juga memudahkan peneliti untuk mencarinya dan mengumpulkan data berikutnya. Proses reduksi data bisa menggunakan alat bantu seperti komputer mini dengan cara memberikan kode pada aspek-aspek tertentu.[34] Dengan demikian data yang diperoleh dari konseli yang mengalami kesulitan belajar bahasa Arab dan hasil dari penerapan teknik *self management* sebaiknya dicatat secara rinci lalu direduksi.

b. Penyajian Data (Data Display)

Langkah selanjuntya, setelah data direduksi adalah menyajikan data. Karena ini adalah penelitian kualitatif maka data disajikan dengan uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, dan sejenisnya. Tapi yang lebih sering dipakai adalah dengan teks yang bersifat naratif. Penyajian data ini bertujuan untuk memudahkan memahami apa yang terjadi, setelah dipahami maka dapat meencakan kerja selanjutnya.[35]

Dalam penelitian ini, peneliti memilih menggunakan penyajian data yang bersifat naratif. Menarasikan hasil terjun ke lapangan yang diperoleh dari sumber data primer dan sekunder dengan menggunakan teknik pengumpulan data yang telah disebutkan.

[34] Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R & D,* hal. 247.
[35] Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R & D,* hal. 249.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

c. Penarikan Kesimpulan dan Verifikasi (*Conclusion Drawing/Verfication*)

Berikutnya adalah penarikan kesimpulan dan verifikasi. Dalam penelitian kualitatif, kesimpulan awal masih bersifat sementara, selama tidak didukung oleh bukti-bukti yang kuat maka ia akan berubah. Tetapi jika kesimpulan didukung oleh bukti-bukti yang valid dan konsisten. Maka kesimpulan yang dikemukakan adalah kesimpulan kredibel.

Sehinnga kesimpulan dalam penelitian kualitatif dapat saja menjawab rumusan masalah yang dirumuskan sejak awal, tetapi mungkin saja tidak. Karena rumusan masalah dan masalah dalam penelitian kualitatif bersifat sementara, akan berkembang setelah peneliti berada di lapangan.[36]

7. Teknik Pemeriksaan Keabsahan Data

Dalam penelitian kualitatif, data dinyatakan terpercaya atau absah apabila memiliki derajat kepercayaan (*credibility*)[37] oleh karena itu perlu kiranya untuk peneliti melakukan pemeriksaan kembali data yang sudah diperoleh dengan teknik sebagai berikut:

a. Perpanjangan Pengamatan

Melalui perpanjangan pengamatan dapat meningkatkan kredibilitas data, karena otomatis peneliti akan kembali ke lapangan untuk melakukan pengamatan., kembali wawancara lagi dengan

[36] Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R & D,* hal. 253.
[37] Ismail Nawai Uha, *Metode Penelitian Kualitatif,* (Jakarta: CV Dwi Putra Pustaka Jaya), hal. 316.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sumber data awal atau baru. Nilai lebihnya juga, dari perpanjangan pengamatan ini akan timbul keakraban yang lebih kuat antara peneliti dengan narasmber. Sehingga informasi yang disampaikan bisa lebih terbuka dan tidak ada lagi rahasia yang disembunyikan.[38]

a. Meningkatkan Ketekunan

Cara kedua dengan meningkatkan ketekunan, yaiu dengan lebih cermat lagi dalam melakukan pengamatan dan berkesinambungan. Cara ini dapat merekam secara pasti dan sistematis kepastian data dan urutan peristiwa yang diteliti selama di lapangan.[39]

b. Triangulasi

Berikutnya teknik pemeriksaan keabsahan data bisa melalui triangulasi. Teknik ini adalah cara pengecekan data yang berasal dari berbagai sumber dengan berbagai cara dan berbagai waktu. Oleh karena itu, ada triangulasi sumber, triangulasi teknik pengumpulan data, dan triangulasi waktu.[40]

G. Sistematika Pembahasan

Sebagai langkah awal dalam proses penyusunan penelitian ini, peneliti menentukan sistematika pembahasa yang bejumlah lima bagian:

BAB I Pendahuluan

Bagian ini merupakan bagian paling awal yang memuat bagian-bagian yang dapat menjawab pertanyaan pembaca tentang masalah apa yang akan

[38] Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R & D,* hal. 271.
[39] Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R & D,* hal. 272.
[40] Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R & D,* hal. 273.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

diteliti, untuk apa, dan mengapa penelitian ini dilakukan. Maka dari itu bab ini memuat latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, definisi konsep, metode penelitian, dan sistematika pembahasan.

BAB II Tinjauan Pustaka

Pada bagian ini menjadi wadah menuangkan segala teori dari masing-masing variabel. Bagian in merupakan bagian penting sebelum terjun ke lapangan, karena berbekal teori yang dikaji secara detail dapat memudahkan tahap berikutnya. Bab ini memuat Kajian Teoritik tentang Teknik *Self Management* (Pengertian, Tujuan, Perilaku Bermasalah, Konsep Dasar, Peran Konselor, Mekanisme, Tahap-tahap). Dan Kesulitan Belajar (Pengertian, Jenis, Faktor Penyebab, dan Gejala). Terakhir dalam bab ini dilengkapi dengan penelitian terdahulu yang relevan.

BAB III Penyajian Data

Setelah tinjauan pustaka selesai, peneliti menyajikan data deskripsi umum tentang penerapan teknik *self management* yang diberikan kepada konseli dengan belajar bahasa Arab di lapangan. Tentu hasil ini setelah peneliti melakukan observasi sebelum penelitian dan hasil dari penelitian. Bagian ini memuat deskripsi umum objek penelitian dan deskripsi hasil penelitian.

BAB IV Analisis Data

Selanjutnya pada bagian ini peneliti memapparkan hasil temuan yang diperoleh. Hasil temuan bisa disajikan dalam bentuk pola, tema,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kecenderungan, dan motif yang muncul dari data di lapangan tentang penerapan teknik *self management* terhadap siswa yang mengalami kesulitan belajar bahasa Arab. Selain itu boleh juga berupa penyajian kategori, sistem klasifikasi, dan tipologi.

Idealnya dengan menggunakan pendekatan kualitatif penelitian diharapkan menghasilkan teori baru, namun jika tidak memungkinkan dapat melakukan konfirmasi dengan teori yang telah ada.

BAB V Penutup

Pada bagian ini merupakan proses terakhir yang berisi kesimpulan dan saran. Kesimpulan sebagai ikhtisar dari apa yang diteliti, menyesuaikan dengan jumlah rumusan masalah yang terdapat di bab awal. Dilengkapi dengan saran untuk menyempurnakan hasil akhir dari penelitian yang dilakukan.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kajian Teoritik

1. Konseling Islam

a. Pengertian Konseling

Sebelum kami uraikan pengertian konseling Islam, alangkah lebih jelas diuraikan pengertian dari konseling terlebih dahulu secara umum. Berikut adalah uraian pengertian konseling menurut para ahli:

1) The American Psychological Association (1956)

Definisi konseling menurut asosiasi ini adalah sebuah proses membantu individu untuk mengatasi masalah-masalahnya dalam perkembangan dan membantu mencapai perkembangan yang optimal dengan menggunakan sumber-sumber dirinya.[41]

2) Rogers (1971)

Menurut Rogers, konseling adalah hubungan membantu dimana salah satu pihak (konselor) bertujuan meningkatkan kemampuan dan fungsi mental pihak lain (konseli), agar dapat menghadapi persoalan atau konflik yang dihadapi dengan pihak lain.[42]

3) Burks dan Stefflre (1979)

Menurut mereka, definisi konseling adalah hubungan profesional antara konselor terlatih dengan konseli yang bersifat

[41] Gantina Komalasari, *Teori dan Teknik Konseling,* hal. 9.

[42] Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-dasar Konseling dalam Teori dan Praktik,* (Jakarta: Kencana Prenadamedia Group, 2011), hal. 2.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

individu untuk menolong konseli memahami dan menjelaskan pandangan mereka terhadap kehidupan, dan untuk membantu mencapai tujuan pemantauan diri (*self-determination*).[43]

4) Prayitno dan Erman Amti

Secara etimologis, istilah konseling berasal dari bahasa Latin, yaitu "*consilium*" yang berarti "dengan" atau "bersama" yang dirangkai dengan "menerima" atau memahami. Sedangkan dalam bahasa Anglo-Saxon, istilah konseling berasal dari "sellan" yang berarti "menyerahkan" atau "menyampaikan".[44]

Selanjutnya mereka merumuskan pengertian konseling dari berbagai pendapat ahli, bahwa konseling adalah proses pemberian bentuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli, atau disebut konselor, kepada individu yang sedang mengalami suatu masalah, atau disebut konseli, yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi konseli.[45]

5) Latipun

Menurut Latipun, konseling memiliki makna beragam yang menghasilkan beberapa unsur yang harus ditekankan pada pengertian konseling, yakni: konseling sebagai proses, konseling

[43] Gantina Komalasari, *Teori dan Teknik Konseling,* hal. 7.

[44] Prayitno, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling,* (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2009), hal. 99.

[45] Prayitno, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling,* hal. 105.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sebagai hubungan spesifik, konseling adalah membantu konseli, dan konseling untuk mencapai tujuan hidup.[46]

Berdasarkan pemaparan definisi konseling sebelumnya, maka dapat ditarik kesimpulan bahwasanya konseling adalah proses pemberian bantuan dari seorang yang ahli (konselor) kepada pihak lain (konseli) secara profesional untuk mengatasi masalah, meningkatkan perkembangan, dan mencapai tujuan hidup yang optimal. Selain definisi tersebut, proses konseling biasanya bersifat individu ke individu, walaupun biasanya ada yang lebih dari seoraang, dan dilakukan dengan proses wawancara atau *face to face.*

b. Pengertian Konseling Islam

Definisi konseling secara umum telah kami paparkan pada pembahasan sebelumnya, selanjutnya adalah arti istilah Islam. Adapun istilah Islam dalam wacana studi Islam berasal dari bahasa Arab dalam bentuk masdar yang secara harfiah berarti selamat, sentosa, dan damai. Dari kata *salima* diubah menjadi bentuk *aslama* yang berarti berserah diri. Dengan demikian arti pokok Islam secara etimologis adalah ketundukan, keselamatan, dan kedamaian.

Secara terminologis, Ibnu Rajab merumuskan pengertian Islam sebagaimana berikut:

الْإِسْلَامُ هُوَ إِسْتِسْلَامُ الْعَبْدِ وَخُضُوْعُهُ وَانْقِيَادَهُ لَهُ وَذَلِكَ يَكُوْنُ بِالْعَمَلِ

Islam adalah penyerahan, kepatuhan, dan ketundukan manusia kepada Allah SWT. dan hal tersebut ditunjukkan dalam bentuk perbuatan.[47]

[46] Latipun, *Psikologi Konseling*, (Malang: UMM Press, 2015), hal. 4-5.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Selanjutnya Aswadi berpendapat bahwasanya Bimbingan Konseling Islam terpusat pada tiga dimensi, yakni kedamaian, keselamatan, dan kedamaian. Pertama, Islam yang bermuara pada dimensi ketundukan atau berserah diri kepada Tuhan yang secara inheren mengandung konsekuensi, yaitu pengakuan secara tulus bahwa Allah SWT satu-satunya sumber otoritas yang serba mutlak.

Kedua, Islam dimaknai dari keselamatan dunia akhirat, sebab ajaran Islam pada hakikatnya membina dan membimbing manusia untuk berbuat kebajikan dan menjauhi semua larangan untuk selamat dunia akhirat. Dan ketiga, Islam bermuara pada kedamaian, dalam arti kata manusia diciptakan dari satu sumber, *at tin* (saripati tanah), maka sudah selayaknya manusia hidup berdampingan secara harmonis dengan manusia lain, makhluk lain, bahkan dengan alam semesta.[48]

Pada dasarnya istilah konseling sudah banyak diperkenalkan oleh para ahli belakangan ini, mengingat pentingnya unsur religiusitas dalam proses konseling. Berikut adalah pendapat definisi konseling Islam menurut para ahli:

1) Hamdani Bakran Adz-Dzaki (2001)

Menurut Adz Dzaki, konseling Islam adalah suatu aktivitas pemberian bimbingan, pelajaran, dan pedoman kepada individu yang meminta bimbingan (konseli) dalam hal bagaimana seharusnya seorang konseli dapat mengembangkan potensi akal

[47] Aswadi, *Iyadah dan Ta'ziyah Perspektif Bimbingan Konseling Islam,* (Surabaya: Dakwah Digital Press, 2009), hal. 9.

[48] Aswadi, *Iyadah dan Ta'ziyah Perspektif Bimbingan Konseling Islam,* hal. 10.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

pikiran, kejiwaan, keimananan, dan keyakinannya serta dapat menanggulangi problematika hidup dan kehidupannya dengan baik secara mandiri yang berparadigma kepada Al Qur'an dan Sunnah Rasulullah SAW.[49]

2) Abdul Choliq Dahlan (2009)

Menurut Dahlan, konseling Islam adalah kegiatan proses bantuan yang diberikan kepada individu dalam memahami dirinya sendiri untuk menjalani tahap perkembangan menjadi manusia seutuhnya sebagaimana potensi yang dimilikinya sesuai petunjuk Allah SWT., dan Sunnah Rasulullah SAW., sehingga mencapai ketenangan hidup di dunia dan akhirat.[50]

3) Aswadi

Definisi bimbingan konseling Islam menurut Aswadi adalah suatu proses pemberian bantuan secara terus menerus dan sistematis terhadap individu atau sekelompok orang yang sedang mengalami kesulitan lahir dan batin untuk dapat memahami dirinya dan memecahkan masalah yang dihadapinya sehingga dapat hidup secara harmonis sesuai dengan ketentuan dan petunjuk Allas SWT. beserta Sunnah Rasulullah SAW., demi tercapainya kebahagiaan duniawi dan ukhrawi.[51]

---

[49] Aswadi, *Iyadah dan Ta'ziyah Perspektif Bimbingan Konseling Islam,* hal. 12.

[50] Ahmad Atabik, "Konseling Keluarga Islami (Solusi Problematika Kehidupan Berkeluarga)", *Konseling Religi: Jurnal Bimbingan Konseling Islam,* vol. 4, no. 1, (Juni, 2013), hal. 169-170.

[51] Aswadi, *Iyadah dan Ta'ziyah Perspektif Bimbingan Konseling Islam,* hal. 13.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

4) Samsul Munir Amin (2010)

Bimbingan Konseling Islami adalah proses pemberian bantuan terarah, kontinu, dan sistematis kepada setiap individu agar ia dapat mengembangkan potensi atau fitrah beragama yang dimilikinya secara optimal dengan cara menginternalisasikan nilai-nilai yang terkandung di dalam Al Qur'an dan Al Hadis ke dalam dirinya.[52]

Berdasarkan uraian definisi konseling Islam menurut para ahli tersebut, maka dapat diambil kesimpulan bahwa, konseling Islam adalah proses pemberian bantuan secara terarah, kontinu, dan sistematis kepada individu untuk mengatasi problema kehidupan dan mengembangkan potensi atau fitrah beragama yang dimilikinya secara optimal sesuai dengan nilai-nilai yang terkandung dalam Al Qur'an dan Hadis sehingga menjadi manusia seutuhnya dan mendapatkan ketenangan serta kebahagiaan dunia akhirat.

c. Tujuan Konseling Islam

Tujuan konseling Islam secara implisit sudah ada dalam batasan atau definisi konseling Islam, yakni mewujudkan individu menjadi manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan hidup dunia dan akhirat. Sedangkan tujuan konseling Islam yang lebih khusus adalah sebagai berikut:

[52] Mierrina, "Bimbingan Konseling Islam bagi Anak Berkebutuhan Khusus: Model Konseling Inklusi", *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam,* vol. 8, no. 1, (2018), hal. 28.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

1) Untuk menghasilkan suatu perubahan, perbaikan, kesehatan, serta kebersihan jiwa dan mental. Jiwa menjadi tenang, jinak, dan damai (*muthma'innah*), bersikap lapang dada (*radhiyah*), dan mendapatkan pencerahan, taufik, dan hidayah dari Tuhan (*mardhiyah*).
2) Untuk menghasilkan suatu perubahan, perbaikan, dan kesopanan tingkah laku yang dapat memberikn manfaat baik pada diri sendiri dan orang lain.
3) Untuk menghasilkan kecerdasan rasa (emosi) pada individu sehingga muncul dan berkembang rasa toleransi, kesetiakwanan, tolong menolong, dan rasa kasih sayang.
4) Untuk menghasilkan kecerdasan spiritual pada diri individu sehingga muncul dan berkembang rasa ingin untuk berbuat taat kepada Tuhannya, ketulusan mematuhi perintah-Nya, dan ketabahan menerima ujian-Nya.[53]
5) Untuk membantu individu dalam memahami situasi dan potensi dirinya.
6) Untuk membantu individu mengatasi masalah yang sedang dihadapinya.

[53] Baidi Bukhori, "Dakwah Melalui Bimbingan dan Konseling Islam", *Konseling Religi: Jurnal Bimbingan Konseling Islam,* vol. 5, no.1, (Juni, 2014), hal. 12.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

7) Untuk membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang baik sehingga tidak menjadi sumber masalah bagi dirinya dan orang lain.[54]

d. Fungsi Konseling Islam

Fungsi konseling Islam dapat dikelompokkan menjadi tiga sifat, yakni secara tradisional, umum, dan khusus.

1) Secara tradisional, fungsi konseling Islam adalah sebagai berikut:
   a) Fungsi remedial atau rehabilitatif, berkaitan dengan penyesuaian diri, penyembuhan masalah psikologis, pemulihan kesehatan mental, dan mengatasi gangguan emosional.
   b) Fungsi edukatif, pendidikan maupun pengembangan yang terkait dengan bantuan peningkatan keterampilan-keterampilan maupun kecakapan hidup.
   c) Fungsi preventif (pencegahan), upaya untuk mengantisipasi dan menghindarkan berbagai resiko hidup.
2) Secara umum, fungsi konseling Islam adalah sebagai berikut:
   a) Fungsi Pemahaman (*understanding*)
   b) Fungsi Pengendalian (*control*)
   c) Fungsi Peramalan (*prediction*)
   d) Fungsi Pengembangan (*development*)
   e) Fungsi Pendidikan (*education*)

[54] Aswadi, *Iyadah dan Ta'ziyah Perspektif Bimbingan Konseling Islam,* hal. 14.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

3) Secara spesifik, fungsi konseling Islam adalah sebagai berikut:
   a) Fungsi Pencegahan (*prefention*)
   b) Fungsi Penyembuhan dan Perawatan (*treatment*)
   c) Fungsi Penyucian (*sterilisasi*)
   d) Pembersihan (*purification*)[55]

Sedangkan fungsi konseling Islam ditinjau dari kegunaan atau manfaat dapat dikelompokkan menjadi empat, yaitu:

1) Fungsi preventif, yakni membantu individu untuk menjaga atau mencegah timbulnya masalah bagi dirinya.
2) Fungsi kuratif atau korektif, yakni membantu individu memecahkan masalah yang sedang dihadapinya.
3) Fungsi preservatif, yakni membantu individu menjaga agar situasi atau kondisi yang semula tidak baik kemudian menjadi baik kembali tidak baik.
4) Fungsi developmental, yakni membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang telah baik agar tetap baik dan menjadi lebih baik.[56]

e. Asas-asas Konseling

Adapun asas-asas konseling Islam adalah sebagai berikut:

1) Asas kebahagiaan dunia akhirat
2) Asas fitrah
3) Asas *lillahi ta'ala*

[55] Aswadi, *Iyadah dan Ta'ziyah Perspektif Bimbingan Konseling Islam,* hal. 14-15.
[56] Baidi Bukhori, "Dakwah Melalui Bimbingan dan Konseling Islam", *Konseling Religi: Jurnal Bimbingan Konseling Islam,* vol. 5, no.1, (Juni, 2014), hal. 11.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

4) Asas bimbingan seumur hidup
5) Asas kesatuan jasmani dan rohani
6) Asas keseimbangan ruhaniah
7) Asas kemajuan individu
8) Asas sosialitas manusia
9) Asas kekhalifahan manusia
10) Asas keselarasan dan keadilan
11) Asas pembinaan *akhlaqul karimah*
12) Asas kasih sayang
13) Asas saling menghargai dan menghormati
14) Asas musyawarah
15) Asas keahlian[57]

2. Teknik *Self Management*

a. Pengertian *Self Management*

Berikut ini adalah pemaparan definisi *self management* menurut para ahli:

1) Sherry Cormier

Menurut Cormier, *self management* adalah suatu proses dimana konseli mengarahkan tingkah lakunya sendiri dengan menggunakan satu strategi atau kombinasi strategi terapeutik.[58]

[57] Aswadi, *Iyadah dan Ta'ziyah Perspektif Bimbingan Konseling Islam,* hal. 28-31.

[58] Dyah Ayu Retnowulan & Hadi Wasito, "Penerapan Strategi Pengelolaan Diri (*Self Management*) untuk Mengurangi Kenakalan Remaja Korban Broken Home" *Jurnal BK UNESA*, vol. 3, no. 1, (2013), hal. 336.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2) Kartika dan Juntika Nurihsan

Manajemen diri adalah serangkaian tindakan yang dilakukan individu, dimana individu mengatur perilakunya sendiri. Hal ini dilakukan dalam rangka melakukan perubahan perilaku dengan sedikit bantuan dari pihak luar namun sepenuhnya merupakan ide dan kemauan dari individu itu sendiri.[59]

3) Singgih Gunarsa

Gunarsa mengemukakan bahwa *self management* adalah prosedur dimana konseli menggunakan keterampilan dan teknik mengurus diri untuk menghadapi masalahnya, dan perubahan perilaku yang diinginkan harus diusahakan melalui proses belajar (*learning*) atau belajar kembali (*relearning*).[60]

4) Sukadji

Menurut Sukadji, *self management* atau pengelolaan diri adalah prosedur dimana individu mengatur perilaku sendiri dan terlibat pada kesuluruhan komponennya, yaitu: menentukan perilaku sasaran, memonitor perilaku tersebut, memilih prosedur yang akan diterapkan, melaksanakan prosedur tersebut, dan mengevaluasi efektivitas prosedur tersebut.[61]

---

[59] Kartika & Juntika Nurihsan, "Efektivitas Teknik Manajemen Diri untuk Mengatasi Inferiority Feeling" *Jurnal Penelitian Pendidikan,* vol. 16, no. 1, (2016), hal. 61.

[60] Dinia Ulfa, "Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar dengan Layanan Konseling Individual Berbasis *Self Management* pada Siswa Kelas XI di SMK Negeri 1 Pemalang Tahun Pelajaran 2013/2014" (Skripsi, Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang, 2014), hal. 38.

[61] Gantina Komalasari, *Teori dan Teknik Konseling,* hal. 180.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

5) Nursalim

Menurut Nursalim, *self management* adalah suatu proses dimana konseli mengarahkan perubahan tingkah laku mereka sendiri dengan menggunakan satu strategi atau kombinasi strategi.[62]

Berdasarakan uraian pendapat tentang pengertian *self management*, maka bisa diambil kesimpulan tentang unsur-unsur dari *self management* tersebut, yaitu:

1) *Self management* merupakan sebuah strategi pengelolaan diri secara mandiri.
2) *Self management* merupakan salah satu strategi pengubahan tingkah laku.
3) Konseli mengarahkan dirinya sendiri dalam setiap proses perubahan tingkah lakunya.
4) Konselor bertindak sebagai pemberi arahan namun tidak dalam keseluruhan prosesnya.
5) *Self management* menggunakan satu strategi atau kombinasi strategi sesuai dengan kondisi konseli, masalah yang ingin dipecahkan, atau perubahan tingkah laku yang dikehendaki.

[62] Indra Ovalia & Hartono, "Pengaruh Penggunaan Strategi *Self Management* dalam Konseling Kelompok Terhadap Intensitas Belajar Siswa Kelas X SMK Al Islah Surabaya", *HELPER: Jurnal Bimbingan dan Konseling UNIPA*, (online), vol. 33, no. 1, (http://jurnal.unipasby.ac.id/index.php/helper/article/view/605/438, diakses 20 Juli 2019)

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Jadi, peneliti bisa mengambil kesimpulan bahwasanya *self management* adalah sebuah teknik atau strategi perubahan tingkah laku yang dikelola sendiri oleh individu secara sadar dengan sedikit arahan dari konselor menggunakan satu strategi atau kombinasi strategi yang bersifat terapeutik.

b. Tujuan *Self Management*

Menurut Sukadji, tujuan *self management* adalah agar individu secara teliti dapat menempatkan diri dari situasi-situasi yang menghambat tingkah laku yang hendak dihilangkan dan belajar untuk mencegah timbulnya masalah yang tidak dikehendaki.[63] Selanjutnya menurut Nurzaakiyah dan Budiman, tujuan *self management* adalah sebagai berikut:

1) Memberikan peran yang lebih aktif terhadap siswa dalam proses konseling.
2) Keterampilan siswa dapat bertahan sampai di luar sesi konseling.
3) Perubahan yang mantap dan menetap dengan arah prosedur yang tepat.
4) Menciptakan keterampilan belajar yang baru sesuai harapan.
5) Siswa dapat mempola perilaku, pikiran, dan perasaan yang diinginkan.[64]

---

[63] Indra Ovalia & Hartono, "Pengaruh Penggunaan Strategi *Self Management* dalam Konseling Kelompok Terhadap Intensitas Belajar Siswa Kelas X SMK Al Islah Surabaya", *HELPER: Jurnal Bimbingan dan Konseling UNIPA*, (online), vol. 33, no. 1, (http://jurnal.unipasby.ac.id/index.php/helper/article/view/605/438, diakses 20 Juli 2019)

[64] Siti Nurzaakiyah & Nandang Budiman, Teknik *Self Management* dalam Mereduksi *Body Dysmorphic Disorder*,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

c. Perilaku Bermasalah

Prijasaksono dan Sembel menyatakan bahwa strategi *self management* berfungsi untuk melepaskan stress, kemarahan, kecemasan, dendam, sakit hati, menghilangkan rasa sakit hati dan penyakit, penyembuhan diri sendiri (*self healing*), meningkatkan kreativitas, membantu memecahkan masalah, meningkatkan citra diri dan rasa percaya diri, mencapai prestasi, dan meningkatkan kemampuan belajar.[65]

Secara umum, Sukadji mengungkapkan masalah-masalah yang dapat ditangani dengan menggunakan teknik *self management*, yakni sebagai berikut:

1) Perilaku yang tidak berkaitan dengan orang lain tetapi mengganggu orang lain dan diri sendiri.
2) Perilaku yang sering muncul tanpa diprediksi waktu kemunculannya, sehingga kontrol dari lain menjadi kurang efektif, seperti menghentikan merokok dan diet.
3) Perilaku sasaran berbentuk verbal dan berkaitan dengan evaluasi diri dan kontrol diri, misalnya terlalu mengkritik diri sendiri.

(http://file.upi/browse.php?dir=Direktori/FIP/JUR._PSIKOLOGI_PEND_DAN_BIMBINGAN/197102191998021-NANDANG_BUDIMAN/, diakses 20 Juli 2019).

[65] Siti Nurzaakiyah & Nandang Budiman, Teknik *Self Management* dalam Mereduksi *Body Dysmorphic Disoder*, hal 64.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

4) Tanggung jawab atas perubahan atau pemeliharaan tingkah laku adalah tanggung jawab konseli, contohnya seperti konseli yang sedang menyusun skripsi.[66]

d. Konsep Dasar *Self Management*

Konsep dasar *self management* adalah sebagai berikut:

1) *Self management* merupakan suatu strategi pengubahan perilaku yang bertujuan untuk mengarahkan perilaku seseorang dengan suatu teknik atau kombinasi teknik terapeutik.
2) *Self management* berkenaan dengan kesadaran dan keterampilan untuk mengatur keadaan sekitarnya yang mempengaruhi tingkah laku individu.
3) *Self management* merupakan upaya individu untuk melakukan perencanaan, pemusatan perhatian, dan evaluasi terhadap aktivitas yang dilakukan.
4) *Self management* bertujuan untuk membantu konseli menyelesaikan, terutama terhadap perilaku yang dianggap merugikan orang lain.
5) *Self management* merupakan serangkaian teknis untuk mengubah perilaku, pikiran, dan perasaan.
6) *Self management* merupakan seperangkat prinsip dan prosedur yang meliputi pemantauan diri (*self monitoring*), *reinforcement* yang positif, perjanjian dengan diri (*self contracting*), penguasaan

[66] Gantina Komalasari, *Teori dan Teknik Konseling,* hal. 180-181.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

terhadap rangsangan (*stimulus control*), dan merupaka keterkaitan antara teknik *cognitive*, *behavior*, dan *affective.*[67]

e. Asumsi Dasar *Self Management*

Ada beberapa asumsi dasar yang melandasi *self management* sebagai strategi pengubahan dan pengembangan perilaku dalam konseling, antara lain:

1) Pada dasarnya konseli memiliki kemampuan untuk mengamati, mencatat, dan menilai pikiran, perasaan, dan perilakunya sendiri.
2) Pada dasarnya konseli memiliki kekuatan dan keterampilan yang dapat dikembangkan untuk menyeleksi faktor-faktor lingkungan.
3) Pada dasarnya konseli memiliki kekuatan untuk memilih perilaku yang dapat menimbulkan rasa senang dan menjauhkan perilaku yang menimbulkan perasaan yang tidak senang.
4) Penyerahan tanggung jawab kepada konseli untuk mengubah atau mengembangkan perilaku positifnya amat sesuai dengan kemandirian konseli karena konselilah yang paling tahu, paling bertanggung jawab, dan demikian paling mungkin untuk mengubah dirinya.[68]

---

[67] Insan Suwanto, "Konseling Behavioral dengan Teknik *Self Management* untuk Membantu Kematangan Karir Siswa SMK", *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia (JBKI),* vol. 1, no. 1, (Maret, 2016), hal. 3.

[68] Siti Nurzaakiyah & Nandang Budiman, Teknik *Self Management* dalam Mereduksi *Body Dysmorphic Disorder*, (http://file.upi/browse.php?dir=Direktori/FIP/JUR._PSIKOLOGI_PEND_DAN_BIMBINGAN/197102191998021-NANDANG_BUDIMAN/, diakses 20 Juli 2019).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

f. Mekanisme *Self Management*

Tanggung jawab keberhasilan konseling dengan teknik *self management* sepenuhnya berada di tngan konseli. Konselor berperan sebagai pencetus gagasan, fasilitator yang membantu merancang program, serta motiator bagi konseli.

Pelaksanaan pengelolaan diri biasanya diikuti dengan pengaturan lingkungan untuk mempermudah terlaksananya pengelolaan diri. Pengaturan lingkungan dimaksudkan untuk menghilangkan faktor penyebab (*antecedent*) dan dukungan untuk perilaku yang akan dikurangi. Pengaturan lingkungan dapat berupa:

1) Mengubah lingkungan fisik sehingga perilaku yang tidak dikehendaki sulit dan tidak mungkin dilaksanakan. Misalnya orang yang suka "ngemil" mengatur lingkungan agar tidak tersedia makanan yang memancing keinginan untuk "ngemil".
2) Mengubah lingkungan sosial sehingga lingkungan sosial ikut mengontrol tingkah laku konseli.
3) Mengubah lingkungan atau kebiasaan sehingga menjadi perilaku yang tidak dikehendaki hanya dapat dilakukan pada waktu dan tempat tertentu saja.[69]

g. Tahap-tahap *Self Management*

Secara umum, prosedur *self management* adalah *self monitoring, self contracting, self reinforcement, self evaluating,* dan *stimulus*

[69] Gantina Komalasari, *Teori dan Teknik Konseling,* hal. 181.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

control. Selanjuntya untuk penerapan teknik self mangement maka proses konseling bisa mengikuti langkah-langkah sebagai berikut:

1) Tahap Monitor Diri atau Observasi Diri

Pada tahap ini konseli dengan sengaja mengamati tingkah lakunya sendiri serta mencatatnya dengan teliti. Catatan ini dapat menggunakan daftar cek atau catatan observasi kualitatif. Hal-hal yang perlu diperhatikan oleh konseli dalam mencatat tingkah laku adalah frekuensi, intensitas, dan durasi tingkah laku.[70]

2) Tahap Identikasi dan Penetapan Target Perilaku

Selanjutnya pada tahap ini konseli mengidentifikasi target perilaku yang ingin dicapai atau perilaku yang ingin dirubah, demikian pula dengan *antecedent* (faktor penyebab) dan *consequence* (akibat dari perilaku). Kemudian menetapkan target perilaku yang ingin dicapai atau perilaku yang ingin dengan indikasi-indikasinya, sedangkan konselor hanya membantu mengarahkan konseli dalam penentuannya.

3) Tahap Penentuan Strategi

Setelah target perilaku sudah ditentukan, maka konseli memasuki tahap penentuan strategi dan program yang sesuai dengan kondisinya. Pada tahap ini, konselor bertugas untuk menjelaskan tentang strategi-strategi *self management* apa saja yang bisa digunakan sesuai kondisi konseli dengan tetap

[70] Gantina Komalasari, *Teori dan Teknik Konseling,* hal. 182.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mempertimbangkan keputusan konseli. Dengan demikian penetapan strategi atau kombinasi strategi tetap berada pada keputusan konseli.

4) Tahap Komitmen Diri

Selanjutnya konseli memasuki tahap komitmen diri, artinya setelah konseli menetapkan strategi yang digunakan, maka ia harus berkomitmen kepada diri sendiri untuk melaksanakan strategi tersebut secara kontinu. Tahap ini bisa disebut juga *self contracting* atau perjanjian dengan diri sendiri.

5) Tahap Pelaksanaan Strategi

Konseli mulai berlatih dan melaksanakan strategi atau kombinasi strategi yang telah ditetapkan. Proses ini hanya bisa dilakukan oleh konseli secara keseluruhan, sedangkan konselor boleh saja memantau tanpa ikut campur. Namun jika terjadi kesulitan atau ketidakcocokan, konseli bisa mengatur ulang kembali tahapan-tahapan sebelumnya dengan berkonsultasi kepada konselor.[71]

6) Tahap Evaluasi Diri

Setelah pelaksanaan strategi berjalan, pada tahap ini konseli membandingkan hasil catatan tingkah laku awal dengan target tingkah laku yang dibuat oleh konseli. Perbandingan ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas dan efisiensi program.

[71] Sherry Cormier, *Interviewing and Change Strategies for Helpers: Fundametal Skills and Cognitive Behavioral Interventions*, hal. 524-525.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Bila program tersebut tidak berhasil, maka perlu ditinjau kembali program tersebut, apakah target tingkah laku yang ditetapkan memiliki ekspektasi yang terlalu tinggi, apakah perilaku yang ditargetkan tidak cocok, atau apakah strategi yang dilakukan tidak sesuai.

7) Tahap *Reinforcement*

Setelah semua tahapan dilalui dan dianggap berhasil, maka perlu diadakan follow up dalam hal ini menggunakan teknik *reinforcement* pada diri sendiri. Konseli mengatur dirinya sendiri, memberikan penguatan, menghapus, dan memberikan hukuman pada diri. Tahapan ini merupakan tahapan cukup sulit karena membutuhkan kemauan dan kesadaran diri untuk melanjutkan program telah dibuat secara kontinyu, atau bahkan tidak ingin melanjutkan program tersebut.[72]

3. Motivasi Belajar

a. Pengertian Motivasi Belajar

Pada dasarnya motif merupakan dorongan, hasrat, keinginan, dan tenaga penggerak lainnya, yang berasal dari dalam dirinya untuk melakukan sesuatu. Motif itu memberi tujuan dan arah kepada tingkah laku kita. Juga berbagai kegiatan yang biasanya kita lakukan sehari-hari mempunyai motif tersendiri.[73]

[72] Gantina Komalasari, *Teori dan Teknik Konseling*, hal. 182.
[73] Alex Sobur, *Psikologi Umum*, (Bandung: Pustaka Setia, 2016), hal. 260.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Kemudian dari kata motif ini menimbulkan kata motivasi yang tidak jauh dari motif. Berikut ini adalah pengertian motivasi menurut para ahli:

1) Alex Sobur

Motivasi merupakan istilah umum yang menunjuk pada seluruh proses gerakan, termasuk situasi yang mendorong, dorongan yang timbul dalam diri individu, tingkah laku yang ditimbulkan, dan tujuan atau akhir dari gerakan atau perbuatan.[74]

2) Sudarwan

Motivasi diartikan sebagai kekuatan, dorongan, kebutuhan, semangat, tekanan, atau mekanisme psikologis yang mendorong seseorang atau sekelompok orang untuk mencapai prestasi tertentu sesuai dengan apa yang dikehendakinya.[75]

3) Hilgard

Hilgard berkata bahwa motivasi adalah suatu keadaan dalam individu yang menyebabkan seseorang melakukan kegiatan tertentu untuk mencapai tujuan tertentu.[76]

4) Dimyati dan Mudjiono

Motivasi adalah dorongan mental yang menggerakkan dan mengarahkan perilaku manusia termasuk perilaku belajar.[77]

---

[74] Alex Sobur, *Psikologi Umum*, hal. 261.

[75] Siti Suprihatin, "Upaya Guru dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa" *Jurnal Pendidikan Ekonomi UM Metro*, vol.3, no.1 (2015), hal. 74.

[76] Firdaus Daud, "Pengaruh Kecerdasan Emosional (EQ) dan Motivasi Belajar terhadap Hasil Belajar Biologi Siswa SMA 3 Negeri Kota Palopo" *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, vol. 19, no. 2, (Oktober 2012), hal. 247.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

5) Mc. Donald

Motivasi adalah perubahan dalam diri seseorang yang ditandai dengan munculnya "*feeling*" dan didahului dengan tanggapan terhadap adanya tujuan.[78]

Dengan demikian, secara garis besar motivasi adalah dorongan yang menggerakkan individu untuk melakukan sesuatu agar tujuannya tercapai. Demikian pula dengan proses pembelajaran, seorang siswa membutuhkan motivasi dalam kegiatan belajarnya sehingga disebut dengan motivasi belajar.

Menurut Clayton Alderfer, motivasi belajar adalah kecenderungan siswa dalam melakukan kegiatan belajar yang didorong oleh hasrat untuk mencapai prestasi atau hasil belajar sebaik mungkin. Jadi dalam motivasi terkandung adanya keinginan yang mengaktifkan, menggerakkan, menyalurkan, dan mengarahkan sikap serta perilaku individu untuk belajar.[79]

Selanjutnya menurut Sardiman, motivasi belajar merupakan keseluruhan daya penggerak di dalam diri siswa yang menimbulkan kegiatan belajar, menjamin kelangsungan dari kegiatan belajar dan

---

[77] Muh. Yusuf Mappeasse, "Pengaruh Cara dan Motivasi Belajar terhadap Hasil Belajar Programmable Logic Controller Siswa Kelas III Jurusan Listrik SMK Negeri 5 Makassar" *Jurnal MEDTEK*, vol. 1, no. 2, (Oktober, 2009), hal. 3.

[78] Amni Fauziah, dkk., "Hubungan antara Motivasi Belajar dengan Minat Belajar Siswa Kelas IV SDN Poris Gaga 05 Kota Tangerang" Jurnal Pendidikan Sekolah Dasar (JPSD), vol. 4, no. 1, (2017), hal. 50.

[79] Ghullam Hamdu, "Pengaruh Motivasi Belajar Siswa terhadap Pestasi Belajar IPA di Sekolah Dasar (Studi Kasus terhadap Siswa Kelas IV SDN Tarumanagara Kecamatan Tawang Kota Tasikmalaya)" *Jurnal Penelitian Pendidikan*, vol. 12, no.1, (April 2011), hal. 92.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

memberikan arah pada kegiatan belajar, sehingga tujuan yang dikehendaki dapat tercapai.[80]

Berdasarkan uraian tersebut, dapat ditarik kesimpulan bahwa, motivasi belajar adalah dorongan, hasrat, dan keinginan yang menggerakkan individu untuk melaksanakan kegiatan belajar dengan optimal sehingga mencapai tujuan yang diinginkan.

b. Fungsi Motivasi Belajar

Adapun fungsi motivasi belajar adalah sebagai berikut:

1) Mendorong manusia untuk berbuat, yakni motivasi menjadi motor penggerak dari setiap kegiatan yang akan dikerjakan.
2) Menuntun arah perbuatan, yakni motivasi akan menuntun ke arah tujuan yang ingin dicapai.
3) Menyeleksi perbuatan, yakni menentukan perbuatan-perbuatan apa yang harus dikerjakan dan sesuai dengan tujuan.[81]

c. Klasifikasi Motivasi Belajar

Klasifikasi motivasi belajar bisa juga diambil klasifikasi motif manusia menurut para ahli psikologi. Alex Sobur menyebutkan enam klasifikasi motif yang telah banyak dikenal, khususnya di kalangan orang yang mempelajari psikologi, diantaranya adalah:

---

[80] Amin Kiswoyowati, "Pengaruh Motivasi Belajar dan Kegiatan Belajar terhadap Kecakapan Hidup Siswa. (Studi Tentang Pembelajaran Berorientasi Kecakapan Hidup di SMK Negeri 1 Losarang Kompetensi Keahlian Agribisnis Tanaman Pangan dan Hortikultura-Budidaya Cabe Hibrida)" Jurnal Penelitian Pendidikan, edisi khusus, no. 1, (Agustus, 2011), hal. 123.

[81] Siti Suprihatin, "Upaya Guru dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa" *Jurnal Pendidikan Ekonomi UM Metro*, vol.3, no.1 (2015), hal. 81.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

1) Motif Primer dan Motif Sekunder

Pengklasifikasian motif menjadi motif primer dan sekunder didasarkan pada latar belakang perkembangan motif. Motif primer ini oleh proses fisio-kemis di dalam tubuh, atau bergantung pada keadaan organik individu. Motif-motif primer bertujuan untuk mempertahankan equilibrium di dalam tubuh individu. Bila keadaan tubuh pda suatu ketika menjadi tidak seimbang, tidak dalam keadaan equilibrium, maka tubuh segera mencari jalan untuk memulihkan keadaan seimbang dalam tubuh.

Sedangkan motif sekunder tidak bergantung pada proses fisio-kemis yang terjadi di dalam tubuh. Berdasarkan pengertian ini, semua motif yang tidak langsung pada keadaan organisme individu dapat digolongkan dapat golongkan dalam motif sekunder.

Kemudian ciri lain yang ikut menandai apakha suatu morif termasuk motif primer atau sekunder adalah motif primer bersifat bawaan, tidak dipelajari, dan tidak ada pengalaman yang mendahuluinya. Sedangkan motif sekunder sangat bergantung pada pengalaman individu. [82]

2) Motif Intrinsik dan Motif Ekstrinsik

Berdasarkan atas jalarannya, motif dibedakan menjadi motif intrinsik dan motif ekstrinsik. Motif intrinsik adalah motif-motif

[82] Alex Sobur, *Psikologi Umum*, hal. 288.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

yang dapat berfungsi tanpa harus dirangsang dari luar. Seseorang melakukan sesuatu karena ia ingin melakukannya, misalnya orang yang gemar membaca tanpa ada yang mendorongnya, ia akan mencari sendiri buku-buku untuk dibacanya.

Motif ekstrinsik adalah motif-motif yang berfungsi karena ada perangsang dari luar. Misalnya, seseorang melakukan sesuatu karena untuk memenangkan hadiah yang khusus ditawarkan untuk perilaku tersebut. Tingkah laku yang kita lakukan sehari-hari banya didorong oleh motif-motif ekstrinsik, tetapi banyak pula yang didorong oleh motif-motif intrinsik atau keduanya sekaligus. Meskipun demikian, yang paling baik, terutama dalam hal belajar, adalah motif intrinsik.[83]

3) Motif Tunggal dan Motif Bergabung

Berdasarkan banyaknya motif yang bekerja di belakang tingkah laku manusia, motif dapat dibagi menjadi motif tunggal dan motif bergabung. Motif tunggal artinya motif yang mendasari perilaku yang muncul berbentuk tunggal dan umum. Sedangkan motif bergabung adalah motif yang mendasari perilaku yang muncul bisa berbagai macam dalam satu perilaku.[84]

4) Motif Mendekat dan Motif Menjauh

Pengklasifikasian motif menjadi motif mendekat dan menjauh didasarkan pada reaksi organisme terhadap rangsang

[83] Alex Sobur, *Psikologi Umum*, hal. 289.
[84] Alex Sobur, *Psikologi Umum*, hal. 289.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

yang datang. Suatu motif disebut motif mendekat bila reaksi terhadap stimulus yang datang bersifat mendekati stimulus. Sedangkan motif menjauh terjadi bila respons terhadap stimulus yang datang sifatnya menghindari stimulus atau menjauhi stimulus yang datang.[85]

5) Motif Sadar dan Motif Tak Sadar

Pengklasisikasian motif menjadi motif sadar dan tidak sadar semata-mata didasarkan pada taraf kesadaran manusia terhadap motif yang sedang melatarbelakangi tingkah lakunya. Apabila ada seseorang yang bertingkah laku tertentu namun ia tidak bisa mengatakan alasannya, motif yang menggerakkan tingkah laku itu disebut motif tidak sadar. Sebaliknya jika seseorang bertingkah laku tertentu dan dia mengerti alasannya berbuat demikian, motif yang melatarbelakangi tingkah laku itu disebut motif sadar.[86]

6) Motif Biogenetis, Sosiogenetis, dan Teogenetis

Ditinjau dari sudut asalnya, motif pada diri manusia dapat digolongkan dalam motif biogenetis, sosiogenetis, serta teogenetis. Motif biogenetis merupakan motif-motif yang berasal dari kebutuhan organisme orang demi kelanjutan kehidupannya secara biologis.

Motif sosiogenetis adalah motif-motif yang dipelajari orang dan berasal dari lingkungan kebudayaan tempat orang itu berada

[85] Alex Sobur, *Psikologi Umum*, hal. 289.
[86] Alex Sobur, *Psikologi Umum*, hal. 290.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dan berkembang. Selanjutnya, motif teogenetis adalah motif-motif yang berasal dari interaksi antara manusia dan Tuhan, seperti yang nyata dalam ibadahnya dan dalam kehidupannya sehari-hari saat ia berusaha merealisasi norma-norma agama tertentu.[87]

d. Indikator Motivasi Belajar

Motivasi dalam proses belajar juga menjadi faktor yang paling utama untuk mencapai keberhasilan seorang siswa. Siswa yang bermotivasi tinggi dalam belajar memungkinkan akan memperoleh hasil belajar yang tinggi pula. Artinya semakin tinggi motivasinya, semakin tinggi intensitas usaha dan upaya yang dilakukan, maka semakin tinggi prestasi belajar yang diperolehnya.[88] Berikut ini adalah indikator-indikator adanya motivasi yang kuat:

1) Tekun dalam belajar, baik di sekolah, kelas, dan rumah.
2) Ulet menghadapi kesulitan, baik dalam menyikapi kesulitan dan mengatasinya.
3) Minat dan ketajaman perhatian dalam belajar, berupa semangat mengikuti belajar serta kebiasaannya.
4) Berprestasi dalam belajar, baik memiliki keinginan untuk berprestasi dan kualifikasi hasil

[87] Alex Sobur, *Psikologi Umum*, hal. 291.

[88] Ghullam Hamdu, dkk., "Pengaruh Motivasi Belajar Siswa terhadap Pestasi Belajar IPA di Sekolah Dasar (Studi Kasus terhadap Siswa Kelas IV SDN Tarumanagara Kecamatan Tawang Kota Tasikmalaya)" *Jurnal Penelitian Pendidikan*, vol. 12, no. 1, (April 2011), hal. 91.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

5) Mandiri dalam belajar, berupa menyelesaikan tugas dan menggunakan kesempatan di luar jam pelajaran.[89]
6) Tidak cepat putus asa.
7) Tidak memerlukan dorongan dari luar untuk beprestasi sebaik mungkin.
8) Dapat mempertahankan pendapatnya.
9) Tidak mudah melepaskan hal yang sudah diyakini.[90]

e. Upaya Peningkatan Motivasi

Sebagaimana dijelaskan sebelumnya, motivasi belajar pada siswa bisa berasal dari dalam diri individu dan juga berasal dari luar individu. Maka untuk meningkatkan motivasi siswa diperlukan usaha atau upaya dari lingkungan, baik guru, teman, konselor, dan keluarga, agar mendapatka hasil yang optimal. Berikut ini adalah upaya atau cara meningkatkan motivasi individu:

1) Mengidentifikasi indikator-indikator motivasi, yakni berupa durasi dan frekuensi kegiatan, presistensinya pada tujuan kegiatan, ketabahan, keuletan, serta kemampuan menghadapi kegiatan dan kesulitan untuk mencapai tujuan, pengabdian dan pengorbanan

[89] Keke T. Aritonang, "Minat dan Motivasi dalam Meningkatkan Hasil Belajar Siswa" *Jurnal Pendidikan Penabur*, vol. 7, no.10, (Juni 2008), hal. 14

[90] Siti Suprihatin, "Upaya Guru dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa" *Jurnal Pendidikan Ekonomi UM Metro*, vol.3, no.1 (2015), hal. 80.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

untuk mencapai tujuan, tingkat apsirasi, tingkat kualifikasi prestasi, dan arah sikapnya terhadap sasaran kegiatan.[91]

2) Memahami tujuan yang realistis, banyak belajar dari kesalahan, menghindari hal-hal yang monoton, memelihara sikap optimis, membangkitkan rasa ingin tahu atau suatu keinginan dengan menjawab pertanyaan dan konflik konseptual, serta menciptakan keterlibatan dalam belajar.[92]

3) Guru bisa meningkatkan motivasi belajar siswa dengan memberi angka, hadiah, komptensi, ego-involvement, memberi ulangan, memberitahu hasil, pujian, hukuman, hasrat untuk belajar, minat dan tujuan yang diakui.[93]

4. Konseling Islam dengan Teknik *Self Management* untuk Mengatasi Rendahnya Motivasi Belajar

Motivasi merupakan dorongan, keinginan, atau hasrat yang menggerakkan individu untuk melakukan apapun. Demikian juga dalam belajar, seorang individu atau siswa seharusnya memiliki motivasi yang kuat dalam belajar sehingga bisa mencapai tujuan atau prestasi belajar

[91] Ghullam Hamdu, dkk., "Pengaruh Motivasi Belajar Siswa terhadap Pestasi Belajar IPA di Sekolah Dasar (Studi Kasus terhadap Siswa Kelas IV SDN Tarumanagara Kecamatan Tawang Kota Tasikmalaya)" *Jurnal Penelitian Pendidikan*, vol. 12, no. 1, (April 2011), hal. 92.

[92] Firdaus Daud, "Pengaruh Kecerdasan Emosional (EQ) dan Motivasi Belajar terhadap Hasil Belajar Biologi Siswa SMA 3 Negeri Kota Palopo" *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, vol. 19, no. 2, (Oktober 2012), hal. 250.

[93] Amni Fauziah, "Hubungan antara Motivasi Belajar dengan Minat Belajar Siswa Kelas IV SDN Poris Gaga 05 Kota Tangerang" Jurnal Pendidikan Sekolah Dasar (JPSD), vol. 4, no. 1, (2017), hal. 50.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

yang baik dan optimal. Dengan adanya motivasi, intensitas ketekunan belajarnya akan meningkat sehingga prestasi belajarnya juga akan baik.[94]

Motivasi atau keinginan yang kuat disertai usaha yang kuat pula bisa disebut dengan "*mujahadah*" yang berarti "berusaha". Demikian ini sesuai dengan firman Allah SWT. dalam al Qur'an, yakni:

وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا وَإِنَّ اللَّهَ لَمَعَ الْمُحْسِنِينَ (69)

Dan orang-orang yang berjihad untuk (mencari keridhaan) Kami, Kami akan tunjukkan kepada mereka jalan-jalan Kami. Dan sungguh Allah beserta orang-orang yang berbuat baik. QS. Al 'Ankabut [29]: 69.[95]

Ayat tersebut menyatakan bahwasanya orang yang berusaha dengan sungguh-sungguh dalam hal kebaikan, maka Allah SWT. akan tunjukkan jalannya atau akan diberi kemudahan dalam menjalani prosesnya. Kesungguhan dalam berusaha ini akan didapat dari dorongan atau motivasi yang kuat baik dari dirinya atau lingkungannya.

Demikian pula dengan belajar, motivasi seorang pelajar harus dibangun oleh dirinya sendiri atau dengan bantuan lingkungannya. Karena dengan motivasi, seorang pelajar akan tetap semangat, optimis dan kontinu dalam belajar. Jika motivasi belajarnya rendah maka akan tampak perilaku-perilaku yang bermasalah bagi dirinya dan juga orang lain

Oleh karena itu, untuk mengatasi rendahnya motivasi belajar diperlukan beberapa bantuan dari guru ataupun konselor agar proses

[94] Izudin Syarif, "Pengaruh Model Blended Learning Terhadap Motivasi dan Prestasi Belajar Siswa SMK" Jurnal Pendidikan Vokasi, vol. 2, no. 2, (Juni 2012), hal. 236.

[95] Kementerian Agama RI, *Al Qur'an dan Terjemahannya,* hal. 404

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

belajar seorang siswa menjadi optimal. Konseling Islam memiliki tujuan untuk menanggulangi problematika kehidupan individu, dalam hal ini problematika belajar, dan mengembangkan *fithrah* serta motivasi yang baik dalam belajar.

Rendahnya motivasi belajar ini merupakan salah satu masalah dalam proses belajar yang bisa ditangani teknik *self management* karena perilaku ini tidak berkaitan dengan orang namun mengganngu perkembangan diri sendiri. Selanjutnya, motivasi yang merupakan dorongan dalam diri individu bisa disesuaikan pengembanan tanggung jawab pada diri sendiri. Individu diberi kesempatan untuk mengatur dirinya sendiri dengan strategi yang direncanakan oleh dirinya sendiri sehinggan tanggung jawab keberhasilan berada di tangan individu tersebut atau dalam hal ini konseli.

Teknik *self management* juga memberi kesempatan kepada individu untuk mengontrol perilakunya, dengan cara dikehendakinya sendiri, melalui manajemen diri, kepercayaan diri, kompetensi, dan motivasi seseorang memungkinkan akan berkembang.[96] Upaya penerapan teknik *self management* ini juga akan diarahkan kepada nilai-nilai moral Islam seperti proses belajar yang baik, kedisiplinan, semangat, dan motivasi belajar. Dengan demikian teknik *self management* akan sangat sangat membantu dalam mengatasi rendahnya motivasi belajar.

[96] Kartika & Juntika Nurihsan, "Efektivitas Teknik Manajemen Diri untuk Mengatasi Inferiority Feeling" *Jurnal Penelitian Pendidikan,* vol. 16, no. 1, (2016), hal. 57.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

B. Penelitian Terdahulu yang Relevan

1. Linda Ayu Lestari, "Bimbingan Konseling Islam Melalui Teknik *Self Management* untuk Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar pada Mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya" (2019), Skripsi, Prodi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Ampel Surabaya.
2. Sarifah Aisiyah, "Bimbingan Konseling Islam dengan Pendekatan Behavior Teknik *Self Management* dalam Menangani Siswa yang Kecanduan *Game Online*" (2019), Skripsi, Prodi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Ampel Surabaya.
3. Dinia Ulfa, "Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar dengan Layanan Konseling Individual Berbasis *Self Management* pada Siswa Kelas XI di SMK Negeri 1 Pemalang Tahun Pelajaran 2013/2014" (2014) Skripsi, Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang.
4. Vica Reri Ayu Habibah, "Motivasi Belajar Anak Tuna Grahita di SLB Karya Asih Surabaya" (2012) Skripsi, Prodi Psikologi Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Sunan Ampel Surabaya.
5. M. Nur Cahyono, "Pengaruh Bimbingan dan Konseling terhadap Motivasi Belajar Siswa di SMPN 5 Surabaya" (2014) Skripsi, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Ampel Surabaya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB III

PENYAJIAN DATA

A. Deskripsi Umum

1. Gambaran Lokasi Penelitian

a. Profil MA Nurul Jadid

Tabel 3.1 Profil MA Nurul Jadid

Nama Madrasah	Madrasah Aliyah (MA) Nurul Jadid
Tahun Berdiri	1975
Tahun Beroperasi	1978
NSM	131235130040
NPSN	20546493
NPWP	01.915.650.4-625.010
Status Akreditasi	A (97)
Yayasan Penyelenggara	Yayasan Nurul Jadid
Nomor Telepon/Fax	(0335) 771202
Email	manjpaiton@gmail.com
Website	www.manuruljadid.sch.id
Alamat	Karanganyar, Paiton, Probolinggo
Kode Pos	67291
Kepala Madrasah	Drs. H. M Lukman Al Hakim, M.Pd.I.
Program yang diselenggarakan	1. Keagamaan 2. Ilmu Pengetahuan Sosial (IPS) 3. Bahasa 4. Ilmu Pengetahuan Alam (IPA) Reguler 5. Ilmu Pengetahuan Alam (IPA) Unggulan 6. Ilmu Pengetahuan Alam (IPA) Tahfidz Unggulan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b. Profil Program Keagamaan

Tabel 3.2 Profil Program Keagamaan

Nama Lembaga	Program Keagamaan
Tahun Berdiri	1. Asrama Program Khusus (1993) 2. Madrasah Aliyah Keagamaan (1994), kemudian masuk ke salah satu program MA Nurul Jadid menjadi Program Keagamaan (PK)
Blog Resmi	http://mapknuruljadid.blogspot.com
Alamat	Karanganyar, Paiton, Probolinggo
Ketua Program	H. M. Nashiruddin M.Pd.I
Pimpinan Asrama	Zainollah, S.Pd
Lokasi Asrama Putra	Wilayah (F) Sunan Giri, Asrama KH. Zaini Mun'im MAK, PP Nurul Jadid
Lokasi Asrama Putri	Daerah Riyadlul Jinan (B), Wilayah Al Hasyimiyah (Dalem Timur), PP Nurul Jadid

c. Visi Misi

Sebuah lembaga pendidikan yang terdiri dari peserta didik dan pengajar tentunya membutuhkan tujuan yang konkret dalam menjalankan proses pembelajaran yang efektif. Madrasah Aliyah Nurul Jadid Program Keagamaan Paiton Probolinggo mempunyai visi yang jelas yakni, "Terbentuknya kader *faqih al din qaulan wa manhajan* dan siap berperan dalam kancah global"

Guna tercapainya visi tersebut, diperlukan usaha-usaha yang berkelanjutan. Misi MA Nurul Jadid Program Keagaman adalah:

1) Meningkatkan kualitas pendidikan melalui pengembangan kurikulum sistem pengajaran yang efektif, Sumber Daya Insan (SDI), dan infrastruktur pendidikan.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2) Menghasilkan lulusan yang berpotensi dalam bidang keagamaan dan berperan positif di tingkat nasional dan internasional (*world class*) serta menguasai IPTEK dan IMTAQ.

2. Deskripsi Konselor

a. Identitas Konselor

Tabel 3.3 Identitas Konselor

Nama	Qurrotu A'yunin
Tempat Tanggal Lahir	Sampang, 01 Juni 1997
Agama	Islam
Status	Belum menikah
Pendidikan	Mahasiswa Prodi Bimbingan Konseling Islam
Semester	VIII
NIM	B53215056
Alamat Asal	Dsn. Lebak, Ketapang Barat, Ketapang, Sampang
Alamat Domisili	Pesantren Mahasiswa An Nur, Gang Modin 10A, Jemurwonosari, Wonocolo, Surabaya
Riwayat Pendidikan	1. TK Dharma Wanita lulus tahun 2003 2. SDN Ketapang Barat I lulus tahun 2009 3. MTs Nurul Jadid lulus tahun 2012 4. MA Nurul Jadid lulus tahun 2015

b. Pengalaman Konselor

Sebagai mahasiswa Bimbingan Konseling Islam UIN Sunan Ampel Surabaya, tentunya konselor telah mempelajari secara teori dan akademik tentang ilmu Bimbingan dan Konseling Islam, yang terkadang juga ditambah dengan kewajiban praktik lapangan di setiap mata kuliah.

Konselor juga pernah program Kuliah Kerja Nyata (KKN) sebagai program pengabdian mahasiswa terhadap masyarakat di Desa

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Kerang, Kecamatan Takeran, Kabupaten Magetan selama sebulan pada bulan Juli-Agustus 2018 lalu. Kemudian konselor menempuh program Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) sebagai bentuk praktikum teori-teori yang sudah didapatkan di bangku perkuliahan. Konselor melaksanakan PPL di Pondok Pesantren As Salafi Al Fithrah Kedinding, Surabaya, tepatnya konselor mendapat tugas lapangan di PDF Ulya atau setara SLTA.

Pada program PPL ini, konselor melaksanakan beberapa konseling individual dan kelompok berupa pendampingan belajar di kelas, serta kegiatan-kegiatan pesantren lainnya. Masalah-masalah yang biasanya ditangani oleh konselor saat PPL berkaitan adaptasi santri, kesulitan belajar, pergaulan dengan teman sebaya, dan sebagainya.

Pada tanggal 15-17 November 2016, konselor mengingat program pelatihan "*Training for Trainer*" dengan narasumber Farid Wajdi pada lembaga "*Indonesian Public Speaking Academy*" di Yogyakarta. Selanjutnya pada 7 April 2018, konselor mengikuti program pelatihan "Neuro Linguistic Program" dengan narasumber Iwan D Gunawan pada lembaga "Transformasi Indonesia" di Surabaya.

3. Deskripsi Konseli

Konseli adalah orang yang mengalami suatu pada dirinya. Sebagai orang yang mengalami suatu masalah, terkadang konseli tidak mampu

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

untuk menyelesaikannya sendiri sehingga perlu adanya konselor atau orang yang mampu membantu masalah pada diri konseli. Konseli dalam penelitian ini adalah seorang siswi yang memiliki motivasi belajar yang rendah. Biodata singkat konseli adalah sebagai berikut:

Nama	: Mawar (nama samaran)
Tempat tanggal lahir	: Probolinggo, 17 Mei 2003
Jenis kelamin	: Perempuan
Usia	: 16 tahun
Agama	: Islam
Pekerjaan	: Pelajar
Alamat asal	: Pondok Kelor, Paiton, Probolinggo

Sebagai tahap awal dalam mengenal dan mendalami kepribadian konseli, peneliti menyajikan data yang lebih lengkap tentang konseli. Data ini diperoleh dari hasil pengamatan dan wawancara terhadap konseli dan teman akrab konseli. Data tersebut meliputi latar belakang pendidikan, latar belakang keluarga, latar belakang ekonomi, latar belakang keagamaan, dan latar belakang sosial.

a. Latar Belakang Pendidikan

Seperti siswa pada umumnya, konseli pernah mengenyam pendidikan mulai dari Taman Kanak-kanak (TK) sampai saat ini menjadi siswi Madrasah Aliyah (MA). Sebelum konseli berada di Program Keagamaan, konseli mengenyam pendidikan di Sekolah

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Menengah Pertama (SMP) Nurul Jadid yang masih dalam yayasan yang sama dengan MA Nurul Jadid.

Selama di SMP konseli tinggal di asrama reguler, yakni seperti santri pada umumnya, artinya tidak berada di program khusus ataupun unggulan. Materi yang dipelajari saat SMP yaitu materi pelajaran umum tingkat SMP pada umumnya, kepesantrenan, keagamaan atau diniyah yang bisa dibilang dengan pengetahuan dasar. Konseli sangat suka dengan pelaran *exact* dan bahasa Inggris.

Selanjutnya konseli mencoba mengikuti tes masuk Program Keagamaan atas dasar keinginan dan perintah orangtuanya. Orangtuanya ingin anaknya mendalami ilmu agama dan menurut mereka Program Keagamaan yang dikenal dengan nama MAK merupakan lembaga yang terpercaya karena para alumninya memiliki kemampuan ilmu agama yang handal serta keterampilan sosial keagamaan yang baik.

Akhirnya, konseli mempelajari syarat tes masuk Program Keagamaan, diantaranya adalah tes baca kitab. Konseli mencoba meminta bimbingan belajar membaca kitab kepada salah siswi Program Keagamaan pada saat itu. Oleh karena dia hanya pernah belajar ilmu alat dasar, nahwu dan sharraf, secara sekilas, maka konseli mencatat istilah-istilah *nahwiyah* dan menghafalnya. Begitupula dengan membaca kitab, konseli meminta diajarkan cara membaca kemudian mengulang-ngulang bacaan dan menghafalnya

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

begitupula dengan kaidah-kaidahnya. Dan ternyata setelah mengikuti berbagai macam tes masuk, konseli diterima di Program Keagamaan.

Memang benar konseli sudah tinggal di pesantren sejak SMP, namun ia harus melakukan adaptasi kembali dengan lingkungannya, baik dengan teman, tempat tinggal, pengurus, kegiatan, dan pelajarannya. Konseli harus mengikuti kegiatan asrama, sekolah, dan pesantren, jika tidak ia akan mendapatkan *ta'zir* (hukuman). Selain itu, 75% dari semua mata pelajaran adalah ilmu keagamaan membuat konseli harus tekun dan giat belajar, karena baginya ini adalah hal yang baru.

Namun pada kenyataannya, ia masih ketinggalan dengan temannya yang lain dalam hasil belajar. Dalam satu semester ini menurut konseli, ia merasa kesulitan untuk berbicara bahasa Arab, menghafal *mufradat* (kosa kata bahasa Arab), begitupula dengan mengartikan (*maknani*) kitab kuning. Tapi konseli tetap yakin pada saatnya ia akan paham bahasa Arab begitupula memahami kitab kuning.

b. Latar Belakang Keluarga

Menurut keterangan konseli, ayahnya adalah seorang pegawai negeri di salah satu kantor pemerintahan di Probolinggo. Sedangkan ibunya adalah seorang ibu rumah tangga yang biasanya sering mendapatkan pesanan kue untuk acara-acara kecil rumahan. Ia memiliki adik laki-laki yang masih duduk di Sekolah Dasar (SD).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Sesuai dengan keterangan sebelumnya, rumah konseli tidak jauh dari lokasi pesantren, yakni sama-sama Kecamatan Paiton. Jadi konseli biasa dikunjungi oleh orangtuanya dua minggu sekali atau jika ada acara di rumah dan terdapat makanan lebih maka ia akan dikunjungi.

Hubungan konseli dengan orangtuanya cukup terbuka. Seperti ketika konseli merasa sulit memahami pelajaran-pelajaran yang ada di Program Keagamaan, maka ia akan mengeluh serta bercerita langsung kepada orangtuanya melalui telepon atau saat dikunjungi. Menurut keterangan konseli, ayahnya tidak merasa keberatan jika memang ia menyerah berada di Program Keagamaan dan ingin keluar, namun konseli tetap ingin berusaha belajar begitupun orangtuanya selalu mendorongnya untuk tetap semangat.

Menurut konseli pula, ayahnyalah yang menginginkan anaknya berada di Program Keagamaan, karena ia memiliki keponakan atau sepupu konseli yang telah menjadi alumni Program Keagamaan terbukti mampu atau *mumpuni* dalam masyarakat. Maka konseli pun menuruti keinginan ayahnya meskipun pada dasarnya ia ingin masuk di Program IPA.

c. Latar Belakang Ekonomi

Adapun ekonomi konseli tergolong pada tingkatan cukup. Demikian itu terlihat ketika konseli dikunjungi oleh keluarganya, banyak makanan yang dibawa dan diberikan kepada teman-temanya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Menurut konseli, uang saku yang ia terima setiap kunjungan orangtuanya biasanya kisaran 200-500 ribu rupiah. Sedangkan uang makan dan pondok sudah dibayarkan terlebih dahulu tiap awal bulan, jadi uang saku tersebut biasanya untuk jajan dan kebutuhan lainnya.

d. Latar Belakang Keagamaan

Sejak kecil, konseli dibesarkan dalam keadaan beragama Islam. Hampir semua keluarga konseli juga beragama Islam, sehingga mulai dari pendidikan dasar sudah dimasukkan ke dalam lembaga-lembaga pendidikan Islam, termasuk mondok dari usia SMP. Rumah konseli juga dekat jaraknya dengan sebuah surau, sehingga kegiatan keagamaan seperti shalat jama'ah, tahlil, serta kajian keislaman masih berjalan di keluarganya.

Sejak kecil pula, konseli diajarkan mengaji Al Qur'an kepada salah satu guru ngaji di surau dekat rumahnya, demikian pengetahuan agama Islam dasar pun diajarkan. Ayahnya juga pernah *nyantri* pada saat sekolah, sedangkan ibunya tidak pernah. Namun menurut konseli, anggota keluarganya yakni sepupu-sepupunya kebanyakan adalah santri sejak SMP, maka ia pun dimondokkan apalagi lokasi sangat dekat dengan rumahnya.

Memang selama tiga tahun mondok sebelum berada di Program Keagamaan, ia selalu mengikuti kegiatan-kegiatan wajib pesantren, seperti shalat jama'ah, pembinaan Al Qur'an, program madrasah diniyah, dan pembinaan *furudhul 'ainiyah*. Namun kurang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

tertarik untuk belajar lebih dalam ilmu-ilmu keislaman seperti fikih, ilmu tafsir, ilmu hadis, ilmu alat, dan sebagainya.

e. Latar Belakang Sosial

Konseli termasuk siswi yang cukup terbuka dengan teman-temannya, ikut nimbrung ketika teman-temannya ngobrol, belajar, dan makan bareng. Oleh karena konseli sering ngobrol dengan teman-temannya, tidak jarang ia mengeluarkan kosa kata selain bahasa asing terutama bahasa Arab, sehingga tak jarang pula konseli kena *ta'zir* (hukuman). Namun pada kenyataannya memang konseli adalah orang yang ceria dan terbuka dengan orang terdekat.

4. Deskripsi Masalah

Masalah adalah kesenjangan antara harapan dan kenyataan. Masalah dapat membebani pikiran, perasaan, dan tingkah laku dalam kehidupan individu. Terkadang individu berusaha dan sukarela datang untuk menyelesaikan masalah yang dihadapinya dengan meminta suatu bantuan kepada orang lain, namun terkadang ada individu yang menutup diri dan tidak mau serta merasa mampu untuk menyelesaikannya sendiri. Namun akhirnya tindakan itu kurang dirasa puas oleh diri individu sendiri, sehingga menghasilkan keputusan yang tidak benar.

Hal tersebut terjadi Mawar yang memiliki permasalahan dalam proses belajarnya, yaitu mengalami kesulitan belajar bahasa Arab. Awalnya memang Mawar hanya meminta bimbingan belajar kepada

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kakak kelasnya, lalu kemudian ditawarkan oleh wali asuhnya untuk meminta bantuan kepada konselor untuk mengatasi masalahnya tersebut.

Mawar (nama samaran), seorang siswi atau santri yang berumur 16 tahun, yang sedang menempuh pendidikannya di jenjang SLTA tepatnya kelas X PK 2. Kegiatannya sebagai seorang siswi adalah belajar dan mengikuti beberapa kegiatan wajib di sekolah, asrama, dan pesantren. Apalagi dia merupakan siswi baru atau tingkat awal di Program keagamaan dan notabene pendidikan sebelumnya yang tidak mempelajari ilmu secara mendalam.

Pertemuan pertama kami berawal dari permintaan bantuan dari wali asuh konseli untuk membantu anak didiknya yang merasa sulit memahami pelajaran di Program Keagamaan. Akhirnya kami pun bertemu pada awal bulan Maret 2019, yang diperkenalkan oleh Nada Fitria sebagai wali asuh konseli.

Singkat cerita, masalah-masalah yang konseli alami mulai ia ceritakan kepada konseli. Konseli merasa bahwa ia sulit sekali menghafal dan mengingat kosa kata bahasa Arab (*mufaradat*) yang diberikan sebanyak 5 kata setiap harinya. Kemudian ia juga menjadi pendiam pada awal masuk Program Keagamaan karena, di samping adaptasi lingkungan, tidak tau berbicara apa dengan berbahasa Arab. Namun lambat laun, konseli mulai berbicara dengan bahasa Arab meskipun sambil bertanya dalam bahasa isyarat (agar tidak dihukum), dan mulai paham arah

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

pembicaraan teman atau kakak kelas di sekitarnya yang sedang ngobrol atau berbicara dengan bahasa Arab.

Konseli sadar bahwasanya ia harus belajar lebih giat lagi untuk bersaing dengan teman sekelasnya, yang rata-rata sudah mampu dan bahasa Arab dan memahami kitab kuning. Akan tetapi sering merasa kesal pada dirinya yang sulit sekali menghafal *mufaradat* dan memahami bahasa Arab terutama dalam kitab kuning.

Akibat dari rasa kesalnya yang terus menerus ketika belajar dan tetap tidak paham, ia mengaku terkadang langsung acuh tak acuh terhadap materi yang sedang ia pelajari. Terkadang juga langsung merasa lelah dan mengantuk ketika belajar, kemudian langsung saja tidur tanpa memikirkan materi belajarnya. Konseli menganggap masih ada waktu besok untuk belajar lagi.

Sedangkan kemampuan berbicaranya dengan bahasa Arab, ia mengaku hanya mendengar dan meniru apa yang diucapkan orang sekitarnya tanpa mengetahui tulisan aslinya. Dengan adanya *mufradat* yang diberikan juga membuat konseli sadar bahwa kalimat yang diucapkannya terdiri dari huruf-huruf demikian. Namun kesulitan menghafalnya pun tetap ia rasakan, apalagi ketika diminta mengulang-ngulang atau dites hafalan-hafalan sebelumnya.

Selain dari aspek materi pelajaran bahasa Arab, Program Keagamaan juga mengharuskan siswanya untuk berani tampil berpidato, bercerita, dan memandu acara dengan bahasa asing. Kegiatan itu sudah

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

terjadwal, dan setiap siswa pasti mendapatkan bagiannya. Inilah menurutnya hal yang dirasa sulit. Menurut keterangan konseli, berbicara dengan bahasa Arab saja sulit apalagi dengan menyampaikan kalimat-kalimat panjang yang tersusun tanpa teks di depan teman-teman.

Konseli mengaku sering mengeluh kepada departemen kebahasaan (yang merancang program kemampuan berbahasa asing) untuk memberinya jadwal yang bahasa Inggris saja, padahal jadwal tersebut diacak dan memang untuk menguji keterampilan siswa dalam *public speaking* dan bahasa asing. Akhirnya konseli pun tampil apa adanya dan sering gemetar serta gugup ketika tampil berbahasa Arab, karena takut salah, lupa dan malu diperhatikan oleh teman-temannya.

Demikian pula dengan peraturan berbahasa Arab yang sering ia langgar baik secara sengaja ataupun tidak. Menurut konseli, biar saja tidak berbahasa Arab toh nanti juga mendapat hukuman dari kegiatan yang lain, biar saja tidak usah berbahasa Arab selama tidak ada yang mengawasi, dan biar saja tidak berbahasa Arab lagipula ia memang tidak pandai dalam bahasa Arab.

Berawal dari kebiasaanya yang mengentengkan berbahasa Arab tersebut, ia merasa susah pula memahami kitab kuning yang memang menggunakan bahasa Arab. Konseli juga memiliki kekhawatiran akan ujian kitab untuk kenaikan kelas yang dilaksanakan pada penghujung kelas XI. Menurut konseli, jika ia tetap tidak memami bahasa Arab

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dengan benar maka bisa jadi ia kesusahan belajar dan memahami kitab kuning dan tidak mampu melewati ujian tersebut.

B. Deskripsi Hasil Penelitian

Dalam bagian ini, akan dipaparkan data yang diperoleh dari lapangan dengan dua fokus penelitian, yaitu:

1. Deskripsi Proses Pelaksanaan Konseling Islam dengan Teknik *Self Management* untuk Mengatasi Rendahnya Motivasi Belajar

Adapun proses pelaksanaan konseling Islam dengan teknik *self management* ini memiliki beberapa tahapan sebagaimana konseling pada umumnya. Namun pada pelaksanaan treatment dengan *self management* yang dimana konseli menetapkan strategi yang akan dilakukan sendiri menimbulkan tahapan-tahapan lain yang harus dilewati. Berikut adalah gambaran secara umum proses pelaksanaan konseling.

a. Identifikasi Masalah

Identifikasi adalah langkah awal untuk mengetahui masalah beserta gejala-gejala yang nampak pada diri konseli. Dalam langkah ini, untuk menggali dan mengetahui masalah konseli, konselor melakukan observasi dan wawancara kepada koonseli, wali asuh konseli, dan teman dekat konseli.

Adapun data-data yang diperoleh dari sumber tersebut akan dijelaskan sebagaimana berikut:

1) Data yang bersumber dari konseli

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Identifikasi dilakukan secara terhadap konseli sebagai sumber data utama dalam penelitian ini. Konseli menyadari penuh bahwa dirinya sebagai seorang siswi Program Keagamaan sangat merasa kesulitan dengan materi bahasa Arab, baik untuk berbicara, memahami, dan menulis.

Setelah konselor melalui tahap *building trust* yakni membangun hubungan agar konseli merasa aman dan percaya, mulailah konseli mengungkapkan apa saja yang menjadi hambatan serta masalah dalam proses belajar dan perkembangannya selama ini. Konselor pun juga mulai observasi kegiatan-kegiatan yang dilakukan oleh konseli selama berada di asrama.

Konseli mengungkapkan bahwa ia senang berada di Program Keagamaan karena lingkungannya sopan tidak seperti dulu ketika SMP, banyak kegiatan yang bisa mengembangkan potensinya, teman-temannya rajin beribadah dan belajar, dan merasakan mondok yang sesungguhnya karena selalu belajar ilmu agama, meskipun pada kelas pertama konseli masih perlu belajar ilmu alat terlebih dahulu.

Kemudian konseli mengungkapkan pula bahwasanya ia kadang minder dengan teman-temannya yang sudah biasa mengobrol lancar dengan bahasa Arab dan juga sudah menguasai ilmu alat, sedangkan ia hanya bisa mendengarkan ketika mereka

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

berbicara, karena takut salah, dan mempelajari ilmu alat dari nol, karena ia memang tidak pernah mendalami pengetahuan itu sebelumnya.

Alasan konseli memasuki Program Keagamaan adalah karena permintaan dan keinginan orangtua yang ingin anaknya mendalami ilmu agama serta belajar di Program Keagamaan yang dulu terkenal dengan MAK (Madrasah Aliyah Keagamaan). Konseli juga tidak menyangka akan diterima di Program Keagamaan, padahal dia hanya menghafal cara membaca kitab kuning dan istilah-istilah ilmu alat lainya.

Setelah melihat keadaan dan lingkungan di Program Keagamaan, dia mulai berpikir apakah ia bisa bertahan disini dengan berbagai macam pelajaran agama yang cukup sulit serta kegiatan-kegiatan yang hampir penuh seharian. Konseli menyatakan bahwa ia akan menjalaninya terlebih dahulu, ia akan meminta bantuan bimbingan belajar kepada kaka kelas terus menerus karena ia memang senang berada di Program Keagamaan.

Namun seiring waktu berlalu, konseli mulai jenuh dengan aktivitas kesehariannya dan juga belum mendapatkan hasil yang baik dari ketekunan belajarnya. Konseli merasa kemampuannya tetap biasa-biasa saja tidak seperti teman-teman yang bisa membaca kitab kuning dengan lancar serta memahaminya,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

berpidato bahasa Arab sangat bagus, dan mengobrol bahasa Arab sangat lancar.

Menurut pengakuannya, oleh karena konseli merasa kemampuan masih di bawah rata-rata, ia terkadang pasrah menerima kenyataan bahwa akan sulit mendapat prestasi seperti teman-temannya. Jadi dia merasa cukup dengan belajar ketika ada tugas dan ujian, meskipun terkadang masih belajar dengan kakak kelasnya dan menurun kuantitas belajarnya.

Oleh karena kekesalannya tetap sulit memahami bahasa Arab, konseli sering merasa lelah ketika belajar dan tetap tidak paham, akhirnya tertidur dan terus ditunda sampai waktunya mendesak. Dia juga pernah mengeluh kepada orangtuanya akan kesulitan belajar ini, dan respon orangtuanya adalah mendukung apapun keputusan anaknya bahkan mengizinkan anaknya jika ingin keluar dari Program Keagamaan. Sedangkan konseli tetep kukuh pada pendiriannya bahwa suatu saat ia akan mampu, tapi konseli menjalani proses mengalir saja sesuai kemampuan.

Di sisi lain pula, konseli ingin mengatasi kesulitan belajarnya ini agar bisa naik kelas ketika ujian kitab nanti pada penghujung kelas XI. Akhirnya meminta saran kepada wali asuhnya, yang kemudian diarahkan kepada konselor saat ini untuk membantunya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2) Data yang bersumber dari wali asuh konseli

Pada awalnya, permasalahan yang dihadapi konseli ini berada di tangan wali asuhnya yang kemudian meminta saran kepada konselor tentang bagaimana cara belajar yang tepat. Namun ternyata wali asuh konseli langsung memberikan tawaran untuk melakukan proses konseling demi teratasinya masalah belajar konseli.

Wali asuh konseli bernama Nada Fitria yang juga merangkap sebagai *musyrifah* dan tenaga pengajar di Program Keagamaan. Wali asuh merupakan salah satu program pendampingan santri di pesantren Nurul Jadid yang bertujuan untuk mengoptimalkan perkembangan santri serta membantu mengatasi problema santri di pesantren.

Menurut keterangan wali asuh konseli, memang konseli tertinggal prestasi selama satu semester ini dengan teman-temannya, mungkin latar belakang pendidikan sebelumnya. Konseli merupakan anak yang ceria dan percaya diri, namun ketika tampil berpidato bahasa Arab konseli menunjukkan rasa tidak percaya diri.

Konseli juga lebih memilih menggunakan bahasa Inggris untuk berkomunikasi. Wali asuh ini juga menerima setoran hafalan *amtsilah at tashrif*, dan menurutnya konseli cukup lambat dalam menghafalnya. Sedangkan untuk pelajaran ilmu

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

alat, konseli rajin mencatat, mendengarkan, dan bertanya, akan tetapi konseli tidak menunjukkan kemajuan yang signifikan dalam memahami teks-teks arab dan kitab kuning.

3) Data yang bersumber dari teman dekat konseli

Sumber data kedua selain konseli adalah teman sekelasnya dan akrab dengannya yang bernama Ainun. Mereka berada di kamar yang sama sejak masuk Program Keagamaan. Menurut teman akrab konseli, mereka mulai dekat sejak awal karena sekamar dan sama-sama menjadi siswa baru. Jadi teman konseli ini cukup mengetahui keseharian konseli selama di asrama dan sekolah.

Menurut keterangan teman konseli, Mawar itu orangnya rajin ikut kegiatan tapi sering melanggar bahasa ketika tidak ada kakak kelas yang mengawasinya. Terkadang Ainun ini diajak ngobrol tanpa menggunakan bahasa Arab karena konseli merasa sulit dan tidak tahu kosa katanya, yang akhirnya hanya ditanggapi anggukan saja dan mendengarkan.

Konseli juga sering mengeluh ketika menghafal *mufradat* karena pasti akan ditanya materi sebelumnya yang menurutnya susah diingat. Bahkan tidak jarang ia memilih mentor hafalan yang terkesan baik dalam memberi pertanyaan. Meskipun demikian, menurut Ainun, ia sering dimintai penjelasan tentang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

materi pelajaran yang tidak dimengerti dan juga terlihat sering belajar intensif dengan salah satu kakak kelasnya.

Dari wawancara dan observasi pada langkah identifikasi masalah, nampak beberapa gejala bahwa konseli memiliki motivasi belajar yang rendah, yaitu:

1) Ketekunan belajarnya semakin menurun.
2) Berkurangnya intensitas bimbingan belajar dengan kakak kelas.
3) Menunda belajar ketika pelajaran yang sedang dipelajari sulit dipahami.
4) Sering melanggar peraturan berbahasa Arab ketika tidak ada yang mengawasinya.
5) Acuh tak acuh dengan beberapa pelajaran yang berkaian dengan bahasa Arab.

b. Diagnosis

Setelah melakukan identifikasi masalah, konselor melaksanakan diagnosis berdasarkan hasil identifikasi masalah yang dilakukan. Diagnosa dilakukan untuk menetapkan masalah beserta latar belakang berdasarkan identifikasi masalah.

Berdasarkan data dari identifikasi masalah, konselor menetapkan masalah yang dihadapi konseli yaitu rendahnya motivasi belajar, hal ini disebabkan karena:

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

1) Latar belakang pendidikan sebelum masuk Program Keagamaan adalah SMP reguler yang notabene tidak mendalami ilmu agama secara intensif.
2) Pernah tidak tertarik dengan ilmu agama dan bahasa Arab.
3) Perasaan takutnya akan kesalahan dalam berbahasa Arab baik dalam percakapan biasa dan *public speaking*.
4) Belum bisa beradaptasi dengan kegiatan Program Keagamaan yang full.
5) Metode belajarnya mungkin tidak sesuai dengan gaya belajar yang dimilikinya.

c. Prognosis

Dari hasil diagnosis yang telah kami uraikan sebelumnya atau penetapan masalah yang didapat, tahap selanjutnya adalah prognosis. Tahap prognosis adalah penetapan *treatment* atau tindak lanjut yang ingin ditetapkan berdasarkan diagnosis masalah yang dihadapi konseli.

Konselor menetapkan jenis bantuan terhadap masalah rendahnya motivasi belajar yang dihadapi konseli ini adalah dengan pelaksanaan konseling Islam dengan teknik *self management*. Konseling Islam dilakukan dengan tujuan agar konseli dapat mengembangkan potensi atau fitrah beragama dan berpikirnya berkembang dengan sempurna serta konseli sadar akan nilai-nilai dan konsep belajar dalam Islam sehingga bisa diterapkan.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Selanjutnya, konselor juga menetapkan teknik *self management* sebagai upaya pembentukan perilaku positif dan menangani gejala perilaku yang bermasalah pada konseli. Dengan *self management* pula, konseli dapat mengatur dirinya sendiri untuk mencapai tujuan dalam hal ini hasil belajar yang optimal.

Pelaksanaan *self management* ini sesuai dengan kebutuhan dan kehendak konseli dengan sedikit arahan dari konselor. Konseli bisa menggunakan satu strategi atau kombinasi strategi dalam pelaksanaannya. Dan tanggung jawab keberhasilan konseling sepenuhnya berada di tangan konseli.

Konselor dalam penerapan *self management* ini hanya menjadi fasilitator dan motivator bagi konseli. Dalam hal ini, konselor akan menganjurkan beberapa kiat belajar dalam beberapa literatur kitab akhlak sebagai nilai-nilai dalam konseling Islam, sebagaimana berikut:

1) Selalu bersiap diri untuk menulis dengan membawa pena.
2) Tidak menyia-nyiakan waktu.
3) Mendekat kepada guru.
4) Menghadirkan kesadaran dan pikiran yang penuh ketika proses pembelajaran.
5) Tunduk dan patuh kepada guru

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

6) Menghindari kekenyangan yang berlebih, banyak tidur dan berbicara yang tidak bermanfaat, bergosip, dan berkumpul dengan orang yang buruk.
7) Berkumpul dengan orang-orang soleh.
8) Duduk menghadap kiblat ketika belajar.
9) Mengikuti sunnah Nabi Muhammad SAW.
10) Memperbanyak shalat.
11) Optimis, bersungguh-sungguh, dan tekun.

Adapun langkah-langkah yang direncanakan dalam *treatment* adalah sebagai berikut:

1) Mengajak konseli untuk mengamati tingkah lakunya sendiri serta mencatatnya dengan teliti beserta dengan frekuensi, intensitas, dan durasi tingkah laku.
2) Mengajak konseli untuk mengidentifikasi target perilaku yang ingin dicapai atau perilaku yang ingin dirubah, demikian pula dengan *antecedent* (faktor penyebab) dan *consequence* (akibat dari perilaku).
3) Mengajak konseli untuk menetapkan strategi yang akan digunakan dan sebelumnya konselor menjelaskan tentang strategi-strategi *self management* apa saja yang bisa digunakan sesuai kondisi konseli.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

4) Meminta konseli untuk berkomitmen dan membuat perjanjian dengan dirinya sendiri untuk menjalankan program atau strategi yang telah dirancang sendiri.
5) Konseli melaksanakan strategi atau program yang telah ditetapkannya sendiri secara mandiri, sedangkan hanya bisa memperhatikan atau observasi tanpa terlibat program.
6) Meminta konseli untuk membandingkan hasil catatan tingkah laku awal dengan target tingkah laku yang dibuat oleh konseli sebagai evaluasi program.
7) Meyakinkan konseli untuk tetap melakukan program yang telah berjalan jika program tersebut dianggap berhasil pada tahap evaluasi.

d. Treatment

Setelah jenis bantuan terhadap konseli ditentukan pada tahap prognosis, maka pemberian treatment dilaksanakan pada tahap ini. Pemberian treatment yang telah direncanakan konselor adalah dengan teknik *self management* atau pengelolaan diri beserta dengan internalisasi kiat-kiat belajar dalam Islam. Sesuai dengan tahapan *self management,* konselor melaksanakan tahap *treatment* sebagaimana berikut:

1) Tahap Monitor Diri atau Observasi Diri

Pada tahap ini konseli diajak mengamati tingkah lakunya yang pernah terjadi sebelumnya serta mencatatnya dengan teliti

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

beserta frekuensi, intensitas, dan durasi tingkah lakunya. Dalam hal ini konselor sebagai fasilitator yang mengarahkan cara-cara pelaksanaannya.

Tahapan pertama dalam *self management* ini, dilakukan setelah terbentuknya kepercayaan dan keinginan konseli untuk mengatasi masalah yang sedang ia hadapi. Konselor mengajak konseli untuk menuliskan perilaku apa saja yang membuat konseli terhambat dalam proses belajarnya selama ini.

Lebih lanjut konselor mengarahkan format penulisannya, yaitu dengan menuliskan bentuk perilaku, penyebab, konsekuensi,dan intensitas perilaku dilakukan. Selanjutnya konselor memberikan kertas berupa format pencatatan perilaku kepada konseli untuk konseli demikian juga dengan penanya.

Pada kertas tersebut, konseli menuliskan delapan perilaku yang menurutnya menghambat proses belajarnya, yakni:

a) Ketekunan belajarnya semakin menurun.
b) Berkurangnya intensitas bimbingan belajar dengan kakak kelas.
c) Menunda belajar ketika pelajaran yang sedang dipelajari sulit dipahami.
d) Sering melanggar peraturan berbahasa Arab ketika tidak ada yang mengawasinya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

e) Acuh tak acuh dengan beberapa pelajaran yang berkaian dengan bahasa Arab.

Setelah konseli menuliskan beberapa perilaku yang menurutnya menghambat proses belajarnya, konselor membantu untuk menganalisis perilaku tersebut berupa akibat-akibatnya dalam hasil belajar. Selanjutnya konselor meminta konseli untuk menuliskan seberapa sering intensitas perilaku bermasalah tersebut terjadi.

Tabel 3.4 Intensitas Perilaku Bermasalah

No	**Perilaku Bermasalah**	**Intensitas Perilaku**			
		SS	**S**	**J**	**TP**
1.	Ketekunan belajarnya semakin menurun.		√		
2.	Berkurangnya intensitas bimbingan belajar dengan kakak kelas.	√			
3.	Menunda belajar ketika pelajaran yang sedang dipelajari sulit dipahami.	√			
4.	Sering melanggar peraturan berbahasa Arab ketika tidak ada yang mengawasinya.		√		
5.	Acuh tak acuh dengan beberapa pelajaran yang berkaian dengan bahasa Arab.		√		

Keterangan:
SS : Sangat Sering
S : Sering
J : Jarang
TP : Tidak Pernah

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2) Tahap Identikasi dan Penetapan Target Perilaku

Selanjutnya pada tahap ini, konselor mengajak konseli untuk mengidentifikasi target perilaku yang ingin dicapai atau perilaku yang ingin dirubah, demikian pula dengan *antecedent* (faktor penyebab) dan *consequence* (akibat dari perilaku). Konselor meminta konseli menuliskan pula intensitas perilaku yang ditargetkan sampai pada saat sesi konseling tersebut

Tabel 3.5 Intensitas Target Perilaku Sebelum Proses Konseling

No	**Perilaku Bermasalah**	**Intensitas Perilaku**			
		SS	**S**	**J**	**TP**
1.	Bertambah tekun dan giat dalam belajar			√	
2.	Bertambahnya intensitas bimbingan belajar dengan kakak kelas.			√	
3.	Berusaha fokus memahami materi pelajaran meskipun sulit			√	
4.	Menaati peraturan berbahasa Arab dimanapun dan kapanpun				√
5.	Memperhatikan semua mata pelajaran			√	

3) Tahap Penentuan Strategi

Setelah target perilaku sudah ditentukan, maka konseli memasuki tahap penentuan strategi dan program yang sesuai dengan kondisinya. Pada tahap ini, konselor menjelaskan tentang strategi-strategi *self management* apa saja yang bisa digunakan sesuai kondisi konseli dengan tetap mempertimbangkan keputusan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

konseli. Maka konseli mulai berpikir tentang perencanaan programnya.

Adapun program yang direncanakan konseli bersama konselor untuk mencapai perilaku yang telah ditargetkan adalah sebagai berikut:

a) Konseli melakukan refleksi diri atau *self reflection* atas selama ini yang pernah dilakukannya, serta refleksi tentang keinginan dan harapan apa yang ingin dicapai di Program Keagamaan. Teknik ini awalnya dibantu oleh konselor dengan relaksasi dan refleksi, kemudian konseli berjanji akan menerapkannya sendiri secara teratur
b) Konseli menyusun jadwal kegiatan harian yang akan dilaksanakan.
c) Konseli menentukan waktu-waktu bimbingan belajar dengan kakak kelas yang akan dilaksanakan.
d) Konseli melakukan latihan terus menerus yang diawali dengan ngobrol berbahasa Arab dengan temannya.

4) Tahap Komitmen Diri

Setelah program yang akan dilaksanakan disepakati bersama, konselor mengajak konseli untu berkomitmen dengan dirinya sendiri untuk melakukan program tersebut. Tahap ini bisa disebut juga *self contracting* atau perjanjian dengan diri sendiri.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Konselor menanyakan kesanggupan konseli dalam melakukan program tersebut dan konseli menyanggupinya. Akhirnya disepakati program tersebut akan dijalankan selama 10 hari, dan akan bertemu kembali.

5) Tahap Pelaksanaan Strategi

Pada tahap ini konseli melaksanakan program yang telah direncanakan bersama konselor. Proses ini dilakukan oleh konseli secara keseluruhan, sedangkan konselor hanya memantau saja. Maka dalam jangka waktu 10 hari tersebut, konselor hanya mengamati dari jauh perkembangan konseli dalam melaksanakan programnya.

6) Tahap Evaluasi Diri

Pada waktu yang telah disepakati, yakni 10 hari setelah sesi konseling sebelumnya, konselor mendatangi konseli untuk mengetahui perkembangan perilaku konseli. Untuk itu pada tahap evaluasi ini, konseli dibantu oleh konselor untuk membandingkan hasil catatan intensitas tingkah perilaku yang ditargetkan sebelum dan sesudah intervensi konseling. Demikian pula catatan intensitas perilaku bermasalah sebelum dan sesudah proses konseling.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Tabel 3.6 Intensitas Target Perilaku Setelah Proses Konseling

No	Perilaku yang Ditargetkan	Intensitas Perilaku				Ket.
		SS	S	J	TP	
1.	Bertambah tekun dan giat dalam belajar		√			Sering
2.	Bertambahnya intensitas bimbingan belajar dengan kakak kelas.		√			Sering
3.	Berusaha fokus memahami materi pelajaran meskipun sulit		√			Sering
4.	Menaati peraturan berbahasa Arab dimanapun dan kapanpun			√		Jarang
5.	Memperhatikan semua mata pelajaran		√			Sering

Tabel 3.7 Evaluasi Perubahan Tingkah Laku

No	Perilaku yang Ditargetkan	Intensitas Sebelum Proses Konseling	Intensitas Sesudah Proses Konseling	Perubahan Tingkah Laku
1.	Bertambah tekun dan giat dalam belajar	Jarang	Sering	Berubah
2.	Bertambahnya intensitas bimbingan belajar dengan kakak kelas.	Jarang	Sering	Berubah
3.	Berusaha fokus memahami materi pelajaran meskipun sulit	Jarang	Sering	Berubah
4.	Menaati peraturan berbahasa Arab dimanapun dan kapanpun	Tidak Pernah	Jarang	Tidak Berubah
5.	Memperhatikan semua mata pelajaran	Jarang	Sering	Berubah

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Berdasarkan tabel evaluasi perubahan tingkah laku di atas, maka dapat diambil kesimpulan bahwasanya strategi *self management* yang dirancang sebelumnya belum berhasil secara kesuluruhan. Terdapat perilaku yang ditarget belum tercapai, yakni menaati peraturan berbahasa Arab dimanapun dan kapanpun.

Oleh karena ada satu target perilaku yang belum tercapai, maka konselor mengembalikan kembali kepada konseli apakah ingin ditambah strategi lain dalam *self management.* Konseli menolak untuk menambah strategi lain karena menurutnya strategi yang dijalaninya saat ini cukup membuatnya menikmati proses belajarnya.

7) Tahap *Reinforcement*

Setelah semua tahapan sebelumnya dilalui, konselor mengajak konseli untuk menelaah kembali proses *self management* yang dilakukannya sebelumnya. 4 dari 5 perilaku yang ditargetkan telah berhasil dicapai oleh konseli. Selanjutnya konseli menanyakan kesanggupan konseli untuk meneruskan program ini atau tidak, karena semuanya akan dikendalikan sendiri oleh konseli.

Konseli memutuskan untuk melanjutkan program tersebut karena sudah sesuai dengan kegiatan sehari-harinya. Jadi konselor memberikan arahan bahwa jika program akan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dilanjutkan maka harus dilakukan *reinforcement* oleh diri sendiri pada setiap perubahan perilaku. Konseli pun setuju untuk melajutkannya mendengar penjelasan tentang reinforcement dari konselor. Sedangkan reinforcement satu target perilaku yang belum dicapai tersebut membuat konseli memberikan hukuman pada dirinya sendiri, berupa membaca berulang-ulang 3 bab *amtsilah at tashrif* selama satu jam.

e. Evaluasi dan Follow Up

Adapun evaluasi dalam proses konseling dilakukan bersamaan dengan evaluasi program *self management* yang telah dilakukan oleh konseli. Evaluasi perubahan tingkah laku tersebut berdasatkan dengan tingkat intensitas perilaku yang ditargetkan sebelum dan sesudah intervensi.

Sedangkan follow up yang dilakukan oleh konseli adalah pada tahap *reinforcement* oleh diri sendiri. Konseli menyadari bahwasanya masih terdapat satu target perilaku yang belum tercapai, oleh karenanya ia memberikan reinforcemet pada dirinya berupa membaca tiga bab *amtsilah at tashrif* selama satu jam.

2. Deskripsi Hasil Pelaksanaan Konseling Islam dengan Teknik *Self Management* untuk Mengatasi Rendahnya Motivasi Belajar

Setelah melalui serangkaian proses konseling, dari identifikasi masalah sampai pelaksanaan treatment, konselor menghimpun data

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

tentang kondisi konseli pasca konseling diberikan. Berdasarkan *behavior checklist* yang digunakan konselor dalam mengamati perubahan perilaku, terdapat perubahan beberapa perubahan perilaku yang ditargetkan konseli, dan ada yang belum berubah.

Behavior checklist merupakan metode dalam observasi yang mampu memberikan keterangan mengenai muncul atau tidaknya suatu perilaku yang diobservasi yang mampu memberikan keterangan muncul atau tidaknya suatu perilaku yang diobservasi dengan memberikan tanda cek (√) jika perilaku yang diobservasi muncul.

Behavior checklist yang kami buat berdasarkan dengan apa yang dituliskan konseli mengenai perilaku bermasalahnya yang menghambat proses belajarnya pada tahap pemantauan diri.

Tabel 3.8 Perubahan Perilaku Sebelum dan Sesudah Proses Konseling

No	**Perilaku Bermasalah**	**Sebelum Konseling**				**Sesudah Konseling**			
		SS	**S**	**J**	**TP**	**SS**	**S**	**J**	**TP**
1.	Ketekunan belajarnya semakin menurun.		√					√	
2.	Berkurangnya intensitas bimbingan belajar dengan kakak kelas.	√						√	
3.	Menunda belajar ketika pelajaran yang sedang dipelajari sulit dipahami.	√						√	
4.	Sering melanggar peraturan berbahasa Arab ketika tidak ada yang mengawasinya.		√				√		
5.	Acuh tak acuh dengan		√					√	

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

	beberapa pelajaran yang berkaian dengan bahasa Arab.								

Pertama, ketekunan belajar semakin menurun. Pada awal masuk Program Keagamaan konseli terlihat rajin dan tekun belajar, namun karena ia merasa sulit memahami pelajaran dan kegiatan yang tidak dapat ia atur, ketekunan belajarnya semakin menurun. Kemudian setalah proses menjalani proses konseling, konseli merasa harus belajar lebih giat lagi agar tetap bertahan di Program Keagamaan dan bisa membanggakan orangtuanya.

Kedua, berkurangnya intensitas bimbingan belajar dengan kakak kelas. Pada dasarnya konseli selalu meminta bimbingan belajar kepada kakak kelas, namun seiring waktu ia semakin malas melakukannya dan intensitasnya berkurang. Namun setelah melaksanakan proses konseling, konseli belajar kembali dengan kakak kelas dan memiliki jadwal tetap meskipun hanya seminggu sekali.

Ketiga menunda belajar ketika pelajaran yang sedang dipelajari sulit dipahami. Sebelum proses konseling, konseli sering menyerah untuk lanjut belajar ketika materinya tidak dipahami olehnya, terkadang tiba-tiba lelah dan mengantuk yang akhirnya ditunda keesokan harinya dan setelahnya. Sedangkan setelah proses konseling, ia sudah jarang menunda belajar karena ia telah jadwal belajar setiap sendirinya.

Keempat, melanggar peraturan berbahasa Arab ketika tidak ada yang mengawasinya. Sebelum proses konseling, konseli sering sekali

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

melakukan hal tersebut. Akan tetapi, setelah proses konseling ini, konseli mengaku masih sering melanggar peraturan berbahasa Arab karena menurutnya ia sering keceplosan dan tidak tahu kata bahasa arabnya.

Kelima, acuh tak acuh dengan beberapa pelajaran yang berkaitan dengan bahasa Arab. Sebelum proses konseling, konseli sering sekali mengacuhkan pelajaran bahasa Arab dan pelajaran lain yang berkaitan dengan bahasa Arab dan kitab kuning. Namun pada akhirnya setelah melakukan proses konseling, ia berubah memperhatikan semua pelajaran karena dirasa penting oleh konseli.

Hasil proses konseling ini disadarari oleh konselor belum mencapai pada keberhasilan yang sempurna, karena satu target yang belum tercapai oleh konseli. Maka konseli disini masih membutuhkan pendampingan dari konselor ataupun wali asuh dan teman dekatnya agar tetap bisa melaksanakan strategi *self management* yang telah dirancang sebelumnya. Diharapkan juga peneliti selanjutnya bisa meningkatkan dan menyempurnakan lagi penelitian ini.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB IV

ANALISIS DATA

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik analisis deskriptif komparatif yakni bertujuan untuk membandingkan pelaksanaan konseling di lapangan dengan teori pada umumnya, serta membandingkan kondisi konseli sebelum dan sesudah melaksanakan proses konseling. Setelah data diperoleh dari lapangan dengan cara observasi, wawancara dan dokumentasi seperti yang sudah dipaparkan sebelumnya, peneliti kemudian menganalisis data tersebut dan melihat bagaimana perbandingan kondisi konseli sebelum dan sesudah konseling diberikan.

Berikut ini merupakan analisis data tentang proses pelaksanaan serta hasil akhir pelaksanaan konseling Islam dengan teknik self management untuk mengatasi rendahnya motivasi belajar siswi kelas X Madrasah Aliyah Nurul Jadid Program Keagamaan Paiton Probolinggo.

A. Analisis Proses Pelaksanaan Konseling Islam dengan Teknik Self Management untuk Mengatasi Rendahnya Motivasi Belajar Siswi Kelas X Madrasah Aliyah Nurul Jadid Program Keagamaan Paiton Probolinggo

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan teknik analisis data deskriptif komparatif yang artinya peneliti membandingkan teori dengan data yang ada di lapangan. Langkah-langkah penggalian data yang dilakukan peneliti, dalam hal ini konselor, sudah dipaparkan pada pembahasan sebelumnya. Penyajian data tersebut juga merupakan merupakan tahapan konseling pada umumnya,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

yakni: identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, treatment, evaluasi, dan follow up. Selanjutnya aka dijelaskan perbandingan data perbandingan data lapangan dengan data teori dalam bentuk bentuk tabel sebagaimana berikut:

Tabel 4.1 Perbandingan Teori dan Data Lapangan

No	Data Teori	Data Empiris atau Lapangan
1.	**Identifikasi Masalah** Langkah yan digunakan untuk mengumpulkan data dari berbagai sumber yang berfungsi untuk mengenal kasus lebih dalam (*depth*) serta gejala-gejala yang tampak pada diri konseli	Konselor mengumpulkan data dari berbagai sumber, yakni konseli sendiri, wali asuh, dan teman akrabnya. Metode penggalian data yang digunakan adalah wawancara secara mendalam, observasi, dan dokumentasi. Pada tahap awal ini, konselor mendapatkan identitas konseli serta latar belakang kehidupannya. Konselor juga menggali data sebagai identifikasi masalah berupa masalah-masalah yang sedang dihadapi konseli serta perilaku-perilaku bermasalah yang nampak pada diri konseli. Setelah semua data terkumpul, konselor mengkajinya kembali untuk mendapatkan gambaran tentang masalah yang sedang dihadapi oleh konseli. Setelah semua data terkumpul dan pengkajian data yang mendalam, konselor menemukan beberapa gejala berupa rendahnya motivasi belajar yang, berupa: a. Ketekunan belajarnya semakin menurun. b. Berkurangnya intensitas bimbingan belajar dengan kakak kelas. c. Menunda belajar ketika pelajaran yang sedang dipelajari sulit dipahami. d. Sering melanggar peraturan berbahasa Arab ketika tidak ada yang mengawasinya. e. Acuh tak acuh dengan beberapa

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

		pelajaran yang berkaian dengan bahasa Arab.
2.	**Diagnosis** Menetapkan masalah yang dihadapi konseli beserta latar belakang penyebabnya.	Berdasarkan hasil identifikasi masalah yang dilakukan dengan observasi, wawacara yang mendalam, dan observasi, maka konselor mampu mendiagnosa inti permasalahan yang sedang dihadapi konseli, yakni konseli memiliki motivasi belajar yang rendah. Adapun latar belakang penyebab adanya permasalahan tersebut adalah sebagai berikut: a. Latar belakang pendidikan sebelum masuk Program Keagamaan adalah SMP reguler yang notabene tidak mendalami ilmu agama secara intensif. b. Pernah tidak tertarik dengan ilmu agama dan bahasa Arab. c. Perasaan takutnya akan kesalahan dalam berbahasa Arab baik dalam percakapan biasa dan *public speaking*. d. Belum bisa beradaptasi dengan kegiatan Program Keagamaan yang full. e. Metode belajarnya mungkin tidak sesuai dengan gaya belajar yang dimilikinya.
	Prognosis Menentukan jenis bantuan atau terapi yang sesuai dengan permasalahan.	Berdasarkan hasil diagnosis, konselor kemudian menetapkan jenis bantuan yaitu dengan konseling Islam melalui teknik self management. Konseling Islam bertujuan agar konseli dapat mengembangkan potensi atau fitrah beragama dan berpikirnya dengan sempurna serta konseli sadar akan nilai-nila dan konsep belajar dalam Islam yang layak untuk diterapkan. Selanjutnya konselor juga menentukan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

		teknik self management sebagai upaya pembentukan perilaku positif dan menangani gejala perilaku bermasalah pada konseli. Self management bertujuan agar konseli dapat mengatur dirinya sendiri untuk mencapai tujuan, dalam hal ini hasil belajar yang optimal. Dalam prosesnya juga, konselor akan menganjurkan kiat-kiat belajar dalam literatur kitab akhlak sebagai nilai-nilai dalam konseling Islam.
	Treatment Proses pemberian terhadap konseli berdasarkan prognosis. Pemberian treatment yang akan diberika adalah dengan teknik self management. Berikut adalah langkah-langkah pelaksanaannya: a. Tahap Monitor atau Observasi Diri. Pada tahap ini konseli mengamati tingkah lakunya yang dianggapnya bermasalah beserta frekuensi, intensitas, dan durasi tingkah lakunya. b. Tahap Identifikasi dan Penetapan Target Perilaku Pada tahap ini konseli mengidentifikasi target perilaku yang ingin dicapai atau perilaku yang ingin dirubah beserta *antecedent* (faktor penyebab) dan *consequence* (akibat dari	Pemberian treatment yang telah direncanakan konselor adalah berupa teknik self management atau pengelolaan diri beserta dengan internalisasi kiat-kiat belajar dalam Islam. Konselor melaksanak *treatment* sesuai dengan tahapan yang ada pada teknik self management, yakni: a. Tahap Monitor atau Observasi Diri Pada tahap awal ini, konselor mengajak konseli untuk mengamatai perilaku dengan cara menuliskan perilaku apa saja yang membuat konseli terhambat dalam proses belajarnya selama ini. Konselor mengarahkan format penulisannya berupa bentuk perilaku, penyebab, konsekuensi, dan intensitas perilaku. Maka tercatatlah delapan perilaku yang menurut konseli menghambat proses belajarnya tersebut, yakni: 1) Ketekunan belajarnya semakin menurun. 2) Berkurangnya intensitas bimbingan belajar dengan kakak kelas. 3) Menunda belajar ketika pelajaran yang sedang dipelajari sulit dipahami.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

	perilaku). Kemudian menetapkan target perilaku yang ingin dicapai atau perilaku yang ingin dirubah, sedangkan konselor hanya membantu mengarahkan konseli dalam penentuannya. c. Tahap Penentuan Strategi Setelah menentukan perilaku yang ditargetkan, konseli menentukan strategi apa saja yang sesuai dengan kondisi serta tujuannya. Sedangkan konselor disini hanya mengarahkan cara menentukan strateginya serta bisa mengarahkan strategi yang menurut konselor cocok diterapkan dengan keputusan tetap berada di tangan konseli. d. Tahap Komitmen Diri Pada tahap ini, konseli mengadakan komitmen dengan dirinya yang dibantu oleh konselor untuk melaksanakan program atau strategi yang telah dirancang. e. Tahap Pelaksanaan Strategi Selanjutnya pada tahap ini konseli mulai berlatih dan melaksanakan	4) Sering melanggar peraturan berbahasa Arab ketika tidak ada yang mengawasinya. 5) Acuh tak acuh dengan beberapa pelajaran yang berkaian dengan bahasa Arab. b. Tahap Identifikasi dan Penetapan Target Perilaku Selanjutnya pada tahap ini, konselor untuk mengidentifikasi perilaku yang ditargetkan kemudian menetapkannya. Selanjuntya konselor meminta konseli untuk menuliskan intensitas perilaku yang ditargetkan sampai pada saat sesi konseling tersebut. c. Tahap Penentuan Strategi Selanjutnya, konselor berdiskusi dengan konseli tentang strategi apa saja sesuai untuk mencapai perilaku yang ditargetkan. Setelah didapatkan kombinasi strateginya, konselor meminta persetujuan dan kesanggupan konseli menjalani program ini. Berikut adalah strategi yang akan dilaksanakan oleh konseli: 1) Konseli melakukan refleksi diri atau *self reflection* atas selama ini yang pernah dilakukannya, serta refleksi tentang keinginan dan harapan apa yang ingin dicapai di Program Keagamaan. 2) Konseli menyusun jadwal kegiatan harian yang akan dilaksanakan. 3) Konseli menentukan waktu-waktu bimbingan belajar dengan kakak kelas yang akan dilaksanakan.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

	strategi atau kombinasi strategi yang telah ditentukan. Proses pelaksanaan ini hanya bisa dilakukan oleh konseli secara keseluruhan, sedangkan konselor boleh saja memantau tanpa ikut campur. f. Tahap Evaluasi Diri Setelah selesai melaksanakan programnya, konseli membandingkan hasil catatan tingkah laku awal dengan target tingkah laku yang telah ditargetkan. Perbandingan ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas dan efisiensi program. g. Tahap *Reinforcement* Setelah semua tahapan dilalui dan dianggap berhasil, maka perlu diadakan follow up dalam hal ini menggunakan teknik reinforcement pada diri sendiri. Konseli mengatur dirinya sendiri, memberikan penguatan, menghapus, dan memberikan hukuman pada diri sendiri.	4) Konseli melakukan latihan terus menerus yang diawali dengan ngobrol berbahasa Arab dengan temannya. d. Tahap Komitmen Diri Setelah program atau strategi self management direncanakan, konselor menanyakan kesanggupan konseli untuk melakukan program tersebut dan konseli menyanggupinya. Akhirnya disepakati program tersebut akan dijalankan selama 10 hari, dan akan bertemu kembali. e. Tahap Pelaksanaan Strategi Pada tahap ini konseli melaksanakan program yang telah direncanakan dalam jangka waktu 10 hari. Sedangkan konselor ghanya mengamati dari jauh perkembangan konseli dalam melaksanakan programnya. f. Tahap Evaluasi Diri Pada waktu yang telah disepakati, yakni 10 hari setelah sesi konseling sebelumnya, konselor mendatangi konseli untuk mengetahui perkembangan perilaku konseli. Pada tahap evaluasi ini, konselor meminta konseli untuk membandingkan hasil catatan intensitas perilaku yang ditargetkan sebelum dan sesudah intervensi konseling. Demikian pula dengan intensitas perilaku bermasalah sebelum dan sesudah intervensi konseling. Setelah konseli mengisi tabel intensitas perilaku bermasalah dan perilaku yang ditargetkan, maka muncullah kesimpulan. Program self management yang direncanakan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

		belum berhasil secara keseluruhan. Terdapat satu perilaku yang ditargetkan belum tercapai, yakni selalu menaati peraturan berbahasa Arab. Oleh karena ada satu target perilaku yang belum tercapai, maka konselor menyerahkan kembali kepada konseli apakah ingin ditambah strategi lain dalam self management. Konseli menolak untuk menambah strategi lain karena menurutnya strategi yang dijalaninya saat ini cukup membuatnya menikmati proses belajarnya. g. Tahap Reinforcement Setelah semua tahapan sebelumnya dilalui, konselor mengajak konseli untuk menelaah kembali proses self management yang dilakukan sebelumnya. 4 dari 5 perilaku yang ditargetkan telah berhasil dicapai oleh konseli. Selanjutnya konselor menanyakan kesanggupan konseli untuk meneruskan program ini atau tidak, karena semuanya akan dikendalikan sendiri oleh konseli. Konseli memutuskan untuk melanjutkan program tersebut karena sudah sesuai dengan kegiatan sehari-harinya. Jadi konselor memberikan arahan bahwa jika program akan dilanjutkan maka harus dilakukan *reinforcement* oleh diri sendiri pada setiap perubahan perilaku. Konseli pun setuju untuk melajutkannya mendengar penjelasan tentang reinforcement dari konselor.
	Evaluasi dan Follow Up Meninjau kembali atau	Adapun evaluasi dalam proses konseling dilakukan bersamaan dengan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

	mengetahui sejauh mana keberhasilan treatment yang telah dilaksanakan oleh konselor.	evaluasi program *self management* yang telah dilakukan oleh konseli. Evaluasi perubahan tingkah laku tersebut berdasarkan dengan tingkat intensitas perilaku yang ditargetkan sebelum dan sesuadah intervensi. Sedangkan follow up yang dilakukan oleh konseli adalah pada tahap reinforcement oleh diri sendiri. Konseli menyadari bahwasanya masih terdapat satu target perilaku yang belum tercapai, oleh karenanya ia memberikan *reinforcement* pada dirinya berupa membaca tiga bab *amtsilah at tashrif* secara berulang-ulang selama satu jam.

Berdasarkan data teori dan data lapangan tersebut, maka proses konseling yang dilakukan sudah sesuai dengan langkah-langkah dan tahapan konseling pada umumnya, yang dimulai dari identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, treatment, evaluasi dan *follow up.*

B. Analisis Hasil Pelaksanaan Konseling Islam dengan Teknik Self Management untuk Mengatasi Rendahnya Motivasi Belajar Siswi Kelas X Madrasah Aliyah Nurul Jadid Program Keagamaan Paiton Probolinggo

Untuk mengetahui apakah ada perubahan pada diri konseli setelah proses konseling Islam dengan teknik *self management* dri tahap awal hingga tahap akhir, konselor mencari data informasi mengenai perubahan konseli dengan melakukan pendekatan wawancara dan observasi kepada sumber data primer. Adapun gambaran informasi yang didapatkan konselor mengenai

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kondisi konseli sebelum dan sesudah proses konseling adalah sebagai berikut:

1. Kondisi konseli sebelum proses konseling dilakukan

   Sebelum proses konseling dilaksanakan, konseli pada dasarnya sudah menyadari akan masalah yang dihadapinya yakni kesulitan belajar dan memahami bahasa Arab. Oleh karena itu, konseli meminta bantuan kepada wali asuhnya yang kemudian diarahkan kepada konselor. Pada awalnya konseli sungka karena belum mengenal konselor, hingga akhirnya rasa aman dan percaya terbangun antara konselor dan konseli.

   Beberapa perilaku yang seharusnya dihindari oleh seorang pelajar cukup banyak muncul dalam keseharian konseli. Konseli termasuk siswi yang giat dan tekun dalam belajar, namun hasil belajar dan kemampuan belum bisa menyaingi teman-temannya. Hal tersebut membuat konseli rendah diri ketika berada diantaranya teman-temannya.

   Konseli yang termasuk anak yang ceria dan banyak bicara tiba-tiba menjadi pendiam ketika waktunya wajib berbahasa Arab. Ketekunan belajarnya pun mulai berkurang karena ia sering bertanya-tanya mengapa dirinya gak cepat paham. Selanjutnya juga sering merasa mengantuk dan lelah ketika pelajaran yang ia pelajari sulit dipahami. Konseli juga sering melanggar peraturan berbahasa Arab ketika tidak ada yang mengawasi dan mengacuhkan beberapa pelajaran yang berkaitan dengan bahasa Arab. Perilaku bermasalah tersebut menimbulkan kesulitan belajar bahasa Arab pada konseli.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. Kondisi konseli setelah proses konseling dilakukan

Setelah melaksanakan serangkaian proses konseling, konseli mulai menunjukkan rasa optimis dan percaya diri dalam dirinya. Sedangkan perubahan tingkah laku juga muncul ketika konselor melakukan observasi kembali. Lebih jelasnya berikut ini adalah tabel perubahan perilaku yang bermasalah sebelum dan sesudah konseling.

Tabel 4.2 Perbandingan Intensitas Perilaku Bermasalah

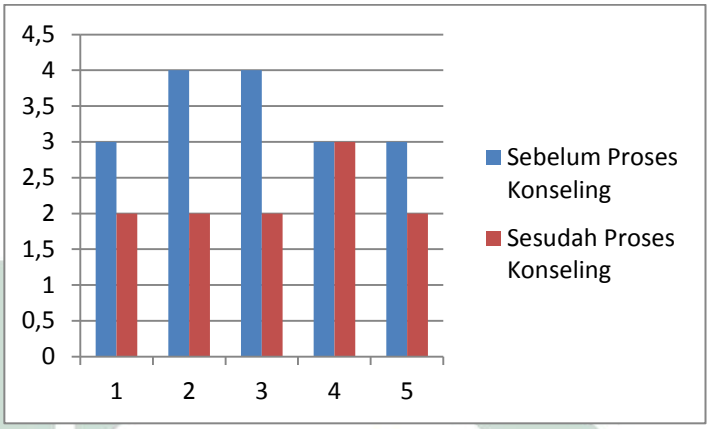
No	Perilaku Bermasalah	Sebelum Konseling				Sesudah Konseling			
		SS	S	J	TP	SS	S	J	TP
1.	Ketekunan belajarnya semakin menurun.		√					√	
2.	Berkurangnya intensitas bimbingan belajar dengan kakak kelas.	√						√	
3.	Menunda belajar ketika pelajaran yang sedang dipelajari sulit dipahami.	√						√	
4.	Sering melanggar peraturan berbahasa Arab ketika tidak ada yang mengawasinya.		√				√		
5.	Acuh tak acuh dengan beberapa pelajaran yang berkaian dengan bahasa Arab.		√					√	

Selanjutnya data tersebut dikuantifikasikan (diubah menjadi bilangan) dengan statistik atau matematika sederhana untuk mempermudah analisis hasil penerapan treatment. Peneliti memberikan skor 4 untuk kategori sangat sering (SS), 3 untuk kategori sering (S), 2

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

untuk kategori jarang (J), dan 1 untuk kategori tidak pernah (TP). Data tersebut kemudian disajikan dalam bentuk grafik sebagaimana berikut:

Grafik 4.1 Perbandingan Intensitas Perilaku Bermasalah



Keterangan:
1-15 : Perilaku Bermasalah
0-3,5 : Intensitas Perilaku Hasil Kuantifikasi

Pada tabel dan juga grafik yang disajikan di atas dapat dilihat bahwasanya ada penurunan intensitas perilaku bermasalah yang yang disebabkan oleh motivasi belajar yang rendah. Arah grafik yang menunjukkan penurunan setelah adanya pemberian treatment bisa diambil kesimpulan bahwasanya konseli sudah bisa meningkatkan motivasi belajarnya dengan menurunnya intensitas perilaku bermasalah. Tabel di atas dibuat oleh peneliti dengan melihat hasil perilaku konseli setelah pelaksanaan treatment pada lembar evaluasi yang diberikan peneliti.

Berdasarkan tabel dan grafik yang telah disajikan, perilaku-perilaku bermasalah konseli yang diakibatkan oleh motivasi belajar yang rendah mengalami penurunan intensitasnya, meskipun terdapat satu perilaku terlihat belum mengalami perubahan. Maka dapat disimpulkan bahwa hasil

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

pelaksanaan konseling Islam dengan teknik *self management* untuk mengatasi rendahnya motivasi belajar dikategorikan cukup berhasil karena perilaku-perilaku bermasalah konseli sudah mengalami penurunan intensitas, serta perilaku target yang dinginkan, 4 dari 5 perilaku, tercapai dengan baik.

Hasil ini tentu belum maksimal, namun tidak menutup kemungkinan program self management yang direncanakan konseli dilaksanakan terus menerus sehingga menghasilkan perilaku yang ditarget dicapai dengan optimal.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarakan hasil penyajian dan analisis data selama proses penelitian, maka diambil kesimpulan bahwa:

1. Proses penerapan konseling Islam dengan teknik *self management* untuk mengatasi rendahnya motivasi belajar siswi kelas X Madrasah Aliyah Nurul Jadid Program Keagamaan Paiton Probolinggo dilaksanakan sesuai dengan tahapan konseling pada umumnya. Peneliti melakukan identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, treatment (terapi), evaluasi, dan follow up.

   Pada tahap identifikasi masalah, peneliti menemukan adanya masalah berupa kesulitan belajar bahasa Arab dengan adanya beberapa gejala serta perilaku bermasalah yang diakibatkan oleh rendahnya motivasi belajar. Selanjutnya pada tahap diagnosis, diketahui ada beberapa faktor penyebab munculnya beberapa gejala dan perilaku bermasalah yang didapatkan dari wawancara, observasi, dan dokumentansi.

   Pada tahap prognosis, peneliti menentukan pemberian bantuan dengan konseling Islam melalui teknik *self management* agar konseli dapat mengembangkan potensinya secara optimal terutama dalam proses belajarnya. Selanjutnya adalah tahap pelaksanaan treatment yang mengikuti prosedur tahapan dari teknik self management.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Melalui teknik ini konseli menyusun rencana program dan rencana sendiri untuk merubah perilaku bermasalah dan mencapai perilaku yang ditargetkan. Setelah pelaksanaan *treatment* selesai, peneliti mengadakan evaluasi terhadap proses konseling dan follow up agar perilaku yang telah dicapai konseli tetap bertahan dan lebih berkembang.

2. Hasil akhir dari pelaksanaan konseling Islam dengan teknik self management untuk mengatasi rendahnya motivasi belajar siswi kelas X Madrasah Aliyah Nurul Jadid Program Keagamaan Paiton Probolinggo dikatakan cukup berhasil. Dikatakan demikian karena berdasar pada pencapaian perilaku yang ditargetkan yakni 4 dari 5 perilaku berhasil ditingkatkan. Perilaku-perilaku bermasalah yang diakibatkan oleh motivasi belajar yang rendah ini juga mengalami penurunan intensitasnya sehingga konseli secara perlahan merasa optimis dalam proses belajarnya.

B. Saran

Dalam penelitian ini, peneliti menyadari masih banyak kekurangan dan jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu peneliti mengharapkan kepada peneliti selanjutnya untuk lebih menyempurnakan hasil penelitian ini dengan sempurna. Adapun saran-saran dari penelitian ini adalah:

1. Konselor atau Terapis

Hendaknya meningkatkan kemampuan dalam pelaksanaan teknik konseling khususnya konseling cognitive behavior yang membutuhkan kreativitas konselor dalam modifikasi perilaku. Hal ini sangat penting supaya konselor lebih percaya diri dalam pemberian *treatment.* Kemudian

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

hendaknya melakukan penelitian dengan waktu yang lebih lama serta persiapan yang lebih matang lagi pada penelitian berikutnya, supaya mendapatkan perubahan yang lebih signifikan.

2. Konseli

Rasa optimisme dan percaya pada diri sendiri memengaruhi proses pembelajaran dan prestasi belajar yang diharapkan. Untuk itu hendaknya konseli meningkatkan rasa optimisme dan percaya diri agar potensi dan prestasi lebih meningkat

3. Pembaca dan sivitas akademika program studi Bimbingan dan Konseling Islam

Menjadi rujukan bagi para konselor dan pembaca yang ingin mengembangkan konseling Islam dengan teknik self management dalam mengatasi kesulitan belajar bahasa Arab dan kesulitan belajar lainnya.

Semoga dapat dimanfaatkan seluas-luasnya untuk kepentingan pengembangan Bimbingan dan Konseling Islam selama mencantumkan nama peneliti jika dikutip dalam karya ilmiah.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR PUSTAKA

Ahmadi, Abu Ahmadi. Jakarta: PT Rineka Cipta. 2013.

Al Baihaqi, Abu Bakar. *Syu'ab Al Iman.* Riyadh: Maktabah *Ar Rusyd li An Nasyr wa At Tauzi'.* 1423 H. Juz 3.

Anzar, Safni Febri. Mardhatillah. "Analisis Kesulitan Belajar Siswa Pada Pembelajaran Bahasa Indonesia Di Kelas V SD Negeri 20 Meulaboh Kabupaten Aceh Barat Tahun Ajaran 2015/2016" *Bina Gogik.* Vol. 4. No. 1. (Maret 2017).

Arief, Meizuvan Khoirul Arief. "Identifikasi Kesulitan Belajar Fisika pada Siswa RSBI : Studi Kasus Di RSMABI se-Kota Semarang". *Unnes Physics Education Jurnal (UPEJ).* Vol. 1. No. 2. (2012).

Aritonang, Keke T. "Minat dan Motivasi dalam Meningkatkan Hasil Belajar Siswa" *Jurnal Pendidikan Penabur.* Vol. 7. No.10. (Juni 2008).

Aswadi. *Iyadah dan Ta'ziyah Perspektif Bimbingan Konseling Islam.* Surabaya: Dakwah Digital Press. 2009.

Atabik, Ahmad. "Konseling Keluarga Islami (Solusi Problematika Kehidupan Berkeluarga)" *Konseling Religi: Jurnal Bimbingan Konseling Islam.*Vol. 4. no. 1. (Juni, 2013).

Az Zarnuji. *Ta'lim al Muta'allim Thariq al Ta'allum.* Beirut: Al Maktab Al Islami. 1401 H.

Bukhori, Baidi. "Dakwah Melalui Bimbingan dan Konseling Islam", *Konseling Religi: Jurnal Bimbingan Konseling Islam.* Vol. 5. No.1. (Juni, 2014).

Bungin, Burhan. *Metodologi Penelitian Sosial; Format-format Kualitatif dan Kuantitatif.* Surabaya: Airlangga University Press. 2010.

Cleopatra, Maria. "Pengaruh Gaya Hidup dan Motivasi Belajar terhadap Prestasi Belajar Matematika" *Jurnal Formatif,* Vol. 2. No. 5. (2015).

Cormier, Sherry. Dkk. *Interviewing and Change Strategies for Helpers: Fundametal Skills and Cognitive Behavioral Interventions.* Canada: Brooks/Cole Cengage Learning. 2009. Edisi ke-6.

Daud, Firdaus. "Pengaruh Kecerdasan Emosional (EQ) dan Motivasi Belajar terhadap Hasil Belajar Biologi Siswa SMA 3 Negeri Kota Palopo" *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran.* Vol. 19. No. 2. (Oktober 2012).

Departemen Agama RI. *Al Qur'an dan Terjemahnya.* Bandung: CV Penerbit Diponegoro. 2010.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Fauziah, Amni. Dkk. "Hubungan antara Motivasi Belajar dengan Minat Belajar Siswa Kelas IV SDN Poris Gaga 05 Kota Tangerang" *Jurnal Pendidikan Sekolah Dasar (JPSD).* Vol. 4. No. 1. (2017).

Hamdu, Ghullam. Dkk. "Pengaruh Motivasi Belajar Siswa terhadap Pestasi Belajar IPA di Sekolah Dasar (Studi Kasus terhadap Siswa Kelas IV SDN Tarumanagara Kecamatan Tawang Kota Tasikmalaya)" *Jurnal Penelitian Pendidikan.* Vol. 12. No. 1. (April 2011).

Hidayat, Nandang Sarip. "Problematika Pembelajaran Bahasa Arab", *Jurnal Pemikiran Islam.* Vol. 37. No. 1. (Januari, 2012).

Idris, Ridwan. "Mengatasi Kesulitan Belajar dengan Pendekatan Psikologi Kognitif" *Lentera Pendidikan.*Vol. 12. No. 2. (Desember 2009).

Ismail. "Diagnosis Kesulitan Belajar Siswa dalam Pembelajaran Aktif di Sekolah" *Jurnal Edukasi.* Vol. 2. No. 1. (Januari 2016).

Jamaris, Martini. *Kesulitan Belajar: Perspektif, Asesmen, dan Penanggulangannya Bagi Anak Usia Dini dan Usia Sekolah.* Bogor: Ghalia Indonesia. 2014.

John W. Creswell. *Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed.* Terjemahan oleh Achmad Fawaid. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. 2015.

Kartika. Juntika Nurihsan "Efektivitas Teknik Manajemen Diri untuk Mengatasi Inferiority Feeling" *Jurnal Penelitian Pendidikan.* Vol. 16. No. 1. (2016).

Khafid, Muhammad. "Faktor–Faktor yang Mempengaruhi Kesulitan Belajar Akuntansi" *Jurnal Pendidikan Ekonomi.* Vol. 2. No. 1. (Februari, 2007).

Kiswoyowati, Amin. "Pengaruh Motivasi Belajar dan Kegiatan Belajar terhadap Kecakapan Hidup Siswa. (Studi Tentang Pembelajaran Berorientasi Kecakapan Hidup di SMK Negeri 1 Losarang Kompetensi Keahlian Agribisnis Tanaman Pangan dan Hortikultura-Budidaya Cabe Hibrida)" *Jurnal Penelitian Pendidikan.* Edisi Khusus. No. 1. (Agustus, 2011).

Komalasari, Gantina. Dkk. *Teori dan Teknik Konseling.* Jakarta: Indeks. 2016.

Latipun. *Psikologi Konseling.* Malang: UMM Press. 2015.

Lubis, Namora Lumongga. *Memahami Dasar-dasar Konseling dalam Teori dan Praktik.* Jakarta: Kencana Prenadamedia Group. 2011.

Mappease, Muh. Yusuf. "Pengaruh Cara dan Motivasi Belajar terhadap Hasil Belajar Programmable Logic Controller Siswa Kelas III Jurusan Listrik

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

SMK Negeri 5 Makassar" *Jurnal MEDTEK.* Vol. 1. No. 2. (Oktober, 2009).

Mierrina, "Bimbingan Konseling Islam bagi Anak Berkebutuhan Khusus: Model Konseling Inklusi", *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam.* Vol. 8. No. 1. (2018)

Nasution, Sahkholid "Metode Konvensional dan Inkonvesional Pembelajaran Bahasa Arab" *Jurnal Ilmiah DIDAKTIKA.* Vol. 12. No. 2 (Februari, 2012).

Nurzaakiyah, Siti. Nandang Budiman, Teknik *Self Management* dalam Mereduksi *Body Dysmorphic Disorder,* (http://file.upi/browse.php?dir=Direktori/FIP/JUR._PSIKOLOGI_PEND_DAN_BIMBINGAN/197102191998021-NANDANG_BUDIMAN/, diakses 20 Juli 2019).

Ovalia, Indra Ovalia. Hartono. "Pengaruh Penggunaan Strategi *Self Management* dalam Konseling Kelompok Terhadap Intensitas Belajar Siswa Kelas X SMK Al Islah Surabaya", *HELPER: Jurnal Bimbingan dan Konseling UNIPA,* (online). Vol. 33. No. 1 (http://jurnal.unipasby.ac.id/index.php/helper/article/view/605/438, diakses 20 Juli 2019).

Prayitno. Erman Amti. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling.* Jakarta: PT Rineka Cipta. 2009.

Retnowulan, Dyah Ayu. Hadi Wasito. "Penerapan Strategi Pengelolaan Diri (*Self Management*) untuk Mengurangi Kenakalan Remaja Korban Broken Home" *Jurnal BK UNESA.* Vol. 3. No. 1. (2013).

Ristiani, Erika. Evi Sapinatul Bahriah. "Analisis Kesulitan Belajar Kimia Siswa di SMAN X Kota Tangerang Selatan" *Jurnal Penelitian dan Pembelajaran IPA(JPPI).* Vol. 2. No. 1. (Juni 2016).

Sobur, Alex. *Psikologi Umum.* Bandung: Pustaka Setia. 2016.

Sugiyono. *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R & D.* Bandung: Alfabeta. 2018.

Suprihatin, Siti. "Upaya Guru dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa" *Jurnal Pendidikan Ekonomi UM Metro*. Vol. 3. No. 1. (2015).

Suwanto, Insan. "Konseling Behavioral dengan Teknik *Self Management* untuk Membantu Kematangan Karir Siswa SMK", *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia (JBKI).* Vol. 1 No. 1. (Maret, 2016).

Syah, Muhibbin. *Psikologi Belajar.* Depok: PT RajaGrafindo Persada. 2017.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Syarif, Izudin "Pengaruh Model Blended Learning Terhadap Motivasi dan Prestasi Belajar Siswa SMK" *Jurnal Pendidikan Vokasi.* Vol. 2. No. 2. (Juni 2012).

Tanjungsari, Retno Dewi Tanjungsari. Dkk. "Diagnosis Kesulitan Belajar Matematika SMP pada Materi Persamaan Garis Lurus", *Unnes Journal of Mathematics Education,* (online). Vol. 1. No. 1 (http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/ujme, diakses 20 Juli 2019)

Uha, Ismail Nawai. *Metode Penelitian Kualitatif.* Jakarta: CV Dwi Putra Pustaka Jaya. 2016.

Ulfa, Dinia. "Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar dengan Layanan Konseling Individual Berbasis *Self Management* pada Siswa Kelas XI di SMK Negeri 1 Pemalang Tahun Pelajaran 2013/2014". Skripsi. Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang. 2014.

Wijayanti, P.I. Mosik. N. Hindarto. "Eksplorasi Kesulitan Belajar Siswa Pada Pokok Bahasan Cahaya dan Upaya Peningkatan Hasil Belajar Melalui Pembelajaran Inkuiri Terbimbing" *Jurnal Pendidikan Fisika Indonesia.* Vol. 6. (Januari, 2015).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id