

**EVEKTIVITAS LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN PENDEKATAN
REALITA UNTUK MENGATASI RENDAHNYA MINAT BELAJAR
SISWA KELAS XI SMK KAUTSAR KARANG PUCUNG
TAHUN PELAJARAN 2020/2021**

Rina Setiyaningsih¹, Irwan Roza², Sri Murni³
¹²³STKIP PGRI Bandar Lampung

¹Rinasetiyaningsih.rs@gmail.com, ²irwanroza@gmail.com,
³srimurni0905@gmail.com

Abstrak: Jenis penelitian dalam penulisan skripsi ini adalah penelitian lapangan berupa penelitian kuantitatif. Teknik pengumpulan data ini menggunakan alat pengumpulan data yaitu observasi, wawancara dan dokumentasi. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh konseling realita terhadap minat belajar siswa kelas XI SMK Kautsar Karang Pucung. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI SMK Kautsar Karang Pucung yang berjumlah 222 siswa. Sampel dalam penelitian ini adalah kelas XI TKR berjumlah 8 orang sebagai kelompok eksperimen dan 8 orang sebagai kelompok kontrol. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling realita dapat meningkatkan minat belajar siswa SMK Kautsar Karang Pucung. Hal ini berdasarkan skor minat belajar kelompok eksperimen yang diberikan layanan konseling realita memperoleh 658 dengan rata-rata 82,25. Sedangkan kelompok kontrol yang tidak diberikan layanan konseling realita memperoleh 450 dengan rata-rata 56,25. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa layanan konseling realita dapat meningkatkan minat belajar siswa kelas XI SMK Kautsar Karang Pucung.

Kata Kunci: Konseling Realita, Konseling Kelompok, Minat Belajar.

Abstract: This type of research in writing this thesis is field research in the form of quantitative research. This data collection technique uses data collection tools, namely observation, interviews and documentation. The purpose of this study was to determine the effect of reality counseling on student interest in learning class XI SMK Kautsar Karang Pucung. The population of this study were all students of class XI SMK Kautsar Karang Pucung, totaling 222 students. The sample in this study was class XI TKR totaling 8 people as the experimental group and 8 people as the control group. The results showed that reality counseling can increase student interest in learning at SMK Kautsar Karang Pucung. This is based on the score of the experimental group's interest in learning which was provided with reality counseling services, it achieved a score of 658 with an average of 82.25. Meanwhile, the control group that was not provided with reality counseling services received 450 with an average of 56.25. Thus it can be concluded that reality counseling services can increase student interest in learning class XI SMK Kautsar Karang Pucung.

Keywords: Reality Counseling, Group Counseling, Learning Interest.

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan keagamaan, pengendalian diri, kecerdasan, serta ketrampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. Perkembangan potensi peserta didik dapat di lihat dari peningkatan prestasi akademik maupun non akademik.

Kemajuan suatu bangsa sangat ditentukan oleh pendidikan, dalam pendidikan intinya adalah pembelajaran, dalam pembelajaran yang dibahas adalah kegiatan belajar. Namun, untuk mencapai tujuan pendidikan nasional tersebut Indonesia masih memiliki banyak persoalan. Banyak orang yang belajar dengan susah payah, tetapi tidak mendapatkan hasil apa-apa hanya kegagalan yang ditemui. Penyebabnya tidak lain karena belajar tidak teratur, tidak disiplin, dan kurang semangat, tidak tahu bagaimana cara berkonsentrasi dalam belajar, mengabaikan masalah pengaturan waktu dalam belajar, kurangnya minat dalam belajar, dan tidak adanya motivasi dalam diri individu tersebut.

Minat adalah sesuatu pemusatan perhatian yang tidak disengaja yang terlahir dengan penuh kemauannya dan yang tergantung dari bakat dan lingkungan. Minat berperan sangat penting dalam kehidupan peserta didik dan mempunyai dampak yang besar terhadap sikap dan perilaku. Siswa yang berminat terhadap kegiatan belajar akan berusaha lebih keras dibandingkan siswa yang kurang berminat dalam belajarnya. Minat sangat besar pengaruhnya terhadap hasil belajar, karena apabila bahan pelajaran yang dipelajari tidak sesuai dengan minat, siswa tidak akan belajar

dengan baik sebab tidak menarik baginya. Siswa akan malas belajar dan tidak akan mendapatkan kepuasan dari pelajaran itu. Bahan pelajaran yang menarik minat siswa, lebih mudah dipelajari sehingga dapat meningkatkan prestasi belajar.

Namun, kenyataannya saat ini peserta didik mengalami minat belajar yang rendah, dikarenakan jenuh dalam belajarnya, karena pergaulan, motivasi belajar yang rendah, kemampuan yang dimiliki peserta didik, kesehatan fisik, fasilitas yang dimiliki, jarang masuk sekolah dan tidak tertarik pada suatu mata pelajaran.

Berdasarkan hasil observasi di SMK Kautsar Karang Pucung terlihat siswa kurang berminat dalam belajar, seperti siswa merasa bosan dan tidak semangat dalam proses pembelajaran, siswa tidak mengerjakan tugas rumah, tidak disiplin waktu, ramai di dalam kelas, tidak mendengarkan penjelasan yang disampaikan oleh guru mata pelajaran, mencontek tugas teman, dan tidak aktif dalam proses pembelajaran.

Permasalahan siswa tersebut perlu mendapatkan bantuan agar siswa dapat memecahkan masalahnya. Kriteria untuk pemecahan masalah siswa yang memiliki minat belajar rendah serta tidak bertanggung jawab dalam belajar Konselor (Guru BK) dapat menggunakan konseling kelompok model konseling realitas.

Pendekatan konseling kelompok model konseling realitas menyatakan keyakinan dasarnya, yaitu bahwa kita semua bertanggung jawab atas pilihan yang kita ambil untuk kemudian kita lakukan dalam hidup ini dan bahwa dalam lingkungan terapeutik yang hangat dan tidak bernada hukuman kita bersedia untuk belajar lebih banyak lagi untuk menentukan pilihan yang lebih efektif, atau cara yang lebih

bertanggung jawab terhadap kehidupan kita ini.

Bertitik tolak dari hal tersebut maka perlu dilakukan penelitian khusus untuk menumbuhkan dan membangkitkan minat belajar siswa, agar proses kegiatan belajar berjalan dengan baik dan dapat mencapai tujuan nasional.

Berdasarkan pemaparan di atas, maka penulis berpandangan bahwa perlu pengkajian mendalam mengenai "Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Realita Untuk Mengatasi Rendahnya Minat Belajar Siswa Kelas XI SMK Kautsar Karang Pucung Pelajaran 2020/2021"

ACUAN TEORI

Evektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Realita Untuk Mengatasi Rendahnya Minat Belajar Siswa Kelas XI SMK Kautsar Karang Pucung Tahun Pelajaran 2020/2021

Konseling realitas dikembangkan oleh Willian Glasser, seorang insinyur kimia sekaligus psikiater pada tahun 1950-an. Teori realita ini lahir karena merasa tidak puas dengan praktik psikiatri yang ada. Karena konsep Glasser ini sederhana dan mudah dipraktikkan maka perkembangannya terjadi sangat cepat dan banyak digunakan oleh para konselor baik untuk menangani kasus individual maupun kelompok di berbagai bidang. Teori realita banyak diterapkan di psikoterapi, konseling, pengajaran, kerja kelompok, konseling perkawinan, pengelolaan Lembaga, dan perkembangan masyarakat.

Dalam Corey (2005:263-265) Teori Realita berlandaskan premis bahwa ada suatu kebutuhan psikologis tunggal yang hadir sepanjang hidup, yaitu kebutuhan akan identitas yang mencakup suatu kebutuhan untuuk

merasakan keunikan, keterpisahan, dan ketersendirian. Kebutuhan akan identitas menyebabkan dinamika-dinamika tingkah laku dipandang sebagai universal pada semua kebudayaan.

Teori ini adalah tidak terpaku pada kejadian-kejadian masa lalu, tetapi mendorong konseli untuk menghadapi realitas. Pendekatan ini lebih menekankan pada perubahan tingkah laku yang lebih bertanggungjawab dengan merencanakan dan melakukan tindakan-tindakan tersebut.

KONSEP DASAR TERAPI REALITA

Ciri yang khas dari pendekatan ini adalah tidak terpaku pada kejadian-kejadian di masa lalu, tetapi lebih mendorong konseli untuk menghadapi realitas atau kenyataan yang ada. Pendekatan ini juga tidak memberi perhatian-perhatian pada motif-motif bawah sadar seperti psikoanalisis. Inti terapi realitas adalah penerimaan tanggung jawab pribadi yang dipersamakan dengan kesehatan mental.

Dalam pendekatan realitas, seorang konselor harus bertindak aktif, direktif, dan didaktik. Konselor juga berperan sebagai guru dan model bagi konseli.

Pendekatan realitas berpatokan pada ide sentral bahwa para individu bertanggung jawab atas tingkah laku mereka masing-masing. Ide inilah mendasari teori konseling yang ditemukan oleh William Glasser yang dikenal dengan istilah 3-R, yaitu:

1) Responsibility (tanggung jawab) Adalah kemampuan individu untuk memenuhi kebutuhan tanpa harus merugikan orang lain.

2) Reality (kenyataan) Adalah kenyataan yang akan menjadi tantangan bagi individu untuk

memenuhi kebutuhannya. Setiap individu harus memahami bahwa ada dunia nyata, di mana mereka harus memenuhi kebutuhan-kebutuhan dalam rangka mengatasi masalahnya. Realita yang dimaksud adalah sesuatu yang tersusun dari kenyataan yang ada dan apa adanya.

3) Right (kebenaran) Merupakan ukuran atau norma-norma yang diterima secara umum, sehingga tingkah laku dapat diperbandingkan. Individu yang melakukan hal ini mampu mengevaluasi diri sendiri bila melakukan sesuatu melalui perbandingan tersebut dan ia merasa nyaman bila mampu bertingkah laku dalam tata cara yang diterima secara umum.

Teori realitas memiliki pandangan tentang manusia yang mencakup pernyataan bahwa suatu "kekuatan pertumbuhan" mendorong kita untuk berusaha mencapai suatu identitas keberhasilan. Sebagaimana dinyatakan oleh Glasser dan Zunin (1973:297), "Kami percaya bahwa masing-masing individu memiliki suatu kekuatan ke arah kesehatan atau pertumbuhan. Pada dasarnya, orang-orang ingin puas hati dan menikmati suatu identitas keberhasilan, menunjukkan tingkah laku yang bertanggung jawab dan memiliki hubungan interpersonal yang penuh makna". Pandangan terapi realitas menyatakan bahwa, karena individu-individu bisa mengubah cara hidup, perasaan, dan tingkah lakunya maka mereka pun bisa mengubah identitasnya. Perubahan identitas bergantung pada perubahan tingkah laku.

Corey menyebutkan bahwa sekurang-kurangnya ada delapan ciri yang menentukan terapi realitas sebagai berikut:

1) Menolak konsep tentang penyakit mental. Ia berasumsi bahwa bentuk-bentuk gangguan tingkah laku yang spesifik adalah akibat dari ketidakbertanggungjawaban.

2) Terapi realitas berfokus pada tingkah laku sekarang alih-alih pada perasaan dan sikap. Meskipun tidak menganggap perasaan dan sikap itu tidak penting, terapi realitas menekankan kesadaran atas tingkah laku sekarang. Tetapi realitas juga tidak bergantung pada pemahaman untuk mengubah sikap-sikap, tetapi menekankan bahwa perubahan sikap mengikuti perubahan tingkah laku.

3) Berfokus pada saat sekarang, bukan kepada masa lampau. Karena masa lalu seseorang itu merupakan takdir yang tidak akan bisa diubah, maka yang bisa dilakukan hanyalah mengubah saat sekarang dan masa yang akan datang. Sehingga yang paling dipentingkan adalah bagaimana konseli dapat memperoleh kesuksesan pada masa yang akan datang.

4) Menekankan pertimbangan-pertimbangan nilai. Terapi realitas menempatkan pokok kepentingannya pada peran klien dalam menilai kualitas tingkah lakunya sendiri dalam menentukan apa yang membantu kegagalan yang dialaminya. Jika para klien menjadi sadar bahwa mereka tidak akan memperoleh apa yang mereka inginkan dan bahwa tingkah laku mereka merusak diri, maka ada kemungkinan yang nyata untuk terjadinya perubahan positif, semata-mata karena menetapkan bahwa alternatif-alternatif bisa lebih baik daripada gaya mereka sekarang yang tidak realitas.

5) Tidak menekankan transferensi. Terapi realitas tidak memandang konsep tradisional tentang transferensi sebagai hal yang penting. Ia

memandang transferensi sebagai suatu cara bagi terapis untuk tetap bersembunyi sebagai pribadi. Terapi ini juga mengimbau agar para terapis menempuh cara beradanya yang sejati, yakni bahwa mereka menjadi diri sendiri, tidak memainkan peran sebagai ayah maupun ibu klien.

6) Menekankan aspek-aspek kesadaran, bukan ketidaksadaran. Terapi ini menekankan kekeliruan yang dilakukan oleh klien, bagaimana tingkah laku klien sekarang hingga dia tidak mendapatkan apa yang diinginkannya. Terapi ini memeriksa kehidupan klien sekarang secara rinci dan berpegang pada asumsi bahwa klien akan menemukan tingkah laku sadar.

7) Menghapus konsep pemberian hukuman. Glasser menganggap bahwa pemberian hukuman untuk kepentingan mengubah tingkah laku yang tidak efektif dalam diri klien hanya akan mengakibatkan menguatnya identitas kegagalan pada klien dan merusak hubungan terapeutik.

8) Menekankan tanggung jawab. Menurut Glasser orang yang bertanggung jawab yaitu orang yang memiliki kemampuan untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhannya sendiri dan melakukannya dengan cara tidak mengurangi atau menghalangi kemampuan orang lain dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhan mereka.

TUJUAN TERAPI REALITA

Secara luas tujuan dari terapi realitas adalah mencapai identitas keberhasilan (*success identity*). Apabila dirumuskan secara jelas maka berikut ini adalah beberapa tujuan terpai realitas, yaitu:

- a. Menjelaskan kepada klien hal-hal yang menghambat terbentuknya keberhasilan identitas.
- b. Membantu klien menetapkan tujuan yang ingin dicapai dalam terapi.
- c. Klien dapat melaksanakan rencana-rencananya secara mandiri tanpa diberi *treatment*.

Tujuan lain terapi realitas menurut Corey (2009) adalah membantu klien mencapai otonomi. Otonomi adalah kematangan yang diperlukan bagi kemampuan seseorang untuk mengganti dukungan lingkungan dengan dukungan internal. Kematangan ini menyiratkan bahwa orang-orang mampu bertanggung jawab atas siapa mereka dan ingin menjadi apa mereka serta mengembangkan rencana-rencana yang bertanggung jawab dan realistis guna mencapai tujuan-tujuan mereka. Terapi realitas membantu orang-orang dalam menentukan dan memperjelas tujuan-tujuan mereka.

FUNGSI DAN PERANAN TERAPIS

Fungsi konselor realitas adalah sebagai guru pembimbing untuk kliennya, dan sebagai role model yang baik. Terapis realitas harus menekankan bahwa yang dicari dalam terapi ini bukanlah hanya semata-mata kebahagiaan saja, tetapi juga mampu menerima tanggung jawab. Oleh karena itu, terapis realitas diharapkan memberikan pujian saat klien bertindak secara bertanggung jawab dan menunjukkan ketidaksetujuannya saat klien bertindak tidak tanggung jawab.

Peran terapis realitas yang lainnya dapat dijelaskan sebagai berikut:

- 1) Melibatkan diri dengan klien dan kemudian membuatnya menghadapi kenyataan.

2) Memasang batas-batas terapeutik (berkaitan dengan terapi).

3) Terapis realitas harus aktif, mendidik, membimbing, mendorong dan menantang klien untuk dapat bertanggung jawab pada tingkah lakunya. Dan membuat klien dapat menilai tingkah lakunya secara realistis.

TEKNIK KONSELING

Prosedur-prosedurnya difokuskan pada kekuatan dan potensi klien yang berhubungan dengan tingkah lakunya sekarang dan usahanya untuk mencapai keberhasilan dalam hidup. Dalam membantu klien untuk menciptakan identitas keberhasilan, terapi dapat menggunakan beberapa teknik:

- 1) Melibatkan diri dalam permainan peran dengan klien;
- 2) Menggunakan humor;
- 3) Mengonfrontasikan klien dan menolak dalil apapun;
- 4) Membantu klien dalam merumuskan rencana yang spesifik bagi tindakan;
- 5) Bertindak sebagai model dan guru;
- 6) Memasang batas-batas dan menyusun situasi terapi;
- 7) Menggunakan "terapi kejutan verbal" atau sarkasme yang layak untuk mengonfrontasikan klien dengan tingkah laku yang tidak realistis.
- 8) Melibatkan diri dengan klien dalam upayanya mencari kehidupan yang lebih efektif.

TAHAPAN PROSES KONSELING

Untuk mencapai tujuan dalam konseling realitas terdapat delapan prosedur konseling berikut:

- 1) Berfokus pada Personal

Prosedur utama adalah mengkomunikasikan perhatian konselor dan konseli. Perhatian itu ditandai dengan adanya hubungan hangat dan pemahamannya ini merupakan kunci keberhasilan konseling.

- 2) Berfokus pada Perilaku

Konseling realitas berfokus pada perilaku, namun tidak pada perasaan dan sikap. Hal ini menurut Glasser karena perilaku dapat diubah dan dapat dengan mudah dikendalikan jika dibandingkan dengan perasaan atau sikap.

- 3) Berfokus pada Saat Ini

Konseling realitas memandang tidak perlu melihat masa lalu konseli. Masa lalu tidak dapat diubah dan membuat konseli tidak bertanggung jawab terhadap keadaannya.

- 4) Pertimbangan Nilai

Konseling realitas menganggap pentingnya melakukan pertimbangan nilai. Konseli perlu menilai kualitas perilakunya sendiri apakah perilakunya itu bertanggung jawab, rasional, realistis dan benar, atau justru sebaliknya.

- 5) Pentingnya Perencanaan

Kesadaran konseli tentang perilakunya yang tidak bertanggung jawab harus dilanjutkan dengan perencanaan untuk mengubahnya menjadi perilaku yang bertanggung jawab. Konseling realitas beranggapan bahwa konseling harus mampu menyusun rencana-rencana yang realistis sehingga tingkah lainnya menjadi lebih baik, dan menjadi orang yang memiliki identitas keberhasilan.

- 6) Komitmen

Perencanaan saja tidak cukup. Perencanaan tidak akan mampu

mengubah keadaan perilaku yang tidak bertanggung jawab. Konseli harus memiliki komitmen atau keterikatan untuk melaksanakan rencana itu. Komitmen ditunjukkan dengan kesediaan konseli, sekaligus secara riil melaksanakan apa yang direncanakan. Konselor terus meyakinkan konseli bahwa kepuasan atau kebahagiaannya sangat ditentukan oleh komitmen pelaksanaan rencana-rencananya.

7) Tidak Menerima Dalih

Meskipun rencana-rencana telah disusun konseli, namun tidak menutup kemungkinan bahwa konseli kesulitan menunaikannya dengan berbagai bentuk alasan yang kompleks. Dalam hal ini, sikap yang tepat bagi konselor dalam menyikapinya ialah tetap pada komitmen yang telah ia tetapkan sendiri dengan cara menghindari penerimaan dalih atau alasan yang dikemukakan konseli.

8) Menghilangkan Hukuman

Hukuman harus ditiadakan. Konseling realitas tidak memperlakukan hukuman sebagai teknik perubahan perilaku. Hukuman yang biasanya dilakukan dengan kata-kata yang mencela dan menyakitkan harus ditiadakan, setidaknya dalam hubungan konseling berlangsung. Glasser menganjurkan agar konseli tidak dihukum dalam bentuk apapun dan dibiarkan belajar mendapatkan konsekuensi secara wajar dari perilakunya sendiri.

Keseluruhan tahapan ini dilakukan secara maksimal agar keterampilan-keterampilan yang didapatkan siswa dapat efektif mengubah perilaku mereka sehingga kedisiplinan belajar mereka dapat meningkat.

PENGERTIAN MINAT BELAJAR

Definisi minat adalah suatu rasa suka dan rasa ketertarikan pada suatu hal atau aktivitas, tanpa ada yang menyuruh dan cenderung untuk memberikan perhatian yang lebih besar terhadap hal atau aktivitas tersebut (Slameto, 2010:180). Menurut Agus Sujanto (2004:92) minat sebagai suatu pemusatan perhatian yang tidak disengaja terlahir dengan penuh kemauannya dan tergantung dari bakat serta lingkungannya. Berdasarkan pengertian dari beberapa ahli di atas, minat belajar dapat didefinisikan sebagai ketertarikan dari diri siswa dalam PBM sebagai wujud kemauan untuk melaksanakan suatu kegiatan belajar dengan ciri timbulnya perasaan senang, perhatian, dan aktivitas dalam melaksanakan kegiatan tersebut.

Menurut Djoko Restyo Putra (2011:21), minat yang kuat akan menimbulkan usaha yang gigih serius dan tidak mudah putus asa dalam menghadapi tantangan. Jika seseorang siswa memiliki rasa ingin belajar, ia akan cepat dapat mengerti dan mengingatnya. Fungsi minat bagi kehidupan anak, salah satunya yaitu minat sebagai pendorong tenaga yang kuat serta prestasi selalu dipengaruhi oleh jenis dan intensitas minatnya;

Menurut Abu Ahmadi dan Supriyono (2004:83), tidak adanya minat seseorang terhadap suatu pelajaran akan menimbulkan kesulitan belajar. Belajar dengan minat akan mendorong siswa belajar lebih baik daripada belajar tanpa minat. Namun demikian, minat tanpa adanya usaha yang baik maka belajar juga sulit untuk berhasil. (Oemar Hamalik, 2010:33).

Dari beberapa pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa minat adalah ketertarikan pada sesuatu yang relatif tetap untuk lebih memperhatikan dan mengingat secara terus-menerus yang diikuti rasa senang untuk memperoleh

suatu kepuasan dalam mencapai tujuan pembelajaran.

Menurut Slameto (2015: 2) menjelaskan bahwa belajar adalah suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungan.

Skinner (1958) memberikan definisi belajar sebagai *"a process of progressive behavior adaption"*. Jadi belajar merupakan suatu proses adaptasi (penyesuaian) perilaku yang bersifat progresif.

Menurut James. O. Whittaker merumuskan belajar sebagai proses dimana tingkah laku ditimbulkan atau diubah melalui latihan atau pengalaman.

Dari beberapa pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa belajar adalah serangkaian kegiatan untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku sebagai hasil dari pengalaman individu dalam interaksi dengan lingkungannya yang menyangkut kognitif, afektif dan psikomotor.

Sedangkan yang penulis maksudkan dengan minat belajar di sini adalah suatu kemampuan umum yang dimiliki siswa untuk mencapai hasil belajar yang optimal yang dapat ditunjukkan dengan kegiatan belajar.

FUNGSI MINAT DALAM BELAJAR

Minat atau keinginan dan kemauan sangat mempengaruhi kualitas pencapaian hasil belajar siswa yang menaruh minat besar terhadap suatu pelajaran akan memusatkan perhatiannya lebih banyak pada siswa lainnya. Kemudian, karena pemusatan perhatian yang intensif terhadap materi itulah yang memungkinkan siswa tadi untuk giat belajar dan

akhirnya mencapai prestasi yang diinginkan.

Fungsi minat kaitannya dalam pelaksanaan belajar, yaitu:

1. Minat melahirkan perhatian serta merta

Perhatian yang serta merta terjadi secara spontan, bersifat wajar mudah bertahan dan tumbuh tanpa pemaksaan daya kemampuan dalam diri seseorang.

2. Minat memudahkan tercapainya konsentrasi

Minat memudahkan tercapainya konsentrasi dalam pikiran seorang siswa yaitu pemusatan pikiran terhadap suatu pelajaran juga sulit dikembangkan dan dipertahankan.

3. Minat mencegah gangguan dari luar Seorang siswa akan mudah terganggu perhatiannya dan sering mengalihkan perhatiannya ke suatu hal yang lain kalau minat studinya rendah.

4. Minat memperkuat melekatnya bahan pelajaran dalam ingatan

Pengingatan seorang siswa itu hanya akan terlaksana kalau siswa berminat terhadap pelajarannya.

5. Minat memperkecil kebosanan studi dalam diri sendiri

Kejenuhan melakukan sesuatu hal biasanya lebih banyak berasal dari dalam diri sendiri dibandingkan dari luar dirinya. Oleh karena itu, salah satu cara agar kebosanan itu bisa dihapus yaitu dengan jalan menumbuhkan minat studi dan kemudian meningkatkan minat itu.

CIRI-CIRI SISWA BERMINAT DALAM BELAJAR

Menurut Slameto (2015: 58) siswa yang berminat dalam belajar mempunyai ciri-ciri sebagai berikut: Mempunyai kecenderungan yang tetap untuk memperhatikan dan mengenang sesuatu yang dipelajari secara terus menerus, ada rasa suka dan senang pada sesuatu yang diminati, memperoleh suatu kebanggaan dan

kepuasan pada sesuatu yang diminati, ada rasa keterikatan pada sesuatu aktivitas-aktivitas yang diminati, lebih menyukai suatu hal yang menjadi minatnya dari pada yang lainnya, serta dimanifestasikan melalui partisipasi pada aktivitas dan kegiatan.

FAKTOR YANG MEMPENGARUHI MINAT BELAJAR

Secara global faktor-faktor yang mempengaruhi belajar siswa dapat kita bedakan menjadi tiga macam, yaitu: 1) Faktor internal (faktor dari dalam diri), yakni keadaan atau kondisi jasmani dan rohani siswa. 2) Faktor eksternal (faktor dari luar diri), yakni kondisi lingkungan sekitar siswa. 3) Faktor pendekatan belajar, yakni jenis upaya belajar siswa yang meliputi strategi dan metode yang digunakan siswa untuk melakukan kegiatan pembelajaran materi pelajaran-pelajaran.

Minat merupakan faktor yang termasuk aspek psikologis yang dapat mempengaruhi kuantitas dan kualitas perolehan pembelajaran siswa. Minat dipengaruhi faktor-faktor dalam diri siswa antara lain: pemusatan perhatian, keingintahuan, motivasi, dan kebutuhan.

Pendapat lain menjelaskan beberapa faktor yang mempengaruhi minat belajar, adalah sebagai berikut:

- 1) Motivasi dan cita-cita. Motivasi merupakan daya pendorong seseorang dalam melakukan kegiatan untuk mencapai hasil yang diharapkan.
- 2) Keluarga. Keluarga merupakan pusat Pendidikan yang pertama dan terutama. Keadaan keluarga serta keadaan rumah juga mempengaruhi minat seorang peserta didik. Suasana keluarga tenang, damai, tentram dan menyenangkan akan mendukung minat siswa dalam belajar dirumah.

- 3) Peranan guru. Guru merupakan agen pembaharuan. Guru sebagai fasilitator pembelajaran, guru menciptakan kondisi yang menggugah dan memberi kemudahan bagi siswa untuk belajar.
- 4) Sarana dan Prasarana. Fasilitas yang tersedia dilingkungan sekolah sangat mendukung minat belajar siswa sebaliknya kurangnya fasilitas yang tersedia membuat siswa kurang berminat belajar.
- 5) Teman pergaulan. Teman pergaulan baik disekolah maupun dilingkungan tempat tinggal juga dapat mempengaruhi minat belajar siswa. Jika teman pergaulan memiliki minat belajar dan motivasi yang tinggi dalam belajar, maka minat teman yang lainnya juga dapat mempengaruhinya.
- 6) Media massa. Berbagai macam media massa seperti: televisi, radio, vidio visual serta media cetak lain seperti buku-buku bacaan, majalah dan surat kabar juga dapat mempengaruhi minat belajar siswa.

Pengertian Konseling kelompok

Pengertian konseling secara etimologi, berasal dari Bahasa latin, yaitu *consilium* (dengan atau bersama), yang dirangkai dengan menerima atau memahami. Dalam Bahasa Anglo Saxon, istilah konseling berasal dari *sellan*, yang berarti menyerahkan atau menyampaikan. Berikut ini beberapa definisi konseling menurut para ahli:

Pauline Harisson (Kumanto, e, 2013: 8) menyatakan bahwa konseling kelompok adalah konseling yang terdiri dari 4-8 konseli yang bertemu dengan 1-2 konselor.

Gazda (Adhiputra, N, 2015: 24) menyatakan bahwa koseling kelompok merupakan suatu sistem layanan bantuan yang amat baik untuk

membantu pengembangan kemampuan pribadi, pencegahan, dan menangani konflik-konflik antarpribadi atau pemecahan masalah.

Natawidjaja, R (Rusmana, N 2009: 29) menyatakan bahwa konseling kelompok diartikan sebagai upaya bantuan kepada individu (beberapa individu), yang bertujuan untuk memberikan kemudahan dalam berbagai aspek perkembangan dan pertumbuhannya. Selain bersifat preventif konseling kelompok juga bersifat penyembuhan.

Nurishan J, A. (2012: 22) menyatakan bahwa konseling kelompok adalah suatu proses antarpribadi yang dinamis terpusat pada pemikiran, serta perilaku yang sadar dan melibatkan fungsi-fungsi terapi seperti sifat permisif, orientasi pada kenyataan, katarsis, saling mempercayai, saling melakukan dengan mesra, saling pengertian, saling menerima, dan saling mendukung. Fungsi-fungsi terapi itu diciptakan dan dikembangkan dalam suatu kelompok kecil melalui cara saling memedulikan di antara para peserta konseling kelompok.

Rusmana, N (2009: 29) menyatakan bahwa konseling kelompok merupakan suatu upaya pemberian bantuan kepada individu (konseli) yang dilakukan dalam suasana kelompok, bersifat pencegahan dan penyembuhan, serta bertujuan untuk memberikan kemudahan dalam berbagai aspek perkembangan dan pertumbuhannya.

Berdasarkan beberapa pendapat mengenai konseling kelompok di atas dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok ialah konseling yang terdiri dari 4-8 konseli, yang bertemu dengan 1-2 konselor dalam suatu kelompok. Hal ini bertujuan untuk memberikan kemudahan dalam berbagai aspek perkembangan dan pertumbuhan yang

bersifat preventif sekaligus penyembuhan

Fungsi Konseling Kelompok

Nurhisana, J (2006: 24) menyatakan bahwa konseling kelompok mempunyai dua fungsi, yaitu layanan yang diarahkan untuk mengatasi persoalan yang dialami individu dan fungsi layanan preventif, yaitu layanan konseling yang diarahkan untuk mencegah terjadinya persoalan pada diri individu.

Sebagaimana disebutkan di atas bahwa konseling kelompok bersifat pencegahan dan penyembuhan. Sifat pencegahan sebagaimana dimaksudkan mengandung arti bahwa individu yang dibantu mempunyai kemampuan normal atau berfungsi secara wajar di masyarakat, namun memiliki beberapa kelemahan dalam kehidupannya sehingga mengganggu kelancaran berkomunikasi dengan orang lain. Sementara itu, konseling yang bersifat penyembuhan mengandung arti membantu individu untuk dapat keluar dari persoalan yang dialaminya dengan cara memberi kesempatan, dorongan, juga pengarahan individu untuk mengubah sikap dan perilakunya agar selaras dengan lingkungannya. Improvisasi penyembuhan di sini bertolak dari hakikat keberadaan konseli yang merupakan subjek dan bukan objek, yang artinya konseli bebas untuk memilih dan membuat suatu keputusan atas apa yang tengah dihadapinya, dengan diberikannya kebebasan kepada konseli. Hal ini juga berarti bahwa konseling kelompok bukan persepsi pada penyembuhan individu yang sakit secara psikologis, namun untuk individu yang normal.

Tujuan dan Manfaat Konseling Kelompok

Tujuan mengacu pada mengapa kelompok mengadakan pertemuan dan apa tujuan serta sasaran yang hendak dicapai. Sebagaimana Brow (2009) mengatakan bahwa ketika pemimpin sepenuhnya memahami tujuan dari kelompok, lebih mudah baginya untuk memutuskan hal-hal seperti ukuran, keanggotaan, panjang sesi, dan jumlah sesi dalam kelompok. Sementara itu, Hulse-Killacky & Donigian, (2001) menyatakan tujuan dari kelompok berfungsi sebagai peta bagi pemimpin. Anggota

Tujuan konseling kelompok pada dasarnya dibedakan menjadi dua, yaitu tujuan teoritis dan tujuan operasional. Tujuan teoritis berkaitan dengan tujuan secara umum dicapai melalui proses konseling, sedangkan tujuan operasional disesuaikan dengan harapan anggota dan masalah yang dihadapi anggota. Tujuan-tujuan tersebut diupayakan melalui proses dalam konseling kelompok. Pemberi dorongan (*supportive*) dan pemahaman melalui redukatif (*insight-reeducative*) sebagai pendekatan yang digunakan konseling.

Asas-Asas Dalam Konseling Kelompok

Dalam layanan konseling kelompok asas yang harus diperhatikan antara lain:

- a) Asas kerahasia, artinya semua data atau kekurangan yang diperoleh dari semua anggota harus dirahasiakan dan tidak boleh diketahui orang lain.
- b) Asas kesukarelaan, artinya agar semua anggota kelompok secara sukarela dan tidak terpaksa dapat mengemukakan permasalahannya, perasaannya secara aktif, dalam

mengentaskan masalah yang muncul dalam kelompok konseling kelompok.

c) Asas keterbukaan, artinya dengan terus terang setiap anggota kelompok dapat mengemukakan permasalahannya tanpa meutup-nutupi.

d) Asas kenormatifan, artinya dalam membantu pengentasan masalah disadari dengan rasa keikhlasan, rasa empati dan rasa tanggung jawab.

Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok

Adapun tahapan-tahapan dalam layanan konseling kelompok sebagai berikut:

a) Tahap Satu: Pembentukan (*The Formation Stage*)

pada tahapan pembentukan diawali dengan pembuatan rencana yang dituangkan dalam bentuk rancangan kerja tertulis, yang memuat tujuan dasar dari kelompok; populasi yang akan dilayani; alasan yang jelas untuk kelompok yaitu kejelasan atas struktur kelompok; cara untukewartakan kelompok; dan merekrut anggota; penyaringan dan seleksi anggota; ukuran dan durasi kelompok; struktur dan format kelompok apakah tertutup atau terbuka, apakah bertolak pada keinginan anggota atau keterpaksaan; tindak lanjut, dan prosedur evaluasi.

b) Tahap Dua: Orientasi dan Eksplorasi

Menemukan sebuah identitas dalam kelompok dan menentukan sejauh mana anggota menjadi anggota kelompok yang aktif merupakan tugas utama pada tahapan ini. Corey (2012: 80-81) mengklasifikasikan dua faktor fondasi kelompok yaitu membangun kepercayaan dan menjaga kepercayaan. Tanpa kepercayaan maka interaksi kelompok akan dangkal, interaksi diri

akan menyempit, tantangan yang konstruktif dari anggota tidak akan terjadi, dan kelompok akan berjalan di bawah hambatan perasaan yang tersembunyi.

c) Tahap Tiga: Transisi

Tahap transisi merupakan tahap ketika terjadinya konflik dalam kelompok. Konflik yang terjadi dalam kelompok tersebut dikarenakan adanya kekhawatiran anggota kelompok dalam memasuki proses konseling. Pada tahap kekacauan ini, anggota pada awalnya khawatir untuk melakukan interaksi dengan anggota lain. Kekhawatiran ini biasanya berkaitan dengan rasa takut akan kehilangan kontrol, salah pengertian, terlihat bodoh, atau ditolak. Beberapa anggota menghindari risiko dengan bersikap diam, sementara beberapa anggota lain yang ingin mendapatkan posisi dalam kelompok bersifat terbuka dan memengaruhi anggota kelompok yang lain. Kegagalan dalam mengatasi kekacauan ini akan berakibat pada terhentinya proses konseling.

d) Tahap Empat: Tahap Kerja (*Cohesion and Productivity*)

Tahap empat ditandai dengan produktivitas yang dibangun di atas karya efektif yang dilakukan pada tahap awal dan tahap transisi. Pada tahap ini, mereka telah menjadi satu kesatuan dalam sebuah kelompok, mereka kurang bergantung pada pemimpin, cenderung mempunyai kebersamaan dan peningkatan eksplorasi diri, dan memfokuskan pada hasil kerja.

e) Tahap Lima: Tahap Lima (*Consolidation and Termination*)

Salah satu keterampilan pemimpin kelompok yang sangat penting, dalam menciptakan sebuah kelompok yang berkembang dan bergerak menuju

tahap akhir adalah kemampuan untuk membantu para anggota mentransfer apa yang telah mereka pelajari dalam kelompok dan membawanya ke lingkungan luar mereka. Setelah itu, anggota menerapkan pelajaran yang didapat dari masing-masing tahapan dalam kehidupannya sehari-hari.

f) Tahap Enam: Evaluasi dan Tindak Lanjut (*Evaluation and Follow Up*)

Sebagaimana tahap pembentukan kelompok dan persiapan, pemimpin merupakan hal yang sangat memengaruhi kemajuan kelompok di setiap tahapannya. Pekerjaan pemimpin setelah kelompok ini berakhir juga sangat penting. Sesi terakhir dari kelompok bukanlah merupakan sinyal bahwa tugas pemimpin berakhir. Selanjutnya, dua hal yang memberikan sumbangan besar kepada keberhasilan kelompok secara tuntas adalah evaluasi dan tindak lanjut (Corey 2012: 114)

Evaluasi merupakan aspek dasar dari setiap pengalaman kelompok dan dapat membuat keuntungan tersendiri baik bagi para anggota maupun pemimpin. Evaluasi bukanlah suatu prosedur yang digunakan sebagai pemutusan hubungan, namun merupakan sebuah proses yang berkelanjutan.

Berg, *et al* (2006: 196) menyatakan bahwa tahap tindak lanjut pada konseling kelompok penting dilakukan, sebagai upaya untuk memberikan kesempatan kepada para anggota dalam menangani isu-isu yang belum selesai dan dapat menerima dukungan dan dorongan dari kelompok.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif, yaitu suatu jenis penelitian ilmiah di mana peneliti memutuskan

apa yang akan diteliti dengan cara mengajukan pertanyaan-pertanyaan yang spesifik atau sempit, mengumpulkan data yang dikuantifikasikan, menganalisis angka-angka tersebut dengan menggunakan statistik dan melakukan penelitian dalam suatu cara yang objektif.

Metode yang digunakan adalah metode eksperimen. Penelitian eksperimen (Experimental Research) adalah suatu penelitian yang berusaha mencari pengaruh variabel tertentu terhadap variabel lainnya dalam kondisi yang terkontrol secara ketat. Penelitian eksperimen merupakan metode sistematis untuk membangun hubungan yang mengandung fenomena sebab akibat.

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan desain one group pretest-posttest design. Desain penelitian ini terdapat pretest, sebelum diberi perlakuan. Dengan demikian hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum diberi perlakuan dengan sesudah diberi perlakuan.

PEMBAHASAN

Pelaksanaan penelitian yang dilakukan oleh penulis berjalan dengan lancar sesuai yang diharapkan. Berdasarkan hasil analisis data minat belajar siswa sebelum diberikan layanan konseling kelompok realita didapatkan hasil rata-rata minat belajar siswa yaitu 56,25. Dari 8 siswa yang diteliti terdapat 7 siswa berada pada kategori rendah atau kurang memiliki minat belajar dan 1 siswa berada dalam kategori sangat rendah atau sangat kurang memiliki minat belajar.

Dari data hasil jawaban siswa dalam angket minat belajar menyatakan

bahwa siswa rata-rata kurang berminat mendengarkan penjelasan guru didalam kelas saat belajar, cukup berminat hadir setiap jam pelajaran, sangat sering tidak bertanya kepada guru apabila ada yang tidak jelas, kurang berminat menyerahkan tugas tepat waktu, kurang berminat menyelesaikan pekerjaan rumah di rumah, memiliki minat yang sangat rendah untuk mengulang pelajaran di rumah, cukup berani untuk bertanya kepada guru jika ditunjuk, kurang berminat mengikuti setiap pelajaran, kurang berminat mencatat pelajaran dengan rapi, kurang semangat mempelajari hal baru, tidak memanfaatkan waktu untuk belajar ketika ada waktu luang, tidak tertarik mengerjakan soal rumit, tidak aktif memberikan tanggapan dalam kegiatan belajar mengajar dikelas, ketika ada guru yang berhalangan masuk siswa tidak mengulang materi sebelumnya dikelas, ketika guru sedang menjelaskan siswa sering mengobrol dengan teman, ketika guru sedang menulis dipapan tulis siswa sering bermain handphone, siswa sering terlambat masuk jan pelajaran, tidak memiliki waktu belajar khusus dirumah, tidak menyukai materi pelajaran, cukup berusaha memecahkan ketika ada soal rumit bersama teman.

Berdasarkan hasil analisis data minat belajar siswa sesudah diberikan layana konseling kelompok realita didapatkan hasil rata-rata minat belajar siswa meningkat yaitu sebesar 82,25. Dari 8 siswa yang diteliti terdapat 5 orang dalam kategori cukup memiliki minat belajar dan 3 siswa dalam kategori memiliki minat belajar tinggi. Dengan demikian perbedaan selisih hasil yang dicapai siswa menunjukkan bahwa pelaksanaan konseling kelompok realita dapat meningkatkan minat

belajar siswa kelas XI SMK Kautsar Karang Pucung Tahun Pelajaran 2020/2021.

Berdasarkan hasil perhitungan dengan menggunakan rumus Chi kuadrat diperoleh $t_{hit} = 3$ dan untuk taraf signifikan 5% diperoleh 7,81 dan taraf signifikan 1% 11,3 dengan demikian terlihat $\chi^2_{hit} \leq \chi^2_{daf}$, sehingga H_0 diterima yang berarti sampel berdistribusi normal. Berdasarkan hasil perhitungan uji homogenitas varians diperoleh $F_{hit} = 1,11$ $F_{daf} = 3,79$ untuk taraf signifikan 5% dan untuk taraf signifikan 1% $F_{hit} = 1,11 < F_{daf} = 6,99$, sehingga H_0 diterima, berarti sampel mempunyai varians yang homogen. Sedangkan hasil pengujian hipotesisnya dengan menggunakan taraf signifikan 5% diperoleh $t_{hit} = 7,49 > t_{daf} = 2,145$ dan untuk taraf signifikan 1% diperoleh $t_{hit} = 7,49 > t_{daf} = 2,977$ maka terima H_a yang berarti "Ada pengaruh dari penerapan teknik konseling kelompok realita dalam meningkatkan minat belajar siswa kelas XI SMK Kautsar Karang Pucung Tahun Pelajaran 2020/2021".

Perubahan signifikan minat belajar yang dialami siswa membuktikan bahwa konseling kelompok realita dapat digunakan untuk menyelesaikan permasalahan belajar siswa dalam hal ini focus penelitian adalah masalah kurangnya minat belajar siswa.

Berdasarkan analisis data dan uji hipotesis, penulis memperoleh hasil bahwa hipotesis (H_0) ditolak dan hipotesis alternative (H_a) diterima, ini menunjukkan bahwa nilai siswa sesudah diterapkan Teknik konseling realita lebih tinggi dibandingkan dengan sebelum diterapkan Teknik konseling realita pada siswa kelas XI SMK Kautsar Karang Pucung Lampung selatan Tahun Pelajaran 2020/2021.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa penerapan teknik konseling realita efektif atau dapat meningkatkan minat belajar siswa dari pada sebelum diterapkannya teknik konseling realita.

KESIMPULAN DAN SARAN

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh sebagaimana tercantum pada bagian laporan hasil penelitian sebelumnya maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Berdasarkan hasil yang diperoleh dalam penelitian ini menunjukkan bahwa minat belajar siswa sebelum diterapkan teknik konseling realita lebih rendah dibanding sesudah diterapkan konseling realita.
2. Minat belajar siswa SMK Kautsar Karang Pucung sebelum diberikan layanan konseling kelompok model konseling realitas berada pada kategori siswa kurang memiliki minat belajar. Hasil minat belajar didapatkan bahwa sebanyak 7 orang siswa berada dalam kategori rendah atau kurang memiliki minat belajar (87,5%) dan 1 orang siswa berada dalam kategori sangat rendah atau sangat kurang memiliki minat belajar (12,5%).
3. Minat belajar siswa SMK kautsar Karang pucung sesudah diberikan layanan konseling kelompok model konseling realitas berada pada kategori siswa cukup memiliki minat belajar. Hasil minat belajar didapatkan bahwa sebanyak 3 orang siswa berada dalam kategori tinggi (37,5%) dan 5 orang siswa berada dalam kategori sedang atau cukup memiliki minat belajar (62,5%).
4. Minat belajar siswa dapat ditingkatkan melalui teknik konseling realita. Hal ini terbukti dari hasil analisis data observasi

pre-test dan post-test, kelas eksperimen (82,25) \geq kelas kontrol (56,25). Maka H_0 diterima, jadi dapat disimpulkan bahwa teknik konseling realita efektif dalam meningkatkan minat belajar siswa kelas XI SMK kautsar Karang Pucung Tahun Pelajaran 2020/2021.

Saran

Setelah penulis menyelesaikan penelitian, membahas dan mengambil simpulan, maka dengan ini penulis mengajukan saran sebagai berikut:

1. Kepada Guru BK

Pada dasarnya minat belajar siswa dapat ditingkatkan dengan motivasi dan membangun komitmen dalam diri siswa untuk bertanggungjawab dalam belajar. Berdasarkan temuan menunjukkan adanya peningkatan minat belajar siswa sebelum dan sesudah diberikan konseling. Maka diharapkan guru BK mampu menindaklanjuti hasil penelitian ini dengan memberikan layanan konseling kelompok model konseling realitas secara intensif untuk membantu meningkatkan minat belajar siswa yang masih rendah.

2. Kepada Pihak Sekolah

Sekolah merupakan lingkungan tempat belajar dan pembentukan karakter siswa, maka setiap sekolah hendaknya menyertakan layanan bimbingan konseling untuk menangani masalah belajar siswa khususnya layanan konseling kelompok model konseling realitas untuk meningkatkan minat belajar siswa dengan memberikan kesadaran tanggung jawab siswa dalam belajar melalui layanan tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. 2010. *Prosedur penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. (Edisi Revisi). Jakarta: Rineka Cipta.
- Corey. 2005. *Teori dan Praktik Konseling & Psikoterapi*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Jessy Tanod, M. 2020. *Assesmen Psikologi Non Tes*. Yogyakarta: CV. Pustaka Ilmu Group Yogyakarta.
- Naeklan Simbolon. 2014. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Minat Belajar Peserta Didik, *Elementary School Journal Vol 1 No.2*.
- Namora Lumongga Lubis. 2011. *Memahami Dasar-Dasar Konseling*. Jakarta: Kencana.
- Rasimin. 2019. *Bimbingan dan Konseling Kelompok*. Jakarta. Bumi Aksara.
- Setiawan, Andi. 2018. *Pendekatan-pendekatan Konseling (Teori Dan Aplikasi)*. Yogyakarta. CV Budi Utama.
- Slameto. 2015. *Belajar Dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- STKIP PGRI. (2015). *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah*. Bandar Lampung: STKIP PGRI Bandar Lampung.
- Sudjana. (2005). *Metode Statistika*. Bandung: PT. Tarsito.
- Syah, Muhibbin. 2015. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rajawali Ekspres.
- Wahab, Rohmalina. *Psikologi Belajar*. Depok. Rajawali Pers. 2015.
- Zaisula, Iin. (2019). Efektivitas Konseling Sebaya Dengan Teknik *Shaping* Untuk Meningkatkan Komunikasi

Interpersonal Peserta Didik
Kelas VIII. Bandar Lampung :
STKIP- PGRI Bandar Lampung.

Jurnal

Failasufah. 2016. *"Efektivitas Konseling Kelompok Realita Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa MAN Yogyakarta III"*.

Slamet Rozkin. 2017. *Hubungan Minat Belajar Siswa Dengan Prestasi Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Kimia Di Sma Negeri 1 Tebat Karai Dan Sma Negeri 1 Kabupaten Kepahiang.* Universitas Bengkulu.

Udin Fitri Hidayat. (2018). *"Efektivitas Konseling Kelompok Realita Dengan Teknik Wdep Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas Xi- Administrasi Perkantoran Di Smk Muhammadiyah I Kediri"*. Universitas Nusantara PGRI Kediri.

Internet

Unknow. (2016). *Teori Realita*. [Online] Tersedia:
<http://pembelajaranbimbingandankonseling.blogspot.com/2016/11/teori-realitas.html>