

Kode>NamaRumpun Ilmu: 803 /Bimbingan dan Konseling

LAPORAN
PENELITIAN OPR (OPRASIONAL PENELITIAN RUTIN)



BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK REGULASI DIRI (*SELF REGULATION*) DALAM MENINGKATKAN *LEARNING MOTIVATION* MAHASISWA PRODI BK UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH METRO

TIM PENGUSUL

Ketua Peneliti : Dra. Hj. Nurul Atieka, M.Pd (NIDN. 0212045602)
Anggota 1 : Hadi Pranoto, M.Pd. (NIDN. 0219079101)
Anggota 2 : Retno Fajar Wati, M.Pd. (NIDN. 0210088801)
Anggota 3 : Rio Septora, M.Pd. (NIDN. 0218098502)

Dibiayai Dengan
DIPA UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH METRO
Nomor: 374/III.AU/F/LPPM/2016
Tanggal 21 Desember 2016

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH METRO
TAHUN 2017

HALAMAN PENGESAHAN

Judul Penelitian : BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK REGULASI DIRI (*SELF REGULATION* DALAM MENINGKATKAN *LEARNING MOTIVATION* MAHASISWA PRODI BK UM METRO

Kode/Nama Rumpun Ilmu : 803/Bimbingan dan Konseling

Ketua Peneliti

a. Nama Lengkap : Dra. Hj. Nurul Atieka, M.Pd.

b. NIDN : 0212045602

c. Jabatan Fungsional : Tenaga Pengajar

d. Program Studi : Bimbingan dan Konseling

e. Nomor HP /Surel : 081369494886/n.atieka@gmail.com

Anggota Peneliti (1)

a. Nama Lengkap : HADI PRANOTO, M.Pd.

b. NIDN : 0219079101

c. PerDosenan Tinggi : Universitas Muhamadiyah Metro

Anggota Peneliti (2)

a. Nama Lengkap : RETNO FAJARWATI, M.Pd.

b. NIDN : 0210088801

c. PerDosenan Tinggi : Universitas Muhamadiyah Metro

Anggota Peneliti (3)

a. Nama Lengkap : RIO SEPTORA, M.Pd.

b. NIDN : 0218098502

c. PerDosenan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Metro

Lama penelitian keseluruhan : 1 Tahun

Penelitian tahun ke : 1

Biaya Penelitian keseluruhan : Rp. 3.650.000,00

Biaya Penelitian : - diusulkan ke DIKTI Rp.0,00
- dana internal PT Rp. 3.650.000,00
- dana institusi lain Rp. 0,00
- *inkid* sebutkan

Mengetujui,
Dekan FKIP



(Drs. PARTONO, M.Pd.)
NIP/NIK 196604131991031003



Kota Metro, 10-05-2017
Ketua Peneliti

(Dra. Hj. Nurul Atieka, M.Pd.)
NIDN. 0219079101



Menyetujui,
Ketua LPPM



(Prof. Dr. H. Juhri AM, M.Pd.)
NIP/NIK 195303071985011001



RINGKASAN

Tujuan Penelitian ini: (1) mengetahui Learning Motivation mahasiswa sebelum diberikan bimbingan kelompok dengan teknik regulasi diri, (2) mengetahui Learning Motivation mahasiswa setelah diberikan bimbingan kelompok dengan teknik regulasi diri, (3) mengetahui efektivitas bimbingan kelompok dengan teknik regulasi diri untuk meningkatkan Learning Motivation Mahasiswa Prodi BK UM Metro UM Metro. Target tujuan jangka panjang setelah penelitian ini adalah menyusun desain atau program dari model bimbingan kelompok dengan teknik regulasi diri dalam meningkatkan *learning motivation* untuk Tingkat Perguruan Tinggi.

Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *Probability Sampling* berupa *Simple Random Sampling*, yaitu pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu. Subjek penelitian adalah Mahasiswa Prodi BK UM Metro tanpa mempertimbangkan kriteria tertentu. Alat ukur yang dipakai adalah skala Learning Motivation (*learning motivation*). Metode penelitian eksperimen *one group pretest post test design*. Hasil layanan Bimbingan Kelompok dengan teknik regulasi diri dapat meningkatkan *learning motivation* mahasiswa prodi BK UM Metro.

Kata kunci: *Learning Motivation, Layanan Bimbingan Kelompok, Teknik Regulasi Diri.*

PRAKATA

Dengan rahmat Allah SWT, penulis berhasil menyelesaikan laporan penelitian “BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK REGULASI DIRI (*SELF REGULATION*) DALAM MENINGKATKAN *LEARNING MOTIVATION* MAHAMAHASISWA PRODI BK UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH METRO” dalam pelaksanaan kegiatan penelitian ini.

Dengan adanya momentum Oprasional Penelitian Rutin (OPR) Universitas Muhammadiyah Metro maka peneliti mencoba untuk berkompetisi dengan harapandapat menambah pengembangan pengetahuan dalam bidang ekonomi dan pendidikan.

Dalam kesempatan ini penulis penulis mengucapkan terimakasih banyak kepada:

1. Prof. Dr. H. Karwono, M.Pd, Rektor Universitas Muhammadiyah Metro yang telah memberikan dukungan.
2. Drs. Partono, M.Pd, Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhmmadiyah Metro.

Akhirnya saya mengucapkan terimakasih banyak yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu pelaksanaan kegiatan penelitian ini yang tidak dapat disebutkan seluruhnya. Semoga bantuan dari semua pihak di atas mendapat balasan sebagai amal di sisi Allah SWT. Peneliti menyadari bahwa laporan akhir ini masih jauh dari sempurna. Oleh sebab itu, kritik dan saran dari para pembaca sangat kami harapkan.

Metro, 10April 2017

Tim Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
RINGKASAN	iii
PRAKATA	iv
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah.....	6
1.3 Tujuan Penelitian	7
1.4 Asumsi dan Keterbatasan Penelitian.....	7
1.5 Target Luaran	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
2.1 Learning Motivation (<i>Learning Motivation</i>)	9
2.2 Layanan Bimbingan Kelompok.....	10
2.3 Regulasi Diri	11
2.4 Penelitian yang Relevan	12
2.5 Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Regulasi diri dalam Meningkatkan <i>Learning Motivation</i>	14
2.6 Peta Rencana Penelitian (<i>Road Map</i>)	15
BAB III TUJUAN DAN MANFAAT PENELITIAN	16
3.1 Tujuan Penelitian	16
3.2 Manfaat Penelitian	16
BAB IV METODE PENELITIAN	18
4.1 Metode Penelitian	18
4.2 Lokasi dan Subjek Penelitian.....	18
4.3 Instrumen Penelitian	19
4.4 Analisis Data.....	20
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN ..	21
5.1 Hasil Penelitian.....	23
5.2 Pembahasan Hasil Penelitian.....	24
5.3 Pelaksanaan Uji Lapangan.....	24
BAB VI RENCANA TAHAP BERIKUTNYA	52
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	53
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Rencana Target Capaian.....	6
Tabel 2. Peta Rencana Penelitian.....	15
Tabel 3. <i>Pre-experimental: one group pretest-posttest design</i>	18
Tabel 4. Skor Skala Learning Motivation (<i>Learning Motivation</i>).....	19
Tabel 5. Kisi-Kisi Skala Learning Motivation.....	19
Tabel 6. <i>Learning Motivation</i> Setiap Aspek.....	22
Tabel 7. Data Hasil Pretest <i>Learning Motivation</i>	23
Tabel 8. Progres Anggota Kelompok Pertemuan Pertama.....	28
Tabel 9. Progres Anggota Kelompok Pertemuan Kedua.....	33
Tabel 10. Progres Anggota Kelompok Pertemuan Ketiga.....	37
Tabel 11. Progres Anggota Kelompok Pertemuan Keempat.....	40
Tabel 12. Progres Sikap Mahasiswa dalam Kegiatan FGD.....	43
Tabel 13. Data Hasil Post Test <i>Learning Motivation</i>	45
Tabel 14. Perolehan Skor Total Pretest dan Posttest <i>Learning Motivation</i>	46
Tabel 15. Skor Pretest dan Posttest Indikator <i>Task Choice</i>	47
Tabel 16. Skor Pretest dan Posttest Indikator <i>Effort</i>	48
Tabel 17. Skor Pretest dan Posttest Indikator <i>Persistence</i>	49

DAFTAR GAMBAR

- Gambar 1. Grafik Skor Total Preetest dan Posttest *Learning Motivation*....46
- Gambar 2. Hasil Perhitungan Independen Sample T-Test...50

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Perjanjian Kontrak OPR Penelitian.....
Lampiran 2. Surat Izin PenelitianLPPM
Lampiran 3. Surat Keterangan Izin Penelitian Dekan FKIP UM Metro.....
Lampiran 4. Daftar Hadir Layanan BKP Teknik Regulasi Diri.....
Lampiran 5. Tabulasi Kehadiran
Lampiran 6. Dokumentasi Kegiatan
Lampiran 7. RPL Bimbingan Kelompok
Lampiran 8. LAISEG Bimbingan Kelompok
Lampiran 9. Uji Validitas.....
Lampiran 10. Kisi-Kisi Skala Sebelum dan Sesudah Uji Coba.....
Lampiran 11. Bukti Submitted Luaran Pada Jurnal

BAB I

PENDAHULUAN

I.1. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa Perguruan Tinggi (PT) pada dasarnya memiliki pengetahuan dan keterampilan yang baik jika mahasiswa tersebut mampu mengembangkan potensi akademiknya. Prestasi adalah hasil dari suatu kegiatan yang telah dikerjakan, diciptakan, baik secara individual maupun kelompok. Motivasi tidak akan pernah dihasilkan tanpa suatu usaha baik berupa pengetahuan maupun berupa keterampilan.

Pada saat belajar akan terjadi penyesuaian dari pengetahuan yang kita miliki dengan pengetahuan baru. Sehingga pada proses belajar ada tahapan cek dan recek, terhadap informasi tersebut apakah pengetahuan yang dimiliki masih relevan atau harus diperbaharui. Schunk dan Zimmerman (2001:37) memperkenalkan konsep "*Self Regulated Learning*". Pada proses belajar yang harus dimiliki oleh seorang mahasiswa yang dapat diasumsikan termasuk kategori '*self-regulated*' adalah mahasiswa yang aktif dalam proses belajarnya, baik secara metakognitif, motivasi, maupun perilaku. Mereka menghasilkan gagasan, perasaan dan tindakan untuk mencapai tujuan belajarnya.

Secara metakognitif mereka dapat memiliki motivasi tertentu yang efektif dalam memproses informasi. Sedangkan motivasi berbicara tentang semangat belajar yang sifatnya internal. Adapun perilaku, yang ditampilkan adalah dalam bentuk tindakan nyata dalam belajar. Pada proses belajar tersebut ada pula proses monitoring terhadap keefektifan motivasi yang telah diterapkan. Kesadaran mahasiswa memilih dan menggunakan Learning Motivation tertentu akan membedakan mahasiswa yang belajar benar dan mahasiswa yang belajar sekedarnya.

Para pendidik sangat menyadari pentingnya motivasi dalam hal belajar, dimana dengan adanya motivasi yang tinggi seorang mahasiswa akan mendapatkan nilai maupun prestasi yang membanggakan, karena mahasiswa merasa bahwa dorongan atau motivasi yang tinggi di dalam dirinya akan mencapai prestasi yang baik. Pengertian motivasi menurut Schunk (2012: 06) "motivasi adalah suatu proses diinisiasikanya dan dipertahankannya aktivitas yang diarahkan pada pencapaian tujuan"., sedangkan menurut Sadirman (2005:90)

Learning Motivation adalah keseluruhan daya penggerak yang ada didalam diri mahasiswa yang menimbulkan kegiatan belajar sehingga tujuan yang dikehendaki oleh subyek belajar dapat tercapai.

Teknik *self regulation* juga dapat dilakukan dengan cara mempertahankan motivasi untuk menyelesaikan tugas belajar. Belajar sendiri untuk mempunyai efisiensi kemampuan untuk menyelesaikan tugas dengan sukses. Selanjutnya dengan menggunakan teknik mengkontrol perhatian dengan memaksimalkan perhatian pada tugas belajar. Belajar sendiri mencoba untuk memfokuskan perhatian mereka pada masalah dan menjelaskan emosi mereka. Teknik aplikasi *self regulation* yaitu menyeleksi dan menggunakan cara yang sesuai untuk belajar. Teknik memonitor diri sendiri adalah dengan melihat secara bertahap untuk melihat cara mencapai tujuan. Teknik Evaluasi diri sendiri yaitu menentukan apa yang telah dilakukan atau dikeluarkan dalam suatu usaha. Belajar sendiri menentukan apa yang telah mereka pelajari dan apakah efektif untuk tujuan mereka. Teknik yang terakhir adalah dengan merefleksi diri dengan menentukan jangkauan di mana Learning Motivation telah sukses dan efisien dan kemungkinan mengidentifikasi untuk keefektifan yang akan datang.

Motivasi jenis kedua adalah motivasi ekstrinsik. Motivasi ini didasarkan kepada insentif atau penghargaan (*reward*). Dalam bidang pendidikan, insentif adalah alat yang diselipkan dalam proses belajar untuk merangsang dan mengarahkan orang belajar. Bentuk motivasi ekstrinsik ini antara lain adalah pujian, marah, ganjaran, hukuman dan persaingan. Dibandingkan dengan motivasi ekstrinsik, motivasi instrinsik lebih kuat dalam mendorong keberhasilan belajar.

Adanya layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan Learning Motivation mahasiswa di kampus yaitu, supaya mahasiswa tersebut dapat mencapai hasil belajar yang maksimal mungkin dan dapat memotivasi untuk mengembangkan minat, bakat, kemampuan, potensi yang dimiliki mahasiswa dan mencapai tujuan sesuai keinginan mahasiswa tersebut.

Sejalan menurut Prayitno dan Amti (2004:164) mendefinisikan layanan bimbingan kelompok sebagai kegiatan pemberian informasi dalam suasana kelompok dan adanya penyusunan rencana untuk pengambilan keputusan yang tepat dengan adanya dinamika kelompok sebagai wahana untuk pencapaian tujuan kegiatan bimbingan dan konseling.

Menurut Rahman (2013: 68) menyatakan bahwa “*self regulation* digunakan untuk menunjuk pada konsep yang lebih umum mengenai perilaku-perilaku yang diarahkan pada pencapaian tujuan baik secara sadar maupun secara tidak sadar”. *Self Regulation* adalah suatu upaya untuk mengendalikan pikiran, perasaan, dan perilaku dalam rangka mencapai suatu tujuan (*the effortful control of thoughts, emotions, and behaviors in the service of a goal*) Hofmann, Friese.& Strack, 2009; Reynolds, Penfold, & Patak, 2008,(dalam Rahman, 2013: 69).

Regulasi diri yang baik cenderung membuat mahasiswa percaya padakemampuannya dan terdorong untuk mencapai prestasi yang maksimal, sehinggaberusaha untuk melakukan tindakan-tindakan yang mengarah pada pencapaian tujuan yang diinginkan. Seseorang yang memiliki regulasi yang baik akan mampumenimbulkan motivasi pada dirinya dalam pencapaian tujuan yang diinginkan, sebaliknya regulasi diri yang kurang, cenderung membuat mahasiswa kurang konsistendalam mencapai tujuan dan keinginan yang ingin dicapai sehingga mahasiswa kurangtermotivasi.

Setiap mahasiswa diharapkan dapat memotivasi dalam menggerakkan dan melaksanakan belajar, karena dengan diberikan Learning Motivation mahasiswa tersebut dapat berupaya untuk menimbulkan tenaga penggerak dalam melakukan semangat belajar. Apabila mahasiswa memiliki sikap Learning Motivation yang tinggi mahasiswa tersebut dapat mencapai hasil belajar yang semaksimal mungkin.

Lebih lanjut (Schunk, 2008: 67) menjelaskan yang menjadi indikator dari Learning Motivation yang baik dari peserta didik, antara lain: (1) *Task Choice* (Pemilihan Tugas), (2) *Effort (Usaha)*,(3) *Persistence*(Ketekunan).

Di kampusPerguruan Tinggiterdapat mahasiswa yang belum bisa menerapkan Learning Motivation adanya faktor internal dan eksternal. Learning Motivation yang internal adalah motivasi yang berasal dari diri sendiri. Seperti motif itu dapat berbentuk pikiran, perasaan atau kondisi yang menyebabkan seseorang berbuat, jika tumbuh dan dibangkitkan oleh yang belajar itu sendiri. Sedangkan Learning Motivation eksternal adalah Learning Motivation yang didasari pujian, ganjaran, hukuman dan persaingan dalam mendorong keberhasilan Learning Motivation.

Menurut Pintrich & Schunk (dalam Elizabeth A. Linnenbrink and Paul R. Pintrich, 2002: 320) Motivasi menjelaskan apa yang membuat orang melakukan sesuatu, membuat mereka tetap melakukannya, dan membantu mereka dalam menyelesaikan tugas-tugas. Hal ini berarti bahwa konsep motivasi digunakan untuk menjelaskan keinginan berperilaku, arah perilaku (pilihan), intensitas perilaku (usaha, berkelanjutan), dan penyelesaian atau prestasi yang sesungguhnya.

Layanan bimbingan kelompok merupakan solusi untuk memotivasi mahasiswa supaya mahasiswa dapat mengembangkan Learning Motivation yang ada di kampus. Mahasiswa memiliki motivasi dorongan dari dalam individu itu sendiri untuk mengembangkan prestasi mahasiswa. Hal ini tidak kalah penting yaitu keberadaan lembaga pendidikan dan bimbingan konseling di kampus. Lembaga ini bertugas memberikan bantuan kepada mahasiswa untuk meningkatkan motivasi belajar mahasiswa, menentukan Learning Motivation yang sesuai dengan kurikulum yang ada di kampus tersebut.

Adanya pemanfaatan layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan Learning Motivation yang efektif, supaya mahasiswa dapat bersemangat belajar meningkatkan Learning Motivationnya dan tidak adanya rasa malas dalam belajar. Disamping itu juga yang dapat meningkatkan Learning Motivation mahasiswa yaitu mahasiswa itu sendiri dan juga bisa berasal dari luar diri mahasiswa seperti, teman sebaya, keluarga, Dosen/dosen dan lingkungan. Dan faktanya penggunaan layanan bimbingan kelompok masih minim digunakan dalam memberikan bantuan kepada mahasiswa.

Dilihat dari penelitian terdahulu yang saya dapatkan yang diteliti oleh Endang (2013: 16) yang berjudul "*Upaya Meningkatkan Learning Motivation Melalui Bimbingan Kelompok Pada Mahasiswa*" disimpulkan upaya model bimbingan kelompok dalam mengembangkan Learning Motivation mahasiswa bisa dilakukan secara efektif dalam penelitian tindakan kelas bimbingan dan konseling.

Selanjutnya penelitian Nitya Apranadyanti, (2010: 22) dengan judul "*Hubungan antara Regulasi Diri dengan Motivasi Berprestasi pada Mahasiswa Kelas X SMK Ibu Kartini Semarang*" berhasil membuktikan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara regulasi diri dengan motivasi

berprestasi pada mahasiswa kelas X SMK Ibu Kartini Semarang. Semakin tinggi regulasi diri maka semakin tinggi motivasi berprestasi.

Selanjutnya penelitian Tapa Harjanta, (2008: 11)“Upaya Peningkatan Motivasi Berprestasi Melalui Pemberian Layanan Bimbingan Kelompok bagi Mahasiswa Kelas VII D SMP Negeri 2 Purwodadi Grobogan” hasil penelitian menunjukkan adanya perubahan yang positif terhadap mahasiswa yaitu melalui bimbingan kelompok dapat meningkatkan motivasi berprestasi bagi mahasiswa.

Penelitian Zemeran (2008: 167) dalam jurnalnya yang berjudul “*Investigating Self-Regulation and Motivation: Historical Background, Methodological Developments, and Future Prospects*” yang menyebutkan bahwa regulasi diri dapat menjadi sebuah pengaturan dalam meningkatkan Learning Motivation pada mahasiswa melalui pemikiran dan tingkah lakunya sendiri.

Penelitian ini memfokuskan pada salah satu faktor internal pendidikan yaitu Learning Motivation yang ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Self Regulation*. Learning Motivation sangat diperlukan bagi siapa pun dalam melakukan aktivitas. Dengan motivasi tinggi, tujuan yang ingin dicapai pun semakin maksimal. Sebaliknya, bila motivasi kurang, pencapaian tujuan akan berkurang.

Demikian pentingnya keberadaan Dosen bimbingan dan konseling dalam meningkatkan Learning Motivation mahasiswa, memberikan gambaran materi tentang mahasiswa yang mengalami masalah belajar tentang kemampuan, motivasi, sikap dan kebiasaan belajar serta pengembangan motivasi, sikap dan Learning Motivation yang baik melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik regulasi diri. Hal tersebut membuat tertarik akan meneliti tentang layanan bimbingan kelompok dengan teknik regulasi diri untuk meningkatkan Learning Motivation Mahasiswa Prodi BK, yang mana diharapkan dengan menggunakan teknik regulasi diri mahasiswa lebih dapat mengungkapkan ide yang terkait Learning Motivation dalam kelompok, regulasi diri merupakan suatu kemampuan untuk mengatur aksi mereka sendiri.

Penelitian ini akan dilaksanakan dengan rangkaian kegiatan sebagai berikut: dalam layanan bimbingan kelompok dilihat dari input, proses dan outputnya seperti apa melalui 4 tahap layanan bimbingan kelompok yaitu: (1) tahap pembentukan, (2) tahap peralihan, (3) tahap kegiatan, (3) tahap pengakhiran seperti yang dijelaskan oleh Prayitno (2004), dan teknik *self regulation* dimainkan

atau digunakan pada tahap kegiatan dalam bimbingan kelompok, teknik ini dilihat melalui monitoring diri mahasiswa sendiri seperti melihat dari observasi mahasiswa lain dan siswa mengintropeksi memberikan penilaian diri seperti apa yang sudah ia lakukan untuk meningkatkan Learning Motivation dan selanjutnya mahasiswa berbicara untuk menginformasikan kepada teman-temannya terkait apa saja yang sudah dilaksanakan ini dipantau oleh pimpinan kelompok yaitu peneliti sendiri membagikan belangko tentang *self regulation* tentang pemantauan diri apa saja yang telah dilaksanakan. Seperti yang dijelaskan oleh Zimmerman (2008) regulasi diri dibutuhkan yaitu: *planning, self monitoring, self reflection/self evaluation*. Pentingnya penelitian ini karena dalam proses bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik regulasi diri dimainkan sangat bermanfaat dalam rangka mengembangkan dinamika kelompok dan membahas topik permasalahan yang sifatnya umum yaitu topik tugas yang diberikan oleh pemimpin kelompok (peneliti) untuk membahas tentang *learning motivation*/Learning Motivation diharapkan ketika proses kegiatan layanan bimbingan kelompok tersebut berlangsung dengan teknik regulasi diri Mahamahasiswa Prodi BK UM Metro dapat meningkat dalam *learning motivation* tersebut.

Tabel 1. Rencana Target Capaian

No	Jenis Luaran	Indikator Capaian	
1	Publikasi ilmiah di jurnal nasional (ber ISSN)	<i>Submitted</i>	
2	Pemakalah dalam temu ilmiah	Nasional	Sudah dilaksanakan
		Lokal	Tidak ada
3	Bahan ajar	Tidak ada	
4	Luaran lainnya jika ada (Teknologi Tepat Guna, Model/Purwarupa/Desain/Karya seni/Rekayasa Sosial)	Tidak ada	
5	Tingkat Kesiapan Teknologi (TKT)	2	

1.2. Rumusan Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka dapat dirumuskan masalahnya:

- 1.2.1 Bagaimana *learning motivation* sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self regulation*?
- 1.2.2 Bagaimana keefektifan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self regulation* untuk meningkatkan *learning motivation* Mahamahasiswa Prodi BK UM Metro UM Metro?

1.3. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah tersebut maka tujuan penelitian ini adalah :

- 1.3.1 Mengetahui *learning motivation* sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self regulation*.
- 1.3.2 Mengetahui keefektifan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self regulation* untuk meningkatkan *learning motivation* Mahasiswa Prodi BK UM Metro UM Metro.

1.4 Asumsi dan Keterbatasan Penelitian

1.4.1 Asumsi

Asumsi layanan bimbingan kelompok dengan teknik regulasi diri adalah sebagai berikut:

- 1.4.1.1 Bahwa layanan bimbingan kelompok merupakan layanan dalam bimbingan dan konseling yang dapat digunakan untuk memfasilitasi individu dalam meningkatkan dan menumbuhkan terkait dengan Learning Motivation. Berdasarkan hal tersebut, maka salah satu tujuan dari layanan bimbingan kelompok adalah mengembangkan kemampuan motivasi
- 1.4.1.2 Layanan bimbingan kelompok dengan teknik regulasi diri lebih mengembangkan pada untuk mengarahkan dan mengontrol tindakannya perasaan, pikiran dan perilakunya, bertujuan untuk menumbuhkan prestasi belajar dalam belajar berbasis regulasi diri. Layanan bimbingan kelompok yang diberlandaskan regulasi diri akan meningkatkan Learning Motivation mahasiswa, baik dari segi kuantitas maupun kualitasnya.

1.4.2 Keterbatasan Penelitian

- 1.4.2.1 Penelitian ini hanya terbatas pada layanan bimbingan kelompok dengan teknik regulasi diri untuk meningkatkan Learning Motivation. Sehingga tidak tepat untuk digeneralisasikan bagi peningkatan kompetensi lain dari mahasiswa di luar nilai-nilai Learning Motivation (*learning motivation*).
- 1.4.2.2 Pelaksanaan penelitian ini hanya dilaksanakan pada Mahasiswa Prodi BK UM Metro UM Metro saja belum digeneralisasikan secara luas.

1.4 Target Luaran

Target luaranyang adalah publikasi ilmiah dalam jurnal ilmiah yang ber-ISSNjurnal “Guidena Journal” e-ISSN 2442-7802, p-ISSN 2088-9623 <http://fkip.ummetro.ac.id/journal/index.php/bk/index>. Target tujuan jangka panjang setelah penelitaian ini adalah menyusun desain atau program dari modul bimbingan kelompok dengan teknik regulasi diri dalam meningkatkan *learning motivation* untuk Tingkat Perguruan Tinggi.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Learning Motivation (*Learning Motivation*)

Pengertian motivasi menurut Schunk (2012: 06) “motivasi adalah suatu proses diinisiasikanya dan dipertahankannya aktivitas yang diarahkan pada pencapaian tujuan”., sedangkan menurut Sadirman (2005:90) Learning Motivation adalah keseluruhan daya penggerak yang ada didalam diri mahasiswa yang meninbulkan kegiatan belajar sehingga tujuan yang dikehendaki oleh subyek belajar dapat tercapai.

Lebih lanjut (Schunk, 2008: 67) menjelaskan yang menjadi indikator dari Learning Motivation yang baik dari peserta didik, antara lain: (1) *Task Choice* (Pemilihan Tugas), (2) *Effort (Usaha)*,(3) *Persistence*(Ketekunan).Menurut Pintrich& Schunk (dalam Elizabeth A. Linnenbrink and Paul R. Pintrich, 2002: 320) Motivasi menjelaskan apa yang membuat orang melakukan sesuatu,membuat mereka tetap melakukannya, dan membantu mereka dalam menyelesaikan tugas-tugas. Hal ini berarti bahwa konsep motivasi digunakan untuk menjelaskan keinginan berperilaku, arah perilaku (pilihan), intensitas perilaku (usaha, berkelanjutan), dan penyelesaian atau prestasi yang sesungguhnya.

Schunk (2012: 227) “mengaplikasikan prinsip Learning Motivation dalam situasi kelas menjadi 8 prinsip yaitu: (1) Perjelaslah bahwa murid mampu mempelajari materi yang sedang diajarkan. (2) Tunjukkanlah bagaimana aktivitas belajar akan berguna dalam kehidupan murid. (3) Ajarkan strategi belajar kepada murid dan tunjukkanlah kepadanya bagaimana kinerjanya telah meningkat sebagai hasil penggunaan strategi. (4) sampaikanlah konten pelajaran dengan cara-cara yang dipahami murid dan sesuaikanlah penyajian intruksional dengan perbedaan individual pada pemelajar. (5) buatlah murid berusaha mencapai tujuan pemelajaran. (6) pastikanlah umpan balik persepsi penyebab yang diberikan kredibel. (7) berikanlah umpan balik tentang kemajuan pemelajaran dan hubungkanlah dan hubungkanlah penghargaan dengan kemajuan. (8) gunakanlah model yang membangun keefektifan diri dan meningkatkan motivasi”. Dapat disimpulkan bawa *learning motivation* lebih kepada *goal oriented* setiap individu.

2.2. Layanan Bimbingan Kelompok

Gazda (dalam Wibowo, 2005: 17) menyatakan bahwa bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan dimana pimpinan kelompok menyediakan informasi-informasi dan mengarahkan diskusi agar anggota kelompok menjadi lebih sosial atau untuk membantu anggota-anggota kelompok untuk mencapai tujuan-tujuan bersama, diorganisasi untuk mencegah perkembangan masalah, yang isi utamanya meliputi informasi pendidikan, pekerjaan, pribadi, dan masalah sosial yang tidak disajikan dalam bentuk pelajaran. Prayitno (2004: 45) bimbingan kelompok adalah bimbingan yang diberikan dalam suasana kelompok atau lebih merupakan suatu upaya bimbingan kepada individu-individu melalui prosedur kelompok dengan menggunakan dinamika kelompok sebagai jiwa dan olah gerak kelompok. Bimbingan kelompok dengan teknik modeling dapat digunakan dalam meningkatkan self-regulated learning mahasiswa. Dilakukan dalam situasi kelompok agar mahasiswa efektif dalam mengungkapkan topik permasalahan mengenai self-regulated learning yang dilakukan melalui empat tahapan, yaitu: (1) pembentukan, (2) peralihan, (3) kegiatan, dan (4) pengakhiran.

Bimbingan kelompok disimpulkan sebagai proses pemberian bantuan yang diberikan kepada individu dalam situasi kelompok yang mempergunakan dinamika kelompok secara terarah dan positif. Tujuannya untuk memberi informasi dan data untuk mempermudah pembuatan keputusan dan perilaku yang bersifat mencegah timbulnya masalah dan mengembangkan potensi individu.

Menurut Prayitno (2004) tujuan bimbingan kelompok adalah untuk membantu mahasiswa mencapai pengembangan pribadi dan membahas masalah atau topik-topik secara umum dan mendalam yang bermanfaat bagi para anggota kelompok melalui tahapan : (1) Pembentukan, (2) Peralihan, (3) Kegiatan, dan (4) Pengakhiran. Winkel (2010) menyatakan bahwa tujuan bimbingan kelompok adalah supaya orang yang dilayani mampu mengatur kehidupan sendiri, memiliki pandangan sendiri dan tidak sekedar membebek pendapat orang lain, mengambil sikap sendiri, dan menanggung sendiri konsekuensi-konsekuensi dari tindakanya sendiri. Bimbingan kelompok mengupayakan perubahan sikap dan perilaku tidak langsung.

Uraian perspektif bimbingan kelompok Gazda (dalam Wibowo, 2005) peneliti merencanakan dan menetapkan sebagai kisi-kisi instrumen layanan

bimbingan kelompok. Bahwa bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan dimana pimpinan kelompok menyediakan informasi-informasi dan mengarahkan diskusi agar anggota kelompok menjadi lebih sosial atau untuk membantu anggota-anggota kelompok untuk mencapai tujuan-tujuan bersama, diorganisasi untuk mencegah perkembangan masalah, yang isi utamanya meliputi informasi pendidikan, pekerjaan, pribadi, dan masalah sosial yang tidak disajikan dalam bentuk pelajaran. Melalui bimbingan kelompok sejumlah mahasiswa berkumpul dan melakukan interaksi sosial untuk menerima atau membahas hal-hal yang disampaikan oleh Dosen bimbingan konseling. Hal-hal yang dibahas adalah sesuatu yang berguna bagi para mahasiswa, dan melalui pembahasan yang lebih lengkap dan mendalam dan berguna bagi pengembangan berfikir mahasiswa.

Berdasarkan pendapat di atas, maka bimbingan kelompok merupakan bentuk bantuan yang diberikan oleh Dosen bimbingan konseling / konselor kepada sejumlah mahasiswa melalui kegiatan kelompok yang bertujuan untuk membantu mahasiswa dalam menyusun rencana dan mengambil keputusan yang tepat dalam menunjang kehidupan, baik secara individu maupun sebagai makhluk sosial (*zoon politicon*).

2.3. Regulasi Diri

Menurut Rahman (2013: 68) *Self regulation* adalah suatu upaya untuk mengendalikan pikiran, perasaan, dan perilaku dalam rangka mencapai suatu tujuan (*the effortful control of thoughts, emotions, and behaviors in the service of a goal*) (Hofmann, Friese. & Strack, 2009; Reynolds, Penfold, & Patak, 2008).

Menurut Tylor (2012) “regulasi diri adalah mengacu pada cara orang mengontrol dan mengarahkan tindakan mereka sendiri”. Pengertian tersebut menunjuk pada tiga aspek yang harus dikendalikan, yaitu pikiran, perasaan, dan perilaku. Setiap kita pasti mempunyai tujuan. Untuk mencapai tujuan tersebut, kita perlu fokus dan melakukan regulasi diri supaya tujuan tersebut bisa tercapai. Menurut triadic model of self regulation (Zimmerman, dalam Boekaerts. Pintrich, dan Moshezeidner, 2005).

Sejalan Menurut Feist & Feist (2013) menyatakan bahwa regulasi diri adalah “manusia memotivasi dan mengarahkan tindakan mereka melalui kontrol proaktif dengan membuat tujuan yang bernilai, yang dapat menciptakan suatu keadaan yang disekuilibrium, dan kemudian menggerakkan kemampuan serta

usaha mereka berdasarkan estimasi yang bersifat antisipatif mengenai apa yang diperlukan untuk mencapai tujuan tersebut”.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa regulasi diri merupakan suatu cara seseorang untuk mengontrol dan mengarahkan diri melalui pikiran, perasaan dan perilakunya sendiri untuk mencapai *goal* atau tujuan sehingga individu dapat berfikir dan mengembangkan pengetahuannya sendiri untuk meningkatkan kemampuan dirinya demi pencapaian yang lebih baik, regulasi merupakan kegiatan yang dilakukan mahasiswa dimana individu yang belajar secara aktif sebagai pengatur proses belajarnya sendiri, mulai dari merencanakan, memantau, mengontrol, dan mengevaluasi dirinya secara sistematis untuk mencapai tujuan dalam belajar, dengan menggunakan berbagai strategi baik kognitif, motivasional maupun behavioral. Aktivitas yang dapat dilakukan dapat berupa memantau kegiatan pembelajaran termasuk mengecek isi perkuliahan, menyelesaikan kesulitan belajar, mengukur keberlanjutan dan memprediksi hasil pembelajaran.

2.4. Penelitian yang Relevan

Terkait dengan layanan bimbingan kelompok teknik regulasi diri dan Learning Motivation, berikut terdapat beberapa penelitian yang menurut kajian peneliti memiliki keterkaitan dengan penelitian ini.

- a. Nurul Atika (2015) Penelitian Dosen Pemula “Self Efficacy Remaja Panti Asuhan dan Peningkatannya Melalui Pendekatan Bimbingan Kelompok” Kelompok kontrol dalam penelitian ini berjumlah 51 responden. Setelah melakukan pretest dan lakukan analisis data, maka diperoleh hasil pretest efikasi diri kelompok kontrol secara mayoritas pada kategori sedang.
- b. Zerman (2008: 167-183) “*Investigating Self-Regulation and Motivation: Historical Background, Methodological Developments, and Future Prospects*” Topik bagaimana mahasiswa menjadi dirinya diatur (regulasi diri) sebagai pelajar telah menarik para peneliti selama beberapa dekade. Awal upaya untuk mengukur pengaturan diri belajar (*Self Regulation Learning*) (SRL) menggunakan kuesioner dan wawancara berhasil menunjukkan signifikan prediksi hasil akademik mahasiswa. Pasal menjelaskan gelombang kedua penelitian, yang telah melibatkan pengembangan upaya-upaya online Regulatory proses dan motivasi perasaan atau keyakinan tentang pembelajaran dalam konteks yang otentik. Metode inovatif ini meliputi komputer jejak, berpikir-keras protokol, buku harian belajar, pengamatan

langsung dan microanalyses. Meskipun masih dalam tahap pengembangan formatif, langkah-langkah online ini menyediakan informasi baru yang berharga mengenai dampak kausal SRL proses serta memunculkan pertanyaan-pertanyaan baru untuk studi masa depan.

- c. Eric C. K. Cheng (2011: 1-16) "*The Role of Self-regulated Learning in Enhancing Learning Performance*" yang dilakukan penelitian di The Hong Kong Institute of Education, Hong Kong dapat dijelaskan bahwa Karya ini bertujuan untuk mengeksplorasi hubungan antara kemampuan *self regulasi* diri mahasiswa dan kinerja pembelajaran mereka. Dalam studi ini, pengaturan diri kemampuan dikonseptualisasikan oleh empat dimensi: Learning Motivation, menetapkan tujuan, tindakan kontrol dan belajar strategi. 6.524 mahasiswa dari 20 kampus menengah bantuan di Hong Kong berpartisipasi dalam survei kuesioner. Faktor analisis dan keandalan tes digunakan untuk mengkonfirmasi validitas dibangun dan keandalan alat survey. Analisis regresi diterapkan untuk mengeksplorasi hubungan antara variabel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa belajar motivasi, menetapkan tujuan, tindakan kontrol dan mempelajari strategi memainkan peran penting dalam kinerja pembelajaran mereka.
- d. Endang Supurnawati (2013: 16-28) "*Upaya Meningkatkan Learning Motivation Melalui Bimbingan Kelompok Pada Mahasiswa*" Motivasi merupakan faktor yang penting dalam kegiatan belajar. Motivasi akan membuat mahasiswa belajar dengan giat. Motivasi dan belajar merupakan dua hal yang saling mempengaruhi. Motivasi dapat berperan dalam penguatan belajar apabila anak yang belajar dihadapkan pada suatu masalah yang memerlukan pemecahan, dan hanya dapat dipecahkan berkat bantuan hal-hal yang pernah dilaluinya. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui efektivitas layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan Learning Motivation mahasiswa di SMK Perintis 29 Semarang. Penelitian ini merupakan jenis penelitian tindakan bimbingan dan konseling (PTBK). Hasil prasurvey menunjukkan bahwa: (1) layanan bimbingan kelompok di SMK Perintis 29 Semarang belum sesuai dengan ketentuan formal pelaksanaan layanan; (2) tingkat Learning Motivation beberapa mahasiswa di SMK Perintis 29 Semarang masih rendah. Oleh karena itu diperlukan strategi khusus dalam meningkatkan Learning Motivation mahasiswa melalui pelaksanaan layanan bimbingan kelompok secara ideal sesuai dengan ketentuan formal pelaksanaan layanan. Hasil pelaksanaan tindakan menunjukkan Learning Motivation mahasiswa mengalami peningkatan. Rata-rata skor sebelum pelaksanaan tindakan adalah 56% (kategori rendah), pasca siklus 1 adalah 74% (kategori tinggi), dan pasca siklus 2 adalah 84% (kategori tinggi). Peningkatan skor

tersebut membuktikan bahwa layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan Learning Motivation mahasiswa di SMK Perintis 29 Semarang.

- e. Penelitian terdahulu menurut Pranoto, et al (2016) “Pengembangan Model Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self Regulation* untuk Meningkatkan Learning Motivation Mahasiswa SMP” Berdasarkan hasil penelitian, ditemukan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara nilai rata-rata skor Learning Motivation mahasiswa sebelum dan sesudah menerima kegiatan bimbingan kelompok. Hal ini mengandung arti bahwa pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik *self regulation* efektif dalam meningkatkan Learning Motivation mahasiswa.

2.5. Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Regulasi Diri dalam Meningkatkan *Learning Motivation*

Melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Self Regulation diharapkan dapat meningkatkan *learning motivation* mahasiswa. Penelitian ini akan dilaksanakan dengan rangkaian kegiatan sebagai berikut: dalam layanan bimbingan kelompok dilihat dari input, proses dan outputnya seperti apa melalui 4 tahap layanan bimbingan kelompok yaitu: (1) tahap pembentukan, (2) tahap peralihan, (3) tahap kegiatan, (3) tahap pengakhiran, dan *teknik self regulation* dimainkan atau digunakan pada tahap kegiatan dalam bimbingan kelompok, Layanan bimbingan kelompok merupakan kegiatan layanan yang diberikan oleh Dosen bimbingan dan konseling atau konselor, yang bertindak sebagai penyelenggara layanan kepada mahasiswa sebagai subyek layanan, dengan mengintegrasikan teknik nilai-nilai “regulasi diri”, yaitu *pemikir, perasaan, perilaku dan mengontrol dan mengarahkan diri* dengan menggunakan 3 teknik regulasi diri yaitu; *planning, monitoring and self reflection (evaluation)* pada setiap tahapan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok yang diberikan agar mahasiswa dapat mengembangkan potensi dirinya secara optimal, sehingga menjadi pribadi yang mandiri, mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan dan mampu merencanakan dan mengembangkan kehidupan potensinya saat ini dan di masa mendatang, untuk menginformasikan kepada teman-temannya terkait apa saja yang sudah dilaksanakan ini dipantau oleh pimpinan kelompok yaitu peneliti sendiri membagikan belangko tentang *learning motivation* tentang pemantauan diri apa saja yang telah dilaksanakan, kemudian dari 3 indikator *learning motivation* (1) *Task Choice* (Pemilihan Tugas), (2) *Effort (Usaha)*, (3) *Persistence* (Ketekunan) di bagi dalam 4 topik untuk 4 pertemuan layanan bimbingan kelompok. Delapan topik layanan bimbingan kelompok tersebut yaitu: (1) Minat dalam Belajar, (2) Aktivitas lain yang dapat dilakukan dalam belajar, (3) Kondisi bebas memilih, (4) Usaha Fisik “Cara Mengatur Waktu dalam Membaca pada Setiap Harinya”, Harapannya setelah diberikan 4 materi untuk 4 kali tatap muka atau pertemuan

Learning Motivation (*learning motivation*) mahasiswa dalam belajar dapat meningkat dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self regulation*.

2.5. Peta Rencana Penelitian (*Roadmap*)

Tabel 2. *Peta Rencana Penelitian*

No	Peta Berjalan	Uraian
1.	Studi Layanan Bimbingan Kelompok	Sudah berjalan.
2.	Studi Layanan Bimbingan Kelompok dengan teknik regulasi	Layanan Bimbingan dengan menggunakan teknik regulasi diri disisipkan dalam tahap kegiatan bimbingan kelompok
3.	Desain bimbingan kelompok dengan teknik regulasi diri	Desain bimbingan kelompok dengan teknik regulasi diri untuk SMP (sudah berjalan)
4.	Desain bimbingan kelompok dengan teknik regulasi diri	Desain bimbingan kelompok dengan teknik regulasi diri untuk SMA
5.	Desain bimbingan kelompok dengan teknik regulasi diri	Desain bimbingan kelompok dengan teknik regulasi diri untuk PT
6.	Penerapan desain	Ujicoba prodak, evaluatif
7.	Gagasan baru bimbingan kelompok dengan teknik regulasi diri (Teori Bimbingan Kelompok dengan teknik regulasi diri)	Menyesuaikan dengan multikultural indonesia
8.	Inovasi dalam bimbingan konseling dan ilmu pendidikan	HKI

BAB III

TUJUAN DAN MANFAAT PENELITIAN

3.1 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah :

- 3.1.1 Mengetahui *learning motivation* sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self regulation*.
- 3.1.2 Mengetahui keefektifan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self regulation* untuk meningkatkan *learning motivation* Mahasiswa Prodi BK UM Metro UM Metro.

3.2 Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini dibagi dalam dua kategori, yaitu manfaat teoretis dan manfaat praktis.

1) Manfaat Teoretis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah kajian informasi pengetahuan dan pengembangan wawasan keilmuan kepada berbagai pihak yang memiliki kompetensi dan berkecimpung dalam dunia bimbingan dan konseling, secara khusus dalam layanan bimbingan kelompok dengan teknik regulasi diri. Bertambahnya kajian ini diharapkan dapat dikembangkan penelitian-penelitian lanjutan.

2) Manfaat Praktis

a. Bagi Dosen Bimbingan dan Konseling

Dosen bimbingan dan konseling memiliki wawasan/ pengetahuan/ ilmu baru tentang layanan bimbingan kelompok yang terintegrasi dengan teknik regulasi diri. Hasil yang diperoleh dari penelitian ini dapat dijadikan bahan pertimbangan untuk melaksanakan layanan yang sama, namun dengan tujuan yang berbeda.

b. Bagi Mahasiswa

Mahasiswa memiliki kesempatan untuk mengembangkan diri secara optimal sesuai dengan teknik yang tersirat dalam regulasi diri mulianya yang kemudian dijadikan dasar dalam meningkatkan *learning motivation* dalam dirinya, sehingga ke depan mahasiswa lebih siap untuk belajar lebih giat dan lebih berwawasan.

c. Bagi Universitas

Apabila hasil pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik regulasi diri untuk meningkatkan *learning motivation* Mahasiswa Universitas, maka Pimpinan dapat memberikan kesempatan, dukungan, dan fasilitas kepada dosen bimbingan dan konseling untuk melaksanakan layanan tersebut.

d. Bagi Peneliti

Peneliti dapat mengembangkan pengetahuan dan kemampuan dalam bidang penelitian, mendapatkan pemahaman serta mampu menerapkan teori tentang layanan bimbingan kelompok, teknik regulasi diri, *learning motivation*, tidak hanya pada ranah teori saja, namun juga pada tahap internalisasi dan pengembangannya.

BAB IV METODE PENELITIAN

3.1. Metode Penelitian

Desain yang akan digunakan oleh peneliti adalah *pre-experimental: one group pretest-posttest design*. Desain ini pada pelaksanaannya terdapat evaluasi awal sebelum diberi perlakuan dan evaluasi akhir setelah mendapat perlakuan. Perlakuan yang dimaksud disini adalah layanan bimbingan kelompok dengan teknik regulasi diri.

Dengan demikian hasil perlakuan dapat diketahui secara akurat karena membandingkan kondisi sebelum dan setelah diberi perlakuan. Secara visual disajikan sebagai berikut:

Tabel 3.*Pre-experimental: one group pretest-posttest design*

Evaluasi Awal	Perlakuan	Evaluasi Akhir
O ₁	X	O ₂

Untuk menganalisis data digunakan uji-t atau *t-test*. Sugiyono (2011: 212) menyampaikan bahwa untuk menguji hipotesis deskriptif satu variabel (univariabel) bila datanya berbentuk *interval* atau *ratio*, maka digunakan *t-test* One sampel. Dengan menggunakan rumus:

Keterangan:

Md : mean dari perbedaan *pretest* dengan *posttest*

Xd : deviasi masing-masing subyek (d-Md)

N : jumlah subyek

3.2. Lokasi dan Subjek Penelitian

Lokasi penelitian di UM Metro Kota Metro Lampung. Subjek penelitian adalah Mahamasiswa Prodi BK UM Metro. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *Probability Sampling* berupa *Simple Random Sampling*, yaitu pengambilan anggota sampeldari populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu. Cara demikian dilakukan karena anggota populasi dianggap homogen (Sugiyono, 2010).

3.3. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian berupa skala psikologi. Azwar (2012: 26) mengemukakan bahwa skala cenderung digunakan untuk mengukur aspek afektif, seperti minat, sikap dan berbagai variabel kepribadian lainnya. Aspek yang diukur dalam penelitian ini adalah Learning Motivation (*learning motivation*), maka skala yang digunakan adalah skala Learning Motivation.

Untuk memberikan skor pada skala Learning Motivation (*learning motivation*), dijelaskan pada Tabel 4.

Tabel 4. Skor Skala Learning Motivation (*Learning Motivation*)

Pernyataan Positif (+)	Nilai	Pernyataan Negatif (-)	Nilai
Sangat Sesuai (SS)	4	Sangat Sesuai (SS)	1
Sesuai (S)	3	Sesuai (S)	2
Tidak Sesuai (TS)	2	Tidak Sesuai (TS)	3
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	Sangat Tidak Sesuai (STS)	4

Berikut adalah kisi-kisi skala psikologis Learning Motivation (*learning motivation*) mahasiswa:

Tabel 5. Kisi-kisi Skala Learning Motivation (*Learning Motivation*)

Definisi Operasional Variabel	Indikator	Deskriptor	+	-	Total	
Learning Motivation Learning Motivation adalah suatu proses diinisiasikannya dan dipertahankannya aktivitas yang diarahkan pada pencapaian tujuan.	1. <i>Task Choice</i> (Pilihan Tugas) Dalam kondisi bebas memilih, pemilihan sebuah tugas mengindikasikan motivasi mengerjakan tugas tersebut.	1. Kondisi bebas memilih				
		2. Mengatur jadwal mengerjakan tugas				
	2. <i>Effort</i> (Usaha) Level usaha yang tinggi terutama pada tugas yang sulit mengindikasikan motivasi.	1. Usaha fisik diperlukan pada tugas motorik				
		2. Usaha kognitif diperlukan pada aktivitas belajar akademis				
	3. <i>Persistence</i> (Kegigihan) Berusaha/bekerja untuk waktu yang lebih lama, terutama ketika diri menghadapi hambatan (berkaitan dengan motivasi yang lebih tinggi)	1. Kesulitan (hambatan)				
		2. Kebosanan				
	Jumlah					

3.4. Analisis Data

Analisis *one sample t-test* merupakan analisis yang digunakan jika ingin mengetahui suatu pengamatan data dengan asumsi rata-rata yang diduga oleh penguji (Ghozali, 2009: 30).

Analisis dengan uji t satu sampel uji beda (*one sample t-test*) untuk menguji apakah rata-rata satu sampel berbeda nyata atau tidak dengan suatu nilai tertentu yang digunakan sebagai pembandingan (Pratisto, 2004: 67).

Kriteria Pengujian Model Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self Regulation* untuk Meningkatkan *Learning Motivation*, Mahasiswa Prodi BK UM Metro UM Metro:

- 1) Jika nilai signifikan $< 0,05$ maka model layanan bimbingan kelompok dengan teknik regulasi diri efektif dapat meningkatkan *learning motivation* Mahasiswa Prodi BK.
- 2) Jika nilai signifikan $> 0,05$ maka model layanan bimbingan kelompok dengan teknik regulasi diri efektif tidak dapat meningkatkan *learning motivation* Mahasiswa Prodi BK.

Hipotesis perlakuan pada penelitian ini adalah Layanan Bimbingan Kelompok dengan teknik regulasi diri efektif meningkatkan *learning motivation* Mahasiswa Prodi BK UM Metro UM Metro. Hipotesis tersebut merupakan hipotesis alternatif (H_a), untuk kepentingan pengujian, maka H_a diubah menjadi hipotesis nol (H_o), yaitu model layanan bimbingan kelompok dengan teknik regulasi diri tidak efektif meningkatkan *learning motivation* Mahasiswa Prodi BK UM Metro UM Metro. Untuk membuktikan H_a dan H_o akan diterima atau ditolak, maka hasil penghitungan dibandingkan dengan harga pada tabel T dengan taraf kesalahan 5% (0,05).

1. H_o diterima jika $T_{hitung} < T_{tabel}$ maka H_a ditolak.
2. H_o ditolak jika $T_{hitung} > T_{tabel}$ maka H_a diterima.

Guna pengujian hipotesis digunakan analisis data kuantitatif dengan teknik statistik non-parametris, yaitu menggunakan uji *Independent sampel T Test*. Untuk menguji hipotesis dicari dengan cara mencari skor pretest dengan skor posttest. Dalam perhitungan ini peneliti akan tetap menggunakan bantuan *software* SPSS.

BAB V

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

5.1 Hasil Penelitian

Penjelasan tentang hasil penelitian diperoleh melalui studi pendahuluan yang bertujuan untuk memperoleh data awal berupa data empiris tentang pelaksanaan layanan bimbingan kelompok di UM Metro serta gambaran Learning Motivation mahasiswa. Hasil studi pendahuluan ditambah dengan kajian literatur dan penelitian yang relevan, menjadi bahan pertimbangan peneliti guna mengembangkan model layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self regulation* untuk meningkatkan *learning motivation* mahasiswa. Secara lebih rinci hasil studi pendahuluan ini berkenaan dengan:

5.1.1 Kondisi Objektif Bimbingan Kelompok di UM Metro

Hasil studi pendahuluan untuk mengetahui kondisi objektif pelaksanaan layanan Bimbingan Kelompok di UM Metro adalah dengan melakukan wawancara dengan Dosen bimbingan dan konseling. Fokus dari wawancara adalah untuk mengungkap data yang berkaitan dengan: (1) keterlaksanaan layanan bimbingan kelompok; (2) tujuan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok; (3) komponen layanan bimbingan kelompok; (4) perencanaan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok; (5) tahapan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok; (6) evaluasi dan tindak lanjut pelaksanaan layanan bimbingan kelompok; serta (7) faktor pendukung dan penghambat pelaksanaan layanan bimbingan kelompok

5.1.2 Kondisi Objektif *Learning Motivation* Mahasiswa Prodi BK

Melihat dari hasil uji coba yang telah dilaksanakan di Universitas Muhammadiyah Metro pada Mahasiswa Prodi BK diperoleh hasil *Learning motivation* dari setiap aspek adalah sebagai berikut:

Tabel 6.*Learning Motivation* Setiap Aspek

Indikator	Kategori				
	Sangat rendah	Rendah	Sedang	Tinggi	
<i>Task Choice</i>	0	1	7	2	10
Persentase	0 %	10 %	70%	20%	100%
<i>Effort</i>	1	3	2	4	10
Persentase	10 %	30%	20 %	40%	100%
<i>Persistence</i>	0	3	5	2	10
Persentase	0%	30%	50%	20%	100%

Data diambil melalui data pretest secara keseluruhan dari tiga indikator.

Learning Motivation mahasiswa prodi BK dari jumlah secara keseluruhan yang diberikan instrumen yaitu 10 mahasiswa terdapat 1 mahasiswa dengan kategori sangat rendah (10%), 3 mahasiswa dengan kategori rendah (30%), 5 mahasiswa (50%) dalam kategori sedang, dan 1 mahasiswa (10%) dengan kategori tinggi, dengan kata lain seperempat jumlah dari kelas memiliki *Learning Motivation* yang rendah. *Learning Motivation* adalah salah satu faktor penting penentu keberhasilan akademik, dimana mahasiswa dengan *Learning Motivation* yang tinggi maka akan semakin yakin dan merasa mampu dalam menempuh proses akademik di kampus. *Learning Motivation* mahasiswa bisa tinggi dan rendah dikarenakan ada empat faktor utama yang mempengaruhinya yaitu pernah mengalami pengalaman gagal atau berhasil, melihat orang lain gagal ataupun berhasil, dipengaruhi oleh orang, dan keadaan fisik atau emosi. Secara lebih rinci berikut dijabarkan mengenai *Learning Motivation* mahasiswa dalam setiap aspek dari hasil pre-test.

5.1.2.1 Indikator Pilihan Tugas (*Task Choice*)

Learning Motivation mahasiswa dilihat dari aspek *task choice* ditemukan sebanyak 1 mahasiswa (10%) yang memiliki *Learning Motivation* yang rendah, dan 7 mahasiswa (70%) dengan kategori sedang, 2 mahasiswa (20%) dengan kategori tinggi. Hasil tersebut menunjukkan bahwa dalam aspek *task choice* diketahui sebanyak 10 mahasiswa dari sampel yang variatif memiliki *Learning Motivation* bila ditinjau dari aspek *task choice*. Aspek *task choice* muncul dikarenakan adanya kondisi bebas memilih, pemilihan sebuah tugas mengindikasikan motivasi mengerjakan tugas tersebut. Kondisi yang salah dalam

memilih sesuatu tugas atau mengatur jadwal dalam belajar mempengaruhi apa yang apa dilakukan, sehingga pada aspek ini mereka menjadi rendah dalam Learning Motivationnya dalam kondisi memilih dan mengatur jadwal dalam mengerjakan tugas.

5.1.2.2 Indikator *Effort* (Usaha)

Learning Motivation mahasiswa dilihat dari aspek *Effort* ditemukan sebanyak 1 mahasiswa (10%) dengan kategori sangat rendah, 3 mahasiswa (30%) dengan kategori rendah, 2 siswa (20%) dengan kategori sedang, dan 4 mahasiswa pada kategori tinggi (40%). Hasil tersebut menunjukkan mahasiswa Prodi BK UM Metro memiliki Learning Motivation yang rendah. Learning Motivation mahasiswa muncul karena mahasiswa level usaha yang tinggi terutama pada tugas yang sulit mengindikasikan motivasi mengikuti kegiatan akademik apakah itu rendah ataupun tinggi.

5.1.2.3 Indikator *Persistence* (Kegigihan)

Learning Motivation mahasiswa dilihat dari aspek *persistence* ditemukan sebanyak 3 mahasiswa (30%) dengan kategori rendah, 5 mahasiswa (50%) dengan kategori sedang, dan 2 siswa (20%) dengan kategori tinggi. Hasil tersebut menunjukkan mahasiswa Prodi BK UM Metro memiliki kegigihan dalam Learning Motivation yang rendah. Learning Motivation mahasiswa muncul karena berusaha/bekerja untuk waktu yang lebih lama, terutama ketika diri menghadapi hambatan (berkaitan dengan motivasi yang lebih tinggi).

5.2 Pembahasan Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil dari pretest Learning Motivation mahasiswa sebelum menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self regulation* diperoleh hasil analisis sebagai berikut:

Tabel 7. Data hasil pretest Learning Motivation

No.	Inisial	Preetest	%	Kategori
1	AB	144	70,59	S
2	CD	127	62,25	R
3	FG	167	81,86	S
4	HI	127	62,25	R
5	JK	163	79,9	S
6	LM	83	40,69	SR
7	NO	119	58,33	R

8	PQ	165	80,88	S
9	RS	163	79,9	S
10	TU	169	82,84	T

Dapat dijelaskan bahwa dari hasil pretest Learning Motivation adalah bahwa satu orang siswa berada pada kategori sangat rendah, tiga mahasiswa pada kategori rendah, lima mahasiswa berada kategori sedang, dan satu orang mahasiswa pada kategori tinggi.

5.3 Pelaksanaan Uji Lapangan

Uji lapangan dilaksanakan di Prodi BK UM Metro dengan mengambil anggota atau sampel sebanyak 10 orang yang memiliki kriteria Learning Motivation mahasiswa yang sangat rendah, rendah, sedang dan tinggi (heterogen), dan diberi perlakuan dengan teknik *self regulation* sebanyak 4 kali pertemuan. Pelaksanaan bimbingan kelompok dilaksanakan secara berkesinambungan dengan topik bahasan mengenai Learning Motivation. Berdasarkan kesepakatan bersama dengan anggota kelompok, bimbingan kelompok diprogramkan seminggu selama dua kali pertemuan.

5.3.1 Pertemuan Pertama

Pelaksanaan Bimbingan Kelompok dengan teknik *self regulation* untuk pertama kali dilaksanakan bertempat di ruang Gedung E UM Metro. Pada pertemuan pertama ini pemimpin kelompok melakukan perkenalan dan membuat *planning* untuk didiskusikan topik tugas Learning Motivation yang dibahas adalah indikator *task choice* dengan materi layanan “Minat dalam belajar”.

Tahap Pembentukan. Pada awal pertemuan sebagian besar anggota kelompok masih belum terlihat secara kondusif. Kondisi ini bisa dipahami beberapa dari anggota kelompok belum pernah melaksanakan layanan bimbingan kelompok. Kebekuan kelompok tersebut tidak berlangsung lama karena pemimpin kelompok dapat menerima kehadiran anggota kelompok secara terbuka dan penuh empati, sehingga anggota kelompok bisa merasa nyaman untuk mengikuti kegiatan kelompok. Setelah anggota kelompok terkondisikan, pemimpin kelompok secara terbuka dan utuh memperkenalkan diri kemudian dengan sikap penuh empati memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk saling memperkenalkandiri. Beberapa anggota kelompok sudah mampu memperkenalkan diri dengan baik, tapi ada juga anggota kelompok yang masih tampak canggung dan malu-malu. Selanjutnya pemimpi kelompok menjelaskan

pengertian dan tujuan, asas-asas, serta cara pelaksanaan layanan Bimbingan Kelompok dengan teknik *self regulation*. Permainan “Merangkai Nama” dengan tujuan melatih konsentrasi dan saling mengenal antara pemimpin kelompok dan diberikan kepada anggota kelompok untuk membentuk dinamika kelompok.

Tahap Peralihan. Setelah pelaksanaan permainan pembentukan, pemimpin kelompok membawa anggota kelompok pada tahap peralihan. Pemimpin kelompok menstimulasi anggota kelompok untuk menyatakan keengganan yang mereka rasakan dalam mengikuti kegiatan. Pada tahap ini dinamika kelompok sudah mulai tampak, beberapa anggota kelompok aktif merespon pernyataan-pernyataan yang disampaikan oleh pemimpin kelompok. Rata-rata dari anggota kelompok menyampaikan bahwa mereka belum memahami maksud dan tujuan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok sehingga masih merasa canggung. Satu anggota masih kelihatan tidak tenang dan gelisah yaitu AB karena ingin ke belakang dan pemimpin kelompok memepersilahkan anggota kelompok untuk izin ke belakang terlebih dahulu. Dua anggota kelompok masih terlihat pasif yaitu CD dan FG. Agar dinamika tercipta dengan baik maka anggota kelompok dimotivasi untuk berperan aktif dalam kegiatan kelompok yang di ikutinya. Setelah anggota kelompok dimotivasi maka pemimpin kelompok melanjutkan ke tahapan selanjutnya yaitu tahapan kegiatan.

Tahap Kegiatan. Memasuki tahap kegiatan pemimpin kelompok mulai menerapkan teknik *self regulation* dalam mengintervensi anggota kelompok yang memiliki Learning Motivation rendah. Tahapan dari *self regulation* yang pertama dilakukan oleh pemimpin kelompok adalah *Planning* (perencanaan) tahap perencanaan. Pemimpin kelompok dalam tahapan *Planning* mencoba memaparkan dahulu mengenai Learning Motivation dan menjelaskan pentingnya Learning Motivation yaitu Learning Motivation mahasiswa yang tinggi dan yang rendah. Setelah pemimpin kelompok memaparkan mengenai Learning Motivation kemudian anggota kelompok mencoba mengungkapkan topik permasalahan terkait Learning Motivation mahasiswa yang rendah menurut pemahaman mereka masing-masing. Berikut permasalahan terkait Learning Motivation mahasiswa yang diungkapkan oleh anggota kelompok terkait topik tugas materi layanan “Minat dalam belajar”.

1. AB: Ketika teman-teman yang lain sibuk mencatat dan memperhatikan Dosen saya tidak tertarik untuk mencatat ataupun memperhatikan apa yang

Dosen sampaikan di depan kelas. Saya pikir itu semua percuma dan tidak penting karena meskipun saya mencata atau mendengarkan Dosen pasti nanti ketika ulangan saya juga mendapatkan nilai yang jelek.

2. CD: Saya ketika ada pekerjaan rumah lebih memilih untuk melihat pekerjaan teman saya daripada mengerjakan sendiri karena saya pikir saya tidak akan bisa untuk mengerjakan sendiri karena memang susah dan tidak bisa. Daripada saya mendapatkan nilai jelek maka saya lebih memilih melihat teman yang lebih pintar dari saya agar saya juga bisa mendapatkan nilai yang bagus.
3. FG: Saya merasa bodoh dengan hasil nilai ulangan yang tidak memuaskan.
4. HI: Saya sering mengalami kegagalan ketika ulangan, nilai hasil ulangan sering mendapatkan nilai dibawah standar ketentuan, karena hal tersebut maka setiap kali ulangan saya menjadi tidak terdrong untuk bisa mendapatkan nilai baik karena ujung-ujungnya juga saya mendapatkan nilai yang tidak memuaskan kembali
5. JK: Ketika sedang ulangan dan Dosen memperhatikan saya terus menerus itu membuat saya menjadi tidak tenang dan susah berkonsentrasi, sehingga saya tidak tenang ketika mengerjakan ulangan tersebut.
6. LM: Saya sependapat dengan teman teman dimana saya sering merasa tidak mampu menyelesaikan tugas yang sudah diberikan Dosen kepada saya.
7. No: Dosen yang galak di kelas dan menjelaskan terlalu cepat membuat saya menjadi tidak bersemangat dalam mengikuti pelajarannya, sehingga saya sering mengantuk atau mengajak teman untuk mengobrol karena bosan.
8. PQ: Ketika hasil ulangan yang saya dapatkan tidak memuaskan, saya akan menerima apa adanya karena memang saya seringnya tidak belajar jadi wajar bila saya mendapatkan hasil yang kurang memuaskan.
9. RS: Saya sangat malas sekali ketika mendapatkan tugas apalagi mata pelajaran matematika
10. TU: Minat saya dalam belajar sangat kurang sekali karena saya lebih suka bermain dari pada belajar dan mengerjakan tugas.

Berdasarkan apa yang disampaikan oleh anggota kelompok dapat diketahui bahwa anggota kelompok memiliki masalah terkait Learning Motivation mahasiswa yang rendah terkait topik tugas tentang “Minat dalam belajar”. Learning Motivation mahasiswa yang rendah akan memicu berbagai

permasalahan akademik, dan ketika permasalahan tersebut tidak ditangani maka akan beresiko munculnya masalah yang lebih serius.

Pemimpin kelompok memotong sesi teknik *self regulation* untuk dilanjutkan pertemuan selanjutnya, dan kegiatan selanjutnya yang dilakukan adalah pemimpin kelompok bersama anggota kelompok menyimpulkan hasil dari pelaksanaan bimbingan kelompok. Hasil bimbingan kelompok menyimpulkan bahwa Learning Motivation mahasiswa rendah akan memicu berbagai permasalahan yang mempengaruhi hasil akademik seorang mahasiswa, sehingga perlu ditingkatkannya Learning Motivation siswa yang rendah.

Tahap Pengakhiran. Pada tahap pengakhiran ini masih ada hal penting yang harus dilakukan oleh pemimpin kelompok bersama anggota kelompok yaitu memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk mengungkapkan pesan dan kesan setelah mengikuti kegiatan bimbingan kelompok. Pemimpin kelompok juga membahas tindakan lanjutan yang akan dilaksanakan sehingga jelas apa yang akan dilakukan selanjutnya dan terakhir menutup salam

Evaluasi proses dan hasil: Beberapa anggota kelompok sudah bisa memberikan kesimpulan sesuai topik bahasan dengan tetap menjaga harmonisasi di dalam kelompok. meskipun demikian ada beberapa anggota yang masih terlihat canggung dan malu malu dalam berpendapat yaitu KL, MN. Perbaikan yang harus dilakukan pemimpin kelompok untuk pelaksanaan BKP selanjutnya adalah:

1. Pelaksanaan BKP dibuat lebih santai dan tidak terlalu kaku, karena anggota kelompok menjadi tegang dan kurang nyaman dengan kondisi yang ada.
2. Pelaksanaan BKP tidak melebihi kontak waktu sebelumnya sehingga tidak mengurangi kenyamanan anggota kelompok.
3. Memperhatikan keadaan anggota kelompok mengenai kesiapannya dalam mengikuti kegiatan bimbingan kelompok yang dilaksanakan.
4. Kaitanya dengan *self regulation* dan Learning Motivation, tidak semua anggota kelompok bisa memahami secara mendalam mengenai masalah yang dialaminya sehingga kondisi tersebut membuat pemimpin kelompok untuk membantu mempermudah dalam memahami permasalahan Learning Motivation mahasiswa maka pemimpin kelompok mempermudah pemahaman anggota kelompok dengan menampilkan video sebagai pendukung dan pemahaman akan masalah yang dihadapi anggota kelompok.

Secara lebih rinci progres yang dicapai oleh anggota kelompok setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self regulation* yang pertama adalah sebagai berikut:

Tabel 8.Progres Anggota Kelompok Pertemuan Pertama

No.	AK	<i>Understanding</i>	<i>Comfort</i>	<i>Action</i>
1	AB	Saya mengerti bahwa saya harus yakin dengan kemampuan saya.	Saya merasa senang meskipun saya masih malu ketika ikut berbicara.	Yakin dengan kemampuan sendiri.
2	CD	Saya mengerti bahwa apa yang saya lakukan selama ini ternyata penting untuk diri saya.	Merasa senang dan lega.	Berusaha kerja keras dalam kegiatan akademik.
3	FG	Dosen galak dan pelajaran yang tidak menyenangkan hanya sebuah alasan, dan itu semua karena tidak mampu.	Saya menikmati dan senang.	Menghilangkan pikiran pikiran negatif.
4	HI	Orang tidak yakin dengan kemampuannya karena memang merasa dirinya tidak mampu	Senang, walaupun awalnya masih merasa malu dengan rekan yang lain.	Meningkatkan keyakinan diri sendiri.
5	JK	Khawatir mendapatkan nilai jelek itu wajar, tetapi bila berlebihan maka akan berdampak jelek seperti pikiran untuk mencontek	Senang dan gembira	Membedakan antara kenyataan dan pikiran belaka.
6	LM	Apa yang saya kerjakan di kampus seperti mencatat dan mendengarkan Dosen tidaklah sia-sia.	Saya merasa senang.	Berusaha sebaik mungkin untuk selalu memperhatikan, mencatat dan mendengarkan apa yang disampaikan Dosen.
7	NO	Menerima hasil ulangan kemudian tidak mau memperbaiki lagi merupakan dedikasi diri akademik yang rendah.	Senang	Terus mencoba memperbaiki dan tidak hanya diam saja dengan hasil yang jelek.
8	PQ	Apa yang dilakukan untuk meningkatkan kemampuan	Saya merasa senang dan santai	Saya akan berusaha melakukan hal yang terbaik untuk

		akademik itu penting.		meningkatkan kemampuan akademik saya.
9	RS	Ternyata minat belajar itu sangat penting dalm menumbuhkan Learning Motivation	Senang	Saya akan berusaha belajar lebih giat lagi
10	TU	Minat belajar membuat saya lebih mengetahui betapa pentingnya motivasi	Saya jadi merasa lebih lega	Saya akan menjadi lebih baik lagi

5.3.2 Pertemuan Kedua

Pelaksanaan Bimbingan Kelompok dengan teknik *self regulation* untuk pertemuan kedua dilaksanakan bertempat di ruang Kelas Gedung E UM Metro. Pada pertemuan kedua ini pemimpin kelompok melanjutkan dari pertemuan yang pertama namun dalam teknik mahasiswa memulai untuk bisa *monitoring* melihat hasil atau memantau diri sendiri dan orang lain terhadap kegiatan belajar yang sudah dijalankan atau di *planning* untuk didiskusikan topik tugas Learning Motivation yang dibahas adalah indikator *task choice* dengan materi layanan “Aktivitas lain yang dapat dilakukan dalam belajar”.

Tahap Pembentukan. Pada pertemuan kedua sebagian besar anggota kelompok sudah mulai terlihat tidak canggung dan mulai berinteraksi. Kondisi ini bisa dipahami beberapa dari anggota kelompok belum pernah melaksanakan layanan bimbingan kelompok. Selanjutnya pemimpi kelompok menjelaskan pengertian dan tujuan, asas-asas, serta cara pelaksanaan layanan Bimbingan Kelompok dengan teknik *self regulation*. Permainan menyanyi berputar “Di sini Senang Di Sana Senang” diberikan kepada anggota kelompok untuk membentuk dinamika kelompok.

Tahap Peralihan. Setelah pelaksanaan permainan pembentukan, pemimpin kelompok membawa anggota kelompok pada tahap peralihan. Pemimpin kelompok menstimulasi anggota kelompok untuk menyatakan keengganan yang

mereka rasakan dalam mengikuti kegiatan. Pada tahap ini dinamika kelompok sudah mulai tampak, beberapa anggota kelompok aktif merespon pernyataan-pernyataan yang disampaikan oleh pemimpin kelompok. Rata-rata dari anggota kelompok menyampaikan bahwa mereka belum memahami maksud dan tujuan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok sehingga masih merasa canggung. Agar dinamika tercipta dengan baik maka anggota kelompok dimotivasi untuk berperan aktif dalam kegiatan kelompok yang di ikutinya. Setelah anggota kelompok dimotivasi maka pemimpin kelompok melanjutkan ke tahapan selanjutnya yaitu tahapan kegiatan.

Tahap Kegiatan. Memasuki tahap kegiatan pemimpin kelompok mulai menerapkan teknik *self regulation* dalam mengintervensi anggota kelompok yang memiliki Learning Motivation rendah. Tahapan dari *self regulation* yang kedua dilakukan oleh pemimpin kelompok adalah *monitoring* (memonitor dirinya) tahap monitoring diri. Pemimpin kelompok dalam tahapan *monitoring* mencoba memaparkan dahulu mengenai Learning Motivation dan menjelaskan pentingnya aktivitas lain yang dilakukan dalam belajaryaitu Learning Motivation mahasiswa yang tinggi dan yang rendah. Setelah pemimpin kelompok memaparkan mengenai Learning Motivation kemudian anggota kelompok mencoba mengungkapkan topik permasalahan terkait Learning Motivation mahasiswa yang rendah menurut pemahaman mereka masing-masing. Berikut permasalahan terkait Learning Motivation mahasiswa yang diungkapkan oleh anggota kelompok terkait topik tugas materi layanan “Aktivitas lain yang dapat dilakukan dalam belajar”.

1. AB: Ketika saya belajar saya sangat bingung banyak sekali aktivitas yang saya lakukan sehingga saya tidak bisa berkonsentrasi dalam belajar.
2. CD: Saya sangat sulit untuk memilih aktivitas belajar yang tepat biasanya saya belajar dengan makan dan menonton tv.

3. FG: Mengenai topik ini saya sangat setuju sekali bagaimana kita telah merencanakan dari pertemuan pertama dan sekarang kita bisa memonitor hasil bagaimana aktivitas belajarnya.
4. HI: Saya biasanya belajar sambil mendengarkan musik tapi saya jadi lebih semangat.
5. JK: Saya biasanya sebelum belajar saya harus mandi supaya lebih fresh dan semangat dalam belajar.
6. LM: Aktivitas belajar lain itu sangat berguna bagi saya karena supaya saya tidak bosan.
7. NO: Saya juga biasa melakukan aktivitas lain dalam belajar untuk mengusir rasa bosan.
8. PQ: Ketika saya belajar saya selalu melakukan aktivitas lain dalam belajar karena dapat menghilangkan kepenatan, lelah dan rasa malas dalam diri saya.
9. RS: Saya suka mendengarkan musik jazz karena sangat relaks setelah itu baru saya belajar lebih konsen.
10. TU: saya suka ngebrol dulu sebelum belajar supaya tidak terlalu spaneng dan belajar jadi mudah dimengerti.

Berdasarkan apa yang disampaikan oleh anggota kelompok dapat diketahui bahwa anggota kelompok memiliki masalah terkait Learning Motivation mahasiswa yang rendah terkait topik tugas tentang “Aktivitas lain yang dapat dilakukan dalam belajar”.

Pemimpin kelompok memotong sesi teknik *self regulation* untuk dilanjutkan pertemuan selanjutnya, dan kegiatan selanjutnya yang dilakukan adalah pemimpin kelompok bersama anggota kelompok menyimpulkan hasil dari pelaksanaan bimbingan kelompok. Hasil bimbingan kelompok menyimpulkan bahwa Learning

Motivasi mahasiswa kaitanya dengan aktivitas lain yang dilakukan dalam belajar itu bisa menjadi indikasi Learning Motivation rendah karena merasa bosan, malas, dan lain-lain itu bisa menjadi pemicu Learning Motivation yang rendah.

Tahap Pengakhiran. Pada tahap pengakhiran ini masih ada hal penting yang harus dilakukan oleh pemimpin kelompok bersama anggota kelompok yaitu memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk mengungkapkan pesan dan kesan setelah mengikuti kegiatan bimbingan kelompok. Pemimpin kelompok juga membahas tindakan lanjutan yang akan dilaksanakan sehingga jelas apa yang akan dilakukan selanjutnya dan terakhir menutup salam.

Evaluasi proses dan hasil: Beberapa anggota kelompok sudah bisa memberikan kesimpulan sesuai topik bahasan. Meskipun demikian ada beberapa anggota yang masih terlihat malu malu dan asyik mengobrol dalam berpendapat yaitu FG, HI dan JK. Perbaikan yang harus dilakukan pemimpin kelompok untuk pelaksanaan BKP selanjutnya adalah:

1. Pelaksanaan BKP tidak melebihi kontak waktu sebelumnya sehingga tidak mengurangi kenyamanan anggota kelompok.
2. Memperhatikan keadaan anggota kelompok mengenai kesiapannya dalam mengikuti kegiatan bimbingan kelompok yang dilaksanakan.
3. Kaitanya dengan *self regulation* dan Learning Motivation mereka masih belum bisa memonitoring diri mereka masing masing.

Secara lebih rinci progres yang dicapai oleh anggota kelompok setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self regulation* yang pertama adalah sebagai berikut:

No.	AK	<i>Understanding</i>	<i>Comfort</i>	<i>Action</i>
1	AB	Saya mengertitentang belajar	Sangat Senang	Saya akan mencobanya
2	CD	Saya mengetahui hal baru	Merasa senang dan lega.	Saya akan memulai memonitor belajar saya
3	FG	Saya jadi mengetahui aktivitas belajar itu penting	Saya menikmati dan senang.	Memulai aktivitas yang baik
4	HI	Jadi tahu	Senang	Meningkatkan kegitan belajar
5	JK	Mengetahui hal baru	Senang	Membedakan antara aktivitas positive dalam belajar dan yang negatif
6	LM	Saya memahami hal tentang aktivitas belajar	Saya merasa senang.	Berusaha sebaik mungkin untuk selalu memperhatikan,mencatat dan mendengarkan apa yang disampaikan Dosen.
7	NO	Saya jadi paham	Senang	Terus mencoba aktivitas yang baik dalam belajar
8	PQ	Penting sekali ternyata belajar sambil melakukan aktivitas lain supaya tidak spaneng	Saya merasa senang dan santai	Saya akan berusaha melakukan hal yang terbaik untuk meningkatkan kemampuan akademik saya.
9	RS	Jadi tahu pentingnya aktivitas lain dalam belajar	Senang	Berusaha belajar lagi
10	TU	Penting sekali mempelajarinya saya jadi tahu sekarang	Saya jadi merasa lebih lega	Membuat monitor diri dalam belajar

5.3.3 Pertemuan Ketiga

Pelaksanaan Bimbingan Kelompok dengan teknik *self regulation* untuk pertemuan ketiga dilaksanakan bertempat di ruang Kelas Gedung E UM Metro. Pada pertemuan kedua ini pemimpin kelompok melanjutkan dari pertemuan yang pertama namun dalam teknik mahasiswa memulai untuk bisa *monitoring* melihat hasil atau memantau diri sendiri dan orang lain terhadap kegiatan belajar yang sudah dijalankan atau di *planning* untuk didiskusikan topik tugas Learning

Motivation yang dibahas adalah indikator *task choice* dengan materi layanan “kondisi bebas memilih”.

Tahap Pembentukan. Pada pertemuan ketiga sebagian besar anggota kelompok sudah mulai terlihat tidak canggung dan mulai berinteraksi. Kondisi ini bisa dipahami beberapa dari anggota kelompok belum pernah melaksanakan layanan bimbingan kelompok. Selanjutnya pemimpi kelompok menjelaskan pengertian dan tujuan, asas-asas, serta cara pelaksanaan layanan Bimbingan Kelompok dengan teknik *self regulation*. Permainan “Senam Otak” untuk melatih konsentrasi diberikan kepada anggota kelompok untuk membentuk dinamika kelompok.

Tahap Peralihan. Setelah pelaksanaan permainan pembentukan, pemimpin kelompok membawa anggota kelompok pada tahap peralihan. Pemimpin kelompok menstimulasi anggota kelompok untuk menyatakan keengganan yang mereka rasakan dalam mengikuti kegiatan. Pada tahap ini dinamika kelompok sudah mulai tampak, beberapa anggota kelompok aktif merespon pernyataan-pernyataan yang disampaikan oleh pemimpin kelompok. Rata-rata dari anggota kelompok menyampaikan bahwa mereka belum memahami maksud dan tujuan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok sehingga masih merasa canggung. Agar dinamika tercipta dengan baik maka anggota kelompok dimotivasi untuk berperan aktif dalam kegiatan kelompok yang di ikutinya. Setelah anggota kelompok dimotivasi maka pemimpin kelompok melanjutkan ke tahapan selanjutnya yaitu tahapan kegiatan.

Tahap Kegiatan. Memasuki tahap kegiatan pemimpin kelompok mulai menerapkan teknik *self regulation* dalam mengintervensi anggota kelompok yang memiliki Learning Motivation rendah. Tahapan dari *self regulation* yang kedua dilakukan oleh pemimpin kelompok adalah *monitoring* (memonitor dirinya)

tahap monitoring diri. Pemimpin kelompok dalam tahapan *monitoring* mencoba memaparkan dahulu mengenai Learning Motivation dan menjelaskan pentingnya aktivitas lain yang dilakukan dalam belajaryaitu Learning Motivation mahasiswa yang tinggi dan yang rendah. Setelah pemimpin kelompok memaparkan mengenai Learning Motivation kemudian anggota kelompok mencoba mengungkapkan topik permasalahan terkait Learning Motivation mahasiswa yang rendah menurut pemahaman mereka masing-masing. Berikut permasalahan terkait Learning Motivation mahasiswa yang diungkapkan oleh anggota kelompok terkait topik tugas materi layanan “Kondisi bebas memilih”.

1. AB: Ketika saya belajar saya sangat bingung banyak sekali aktivitas yang saya lakukan sehingga saya tidak bisa berkonsentrasi dalam belajar.
2. CD: Saya sangat sulit untuk memilih aktivitas belajar yang tepat biasanya saya belajar dengan makan dan menonton tv.
3. FG: Mengenai topik ini saya sangat setuju sekali bagaimana kita telah merencanakan dari pertemuan pertama dan sekarang kita bisa memonitor hasil bagaimana aktivitas belajarnya.
4. HI: Saya biasanya belajar sambil mendengarkan musik tapi saya jadi lebih semangat.
5. JK: Saya biasanya sebelum belajar saya harus mandi supaya lebih fresh dan semangat dalam belajar.
6. LM: Aktivitas belajar lain itu sangat berguna bagi saya karena supaya saya tidak bosan.
7. NO: Saya juga biasa melakukan aktivitas lain dalam belajar untuk mengusir rasa bosan.

8. PQ: Ketika saya belajar saya selalu melakukan aktivitas lain dalam belajar karena dapat menghilangkan kepenatan, lelah dan rasa malas dalam diri saya.
9. RS: Saya suka mendengarkan musik jazz karena sangat relaks setelah itu baru saya belajar lebih konsen.
10. TU: saya suka ngbrol dulu sebelum belajar supaya tidak terlalu spaneng dan belajar jadi mudah dimengerti.

Berdasarkan apa yang disampaikan oleh anggota kelompok dapat diketahui bahwa anggota kelompok memiliki masalah terkait Learning Motivation mahasiswa yang rendah terkait topik tugas tentang “Aktivitas lain yang dapat dilakukan dalam belajar”.

Pemimpin kelompok memotong sesi teknik *self regulation* untuk dilanjutkan pertemuan selanjutnya, dan kegiatan selanjutnya yang dilakukan adalah pemimpin kelompok bersama anggota kelompok menyimpulkan hasil dari pelaksanaan bimbingan kelompok. Hasil bimbingan kelompok menyimpulkan bahwa Learning Motivation mahasiswa kaitanya dengan aktivitas lain yang dilakukan dalam belajar itu bisa menjadi indikasi Learning Motivation rendah karena merasa bosan, malas, dan lain-lain itu bisa menjadi pemicu Learning Motivation yang rendah.

Tahap Pengakhiran. Pada tahap pengakhiran ini masih ada hal penting yang harus dilakukan oleh pemimpin kelompok bersama anggota kelompok yaitu memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk mengungkapkan pesan dan kesan setelah mengikuti kegiatan bimbingan kelompok. Pemimpin kelompok juga membahas tindakan lanjutan yang akan dilaksanakan sehingga jelas apa yang akan dilakukan selanjutnya dan terakhir menutup salam.

Evaluasi proses dan hasil: Beberapa anggota kelompok sudah bisa memberikan kesimpulan sesuai topik bahasan. Meskipun demikian ada beberapa

anggota yang masih terlihat malu malu dan asyik mengobrol dalam berpendapat yaitu LM, NO dan PQ. Perbaikan yang harus dilakukan pemimpin kelompok untuk pelaksanaan BKP selanjutnya adalah:

1. Pelaksanaan BKP tidak melebihi kontak waktu sebelumnya sehingga tidak mengurangi kenyamanan anggota kelompok.
2. Memperhatikan keadaan anggota kelompok mengenai kesiapannya dalam mengikuti kegiatan bimbingan kelompok yang dilaksanakan.
3. Kaitanya dengan *self regulation* dan Learning Motivation mereka masih belum bisa memonitoring diri mereka masing masing.

Secara lebih rinci progres yang dicapai oleh anggota kelompok setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self regulation* yang pertama adalah sebagai berikut:

Tabel 10. Progres Anggota Kelompok Pertemuan Ketiga

No.	AK	<i>Understanding</i>	<i>Comfort</i>	<i>Action</i>
1	AB	Saya mengerti tentang belajar	Sangat Senang	Saya akan mencobanya
2	CD	Saya mengetahui hal baru	Merasa senang dan lega.	Saya akan memulai memonitor belajar saya
3	FG	Saya jadi mengetahui aktivitas belajar itu penting	Saya menikmati dan senang.	Memulai aktivitas yang baik
4	HI	Jadi tahu	Senang	Meningkatkan kegitan belajar
5	JK	Mengetahui hal baru	Senang	Membedakan antara aktivitas positive dalam belajar dan yang negatif
6	LM	Saya memahami hal tentang aktivitas belajar	Saya merasa senang.	Berusaha sebaik mungkin untuk selalu memperhatikan, mencatat dan mendengarkan apa yang disampaikan Dosen.
7	NO	Saya jadi paham	Senang	Terus mencoba aktivitas yang baik dalam belajar
8	PQ	Penting sekali ternyata belajar sambil melakukan aktivitas lain supaya tidak	Saya merasa senang dan santai	Saya akan berusaha melakukan hal yang terbaik untuk meningkatkan

		spaneng		kemampuan akademik saya.
9	RS	Jadi tahu pentingnya aktivitas lain dalam belajar	Senang	Berusaha belajar lagi
10	TU	Penting sekali mempelajarinya saya jadi tahu sekarang	Saya jadi merasa lebih lega	Membuat monitor diri dalam belajar

5.3.4 Pertemuan Keempat

Pelaksanaan Bimbingan Kelompok dengan teknik *self regulation* untuk pertemuan keempat dilaksanakan bertempat di ruang Kelas Gedung E UM Metro. Pada pertemuan keempat ini pemimpin kelompok melanjutkan dari pertemuan yang ketiga namun dalam teknik mahasiswa memulai untuk bisa *monitoring* melihat hasil atau memantau diri sendiri dan orang lain terhadap kegiatan belajar yang sudah dijalankan atau untuk didiskusikan topik tugas Learning Motivation yang dibahas adalah indikator *Effort* (Usaha) dengan materi layanan “Usaha Fisik Cara Mengatur waktu dalam membaca pada setiap harinya”.

Tahap Pembentukan. Pada pertemuan keempat ini anggota kelompok sudah nampak antusias dalam mengikuti kegiatan bimbingan kelompok. Selanjutnya pemimpin kelompok menjelaskan pengertian dan tujuan, asas-asas, serta cara pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self regulation*. Permainan “Apakah Bisa” Melatih gerakan tangan dan ucapan, diberikan kepada anggota kelompok untuk membentuk dinamika kelompok.

Tahap Peralihan. Setelah pelaksanaan permainan pembentukan, pemimpin kelompok membawa anggota kelompok pada tahap peralihan. Pemimpin kelompok menstimulasi anggota kelompok untuk menyatakan keengganan yang mereka rasakan dalam mengikuti kegiatan. Pada tahap ini dinamika kelompok sudah mulai tampak, beberapa anggota kelompok aktif merespon pernyataan-pernyataan yang disampaikan oleh pemimpin kelompok. Rata-rata dari anggota kelompok menyampaikan bahwa mereka belum memahami maksud dan tujuan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok sehingga masih merasa canggung. Agar dinamika tercipta dengan baik maka anggota kelompok dimotivasi untuk berperan aktif dalam kegiatan kelompok yang diikutinya. Setelah anggota kelompok dimotivasi maka pemimpin kelompok melanjutkan ke tahapan selanjutnya yaitu tahapan kegiatan.

Tahap Kegiatan. Memasuki tahap kegiatan pemimpin kelompok mulai menerapkan teknik *self regulation* dalam mengintervensi anggota kelompok yang memiliki Learning Motivation rendah. Tahapan dari *self regulation* yang kedua dilakukan oleh pemimpin kelompok adalah *monitoring* (memonitor dirinya) tahap monitoring diri. Pemimpin kelompok dalam tahapan *monitoring* mencoba memaparkan dahulu mengenai Learning Motivation dan menjelaskan pentingnya usaha fisik cara mengatur waktu dalam membaca pada setiap harinya yaitu Learning Motivation mahasiswa yang tinggi dan yang rendah. Setelah pemimpin kelompok memaparkan mengenai Learning Motivation kemudian anggota kelompok mencoba mengungkapkan topik permasalahan terkait Learning Motivation mahasiswa yang rendah menurut pemahaman mereka masing-masing. Berikut permasalahan terkait Learning Motivation mahasiswa yang diungkapkan oleh anggota kelompok terkait topik tugas materi layanan “Usaha Fisik Cara Mengatur waktu dalam membaca pada setiap harinya”.

1. AB: Saya biasa membaca hanya 5 menit dalam sehari saya memang mengatur waktu untuk baca itu susah gak gampang.
2. CD: Ketika saya pulang kampus saya tidak pernah membaca sama sekali.
3. FG: Saya tidak suka membaca hanya saja saya lebih suka mendengarkan cerita dari teman dari pada saya harus membaca.
4. HI: Saya di rumah biasa tidak membaca karena jika saya membaca di rumah tidak konsentrasi, saya lebih suka membaca pada saat jam belajar.
5. JK: Walaupun itu sulit bagi saya mengatur waktu membaca dalam setiap harinya saya membaca ya pada saat jam belajar saja di kampus.
6. LM: Saya suka membaca, dalam sehari biasanya saya membaca pelajaran kurang lebih 30 menit dan sisanya untuk membaca komik atau main *play station (PS) game*.
7. NO: Orang tua saya selalu menjadwalkan untuk membaca buku pelajaran di waktu malam hari 1 jam tapi saya hanya membaca 10 menit karena saya merasa bosan sekali ketika membaca buku pelajaran, saya lebih suka membaca buku dongeng cerita.
8. PQ: Saya senang membaca saya biasa menyisipkan waktu untuk membaca minim 10 menit maksimal sampai saya lelah.
9. RS: Ketika ada tugas saya membaca ketika tidak ya saya tidak membaca.
10. TU: lebih senang membaca komik dari pada membaca buku pelajaran.

Berdasarkan apa yang disampaikan oleh anggota kelompok dapat diketahui bahwa anggota kelompok memiliki masalah terkait Learning Motivation mahasiswa yang rendah terkait topik tugas tentang “Usaha Fisik Cara Mengatur waktu dalam membaca pada setiap harinya”.

Pemimpin kelompok memotong sesi teknik *self regulation* untuk dilanjutkan pertemuan selanjutnya, dan kegiatan selanjutnya yang dilakukan adalah pemimpin kelompok bersama anggota kelompok menyimpulkan hasil dari pelaksanaan bimbingan kelompok. Hasil bimbingan kelompok menyimpulkan bahwa Learning Motivation mahasiswa kaitanya dengan usaha fisik cara mengatur waktu dalam membaca pada setiap harinya itu bisa menjadi indikasi Learning Motivation karena merasa bosan, malas, dan lain-lain itu bisa menjadi pemicu Learning Motivation yang rendah.

Tahap Pengakhiran. Pada tahap pengakhiran ini masih ada hal penting yang harus dilakukan oleh pemimpin kelompok bersama anggota kelompok yaitu memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk mengungkapkan pesan dan kesan setelah mengikuti kegiatan bimbingan kelompok. Pemimpin kelompok juga membahas tindakan lanjutan yang akan dilaksanakan sehingga jelas apa yang akan dilakukan selanjutnya dan terakhir menutup salam.

Evaluasi proses dan hasil: anggota kelompok sudah dapat berinteraksi dan berpendapat dengan baik

Secara lebih rinci progres yang dicapai oleh anggota kelompok setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self regulation* yang pertama adalah sebagai berikut:

Tabel 11. Progres Anggota Kelompok Pertemuan Keempat

No.	AK	<i>Understanding</i>	<i>Comfort</i>	<i>Action</i>
1	AB	Saya paham tentang pentingnya mengatur waktu untuk membaca pada setiap harinya	Sangat Senang	Saya akan mencobanya
2	CD	Saya mengetahui hal baru	Senang.	Saya akan memulai memonitor membaca belajar saya
3	FG	Saya jadi mengetahui pentingnya mengatur waktu untuk membaca pada setiap harinya itu penting	Senang.	Memulai membaca yang baik
4	HI	Jadi tahu	Senang	Meningkatkan kegiatan belajar membaca

5	JK	Mengetahui hal baru	Senang	Lebih semangat lagi untuk membaca
6	LM	Saya memahami hal tentang pentingnya mengatur waktu untuk membaca pada setiap harinya belajar	Saya merasa senang.	Akan mencoba menambah dan mengatur waktu untuk membaca
7	NO	Saya jadi paham	Senang	Terus mencoba untuk membaca buku pelajaran pada setiap harinya
8	PQ	Penting sekali ternyata pentingnya mengatur waktu untuk membaca pada setiap harinya	Saya merasa senang	Saya akan berusaha melakukan kegiatan membaca minimal 10-15 menit.
9	RS	Jadi tahu pentingnya pentingnya mengatur waktu untuk membaca pada setiap harinya	Senang	Berusaha belajar lagi
10	TU	Penting sekali mempelajarinya pentingnya mengatur waktu untuk membaca pada setiap harinya	Saya jadi merasa lebih lega	Membuat monitor diri dalam membaca

5.3.5 Evaluasi dan Tindak Lanjut

Pelaksanaan model Bimbingan Kelompok dengan teknik *self regulation* yang ketiga dilaksanakan bertempat di ruang Kelas Gedung E UM Metro.

Tahap Pembentukan. Layanan Bimbingan Kelompok dengan teknik *self regulation* pada tahapan ini anggota kelompok sudah antara yang satu dengan yang lain dapat berinteraksi dengan baik dan terjalin hubungan yang erat. Dimana antara yang satu dan yang lain saling menyapa, berjabat tangan, dan sesekali bercanda atau bergurau. Kondisi tersebut bermanfaat untuk menumbuhkan dinamika kelompok bagi anggota kelompok.

Tahap Peralihan. Pemimpin kelompok memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk menyampaikan perasaan yang mengganggu atau ketidaknyamanan yang dirasakan sehingga layanan Bimbingan Kelompok nantinya dapat berjalan dengan baik. Anggota kelompok ada yang ingin menyampaikan keinginannya dan hal-hal yang mengganggu dalam mereka sehingga nantinya dalam kegiatan BKP tidak menjadi penghambat.

Tahap Kegiatan. Pemimpin kelompok mempersilahkan anggota kelompok untuk mengemukakan pendapat selama mengikuti kegiatan Bimbingan Kelompok

yang sudah dilakukan bersama dengan pemimpin kelompok sebanyak delapan kali sesi pertemuan. Pemimpin kelompok bersama anggota kelompok mencari alternatif solusi yang paling efektif dari permasalahan yang muncul pada anggota kelompok terkait *Learning Motivation* akademik yang rendah. Permasalahan anggota kelompok yang muncul karena anggota kelompok mengalami kegagalan secara langsung, melihat orang lain, dipengaruhi oleh orang lain dan keadaan fisik dan emosi yang kemudian mempengaruhi pikiran dan perasaan mereka dan membentuk pemikiran irasional ataupun pemikiran negatif mereka.

Tahap Pengakhiran. Pada tahap pengakhiran pemimpin kelompok bersama dengan anggota kelompok menyimpulkan hasil kegiatan layanan Bimbingan Kelompok dengan teknik *self regulation*. Setelah itu anggota kelompok diminta untuk mengisi skala *Learning Motivation* akademik untuk mengetahui perubahan yang terjadi sebelum dan sesudah diberikan Bimbingan Kelompok. Setelah itu baru Bimbingan Kelompok benar benar ditutup dan diakhiri dengan doa. Tindak lanjut digunakan untuk mengetahui sejauh mana alternatif pilihan yang dipilih dapat diterapkan dan diaplikasikan dalam kehidupan anggota kelompok. Dosen bimbingan konseling melanjutkan kegiatan bimbingan kelompok dengan teknik *self regulation* bila memang dirasa belum cukup.

5.3.6 Evaluasi Pelaksanaan Uji Empirik

Untuk mengetahui efektivitas dari layanan yang telah dilaksanakan dengan menggunakan model bimbingan kelompok dengan teknik *self regulation* untuk meningkatkan *Learning Motivation* mahasiswa maka perlu dilakukan evaluasi. Evaluasi dilakukan pada hari Sabtu, 18 Februari 2017 Pukul 09:00 – 10:30 di ruang kelas gedung E UM Metro. Hal ini dilakukan untuk mengetahui perubahan pada diri anggota kelompok.

Evaluasi model bimbingan kelompok dengan teknik *self regulation* untuk meningkatkan *Learning Motivation* mahasiswa dilakukan dengan cara *Focus Group Discussion* (FGD). Evaluasi ini dilakukan dengan penilaian segera dan pertanyaan deskriptif untuk pemahaman mahasiswa lebih dalam terkait pembahasan saat pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik *self regulation*.

FGD (*Focus Group Discussion*) adalah salah satu metode pengumpulan data pada penelitian kualitatif dengan hasil akhir memberikan data yang berasal dari hasil eksplorasi interaksi sejumlah partisipan suatu penelitian ketika proses

diskusi pada informan yang terlibat (Sutopo, 2006:73). Berikut ini disajikan progres sikap mahasiswa dalam FGD.

Tabel 12.Progres Sikap Mahasiswa dalam Kegiatan *Focus Group Discussion* (FGD)

No.	Responden	Action
1	AB	<ul style="list-style-type: none"> - Memiliki strategi untuk mengejar target nilai matematika yang berawal dari 4 dan 5 menjadi 7 dan 8 - Membuat peta konsep dalam belajar agar mudah menghafalkan rumus matematika
2	CD	<ul style="list-style-type: none"> - Mulai merencanakan belajar dengan menjadwalkan belajar setiap harinya - Melakukan kegiatan lain dalam belajar supaya tidak merasa bosan - Jika mengalami kesulitan dalam belajar segera bertanya kepada Dosen ataupun teman
3	FG	<ul style="list-style-type: none"> - Menentukan target dalam belajar agar mendapatkan peringkat 10 besar di kelas - Menata bukunya kembali agar mudah mencari buku pelajaran saat dibutuhkan untuk belajar - Mencatat pelajaran ketika di kelas
4	HI	<ul style="list-style-type: none"> - Memonitor diri dalam belajar melihat hasil belajarnya - Memberikan evaluasi/ penilaian ditinjau dari hasil ulangan terdahulu untuk dikaji ulang - Membuat catatan kecil tentang rumus matematika agar mudah untuk menghafalnya - Meluangkan waktu minimal 10 menit dalam sehari untuk membaca
5	JK	<ul style="list-style-type: none"> - Membuat jadwal harian baik belajar ataupun bermain - Bermain game ketika PR sudah dikerjakan - Mengikuti tambahan waktu belajar (les private) agar lebih menguasai materi pelajaran di kampus - Menyusun jadwal kegiatan harian seperti yang didiskusikan dalam kelompok - Meluangkan waktu untuk membaca walau hanya sebentar
6	LM	<ul style="list-style-type: none"> - Merancang kegiatan belajar untuk mendapatkan prestasi di kampus - Tidak malu ataupun takut bertanya kepada orang tua, Dosen dan teman ketika mengalami kesulitan dalam belajar - Apabila merasa bosan maka melakukan refreshing terlebih dahulu seperti yang didiskusikan dalam kegiatan kelompok
7	NO	<ul style="list-style-type: none"> - Membuat ringkasan catatan tentang rumus-rumus matematika - Mengatur jam belajar yaitu dari jam 7 malam

		sampai jam 8:30 malam
		- Mencatat tugas yang diberikan Dosen dan ditempelkan di dinding agar tidak lupa mengerjakan
8	PQ	<ul style="list-style-type: none"> - Mulai merencanakan belajar yang lebih baik lagi dari sebelumnya, dalam memonitoring diri sendiri dan memberikan penilaian dalam kegiatan belajar seperti yang didiskusikan - Membuat catatan materi pelajaran ketika di kelas - Menata buku kembali ketika selesai belajar supaya tidak berantakan dan nyaman dalam belajar
9	RS	<ul style="list-style-type: none"> - Bermain sepak bola ketika PR sudah dikerjakan - Mencatat daftar PR dan ditempelkan didinding agar tidak lupa - Mencari bantuan kepada orang tua, Dosen dan teman apabila mengalami kesulitan mengerjakan tugas matematika
10	TU	<ul style="list-style-type: none"> - Membuat perencanaan belajar, dimonitor dan dievaluasi agar mengetahui perkembangan dalam belajar seperti yang didiskusikan dalam kegiatan kelompok - Membuat peta konsep dalam belajar agar mudah dalam menghafal materi pelajaran dan mudah untuk memahaminya - Nonton TV ketika PR sudah dikerjakan.

5.4 Hasil Posttest Learning Motivation Mahasiswa di UM Metro Prodi BK

Melalui penggunaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self regulation* maka diperoleh hasil analisis data posttest di gambarkan dalam tabel dan grafik sebagai berikut:

Tabel 13. Data Hasil Posttest Learning Motivation

No.	Inisial	Posttest	%	Kategori
1	AB	197	96,57	T
2	CD	184	90,2	T
3	FG	183	89,71	T
4	HI	201	98,53	T
5	JK	191	93,63	T
6	LM	166	81,37	S
7	NO	187	91,67	T
8	PQ	176	86,27	T
9	RS	189	92,65	T
10	TU	176	86,27	T

Dapat dijelaskan bahwa dari hasil posttest Learning Motivation setelah menggunakan model layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self regulation* adalah bahwa satu orang siwa berada pada kategori sedang, sembilan mahasiswa pada kategori tinggi, nampak terjadi peningkatan dari hasil sebelumnya atau hasil pretest.

5.5 Uji Efektivitas

Uji efektivitas dimaksudkan untuk mengetahui tingkat efektivitas atas layanan yang disusun. Dalam uji efektivitas ini terbagi atas 2 bagian yaitu: (1) uji efektivitas layanan, (2) uji hipotesis.

5.5.1 Uji Efektivitas

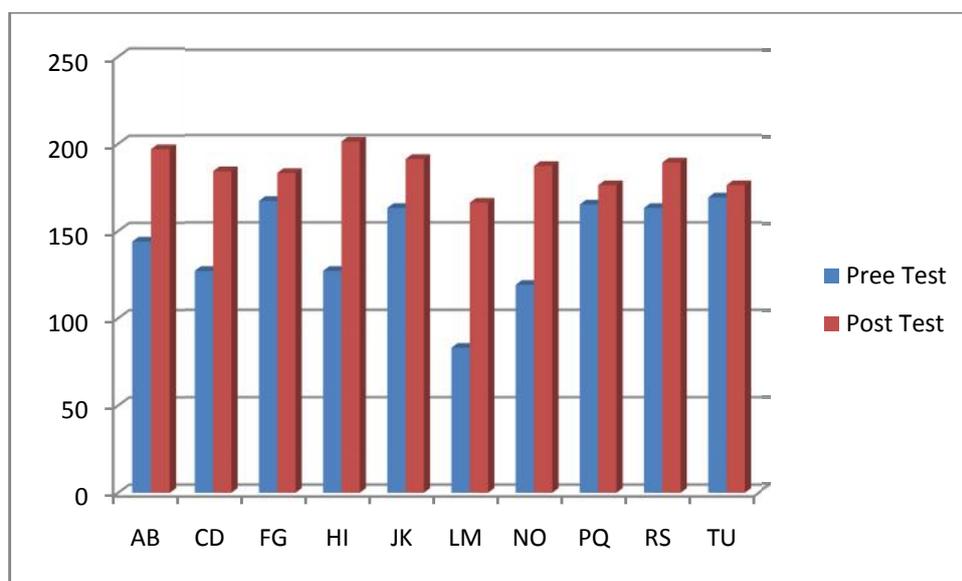
Secara kuantitatif peningkatan learning motivation siswa bisa dilihat dari perbandingan nilai pretest dan posttest yang diperoleh masing-masing anggota kelompok. Berikut rincian perolehan skor layanan bimbingan menggunakan teknik regulasi diri pada semua indikator:

Tabel 14.Perolehan Skor Total Preetest dan Posttest Learning Motivation

Inisal	Pree Test	%	Kategori	Post Test	%	Kategori	Perubahan
AB	144	70,59	S	197	96,57	T	25,98 %
CD	127	62,25	R	184	90,2	T	27,95 %
FG	167	81,86	S	183	89,71	T	7,85 %
HI	127	62,25	R	201	98,53	T	36,28 %
JK	163	79,9	S	191	93,63	T	13,73 %
LM	83	40,69	SR	166	81,37	S	40,68 %
NO	119	58,33	R	187	91,67	T	33,34 %
PQ	165	80,88	S	176	86,27	T	5,39 %
RS	163	79,9	S	189	92,65	T	12,75 %
TU	169	82,84	T	176	86,27	T	3,43 %

Sumber: Data Primer diolah, 2017

Berdasarkan tabel diatas maka disajikan basanya dalam bentuk diagram, berikut ini visualisasi tabel di atas seperti gambar berikut ini:



Gambar 1. Grafik Skor Total Preetest dan Posttest *Learning Motivation*

Berdasarkan grafik di atas terlihat bahwasanya layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan learning motivation menggunakan teknik regulasi diri pada semua siswa mengalami peningkatan (nilai posttest lebih tinggi dari nilai pretest) Ketercapaian hasil tersebut karena layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan learning motivation

menggunakan teknik regulasi diri dilaksanakan secara baik sesuai dengan prosedur yang telah direncanakan, walaupun terjadi beberapa hambatan saat kegiatan berlangsung.

5.5.1.1 Indikator *Task Choice*

Secara kuantitatif peningkatan learning motivation siswa bisa dilihat dalam indikator *task choice*. Berikut rincian Perolehan skor pretest dan posttest *one group design* pre eksperimen pada indikator *task choice*.

Tabel 15. Skor Pretest dan Posttest Indikator *Task Choice*

Inisial	Pretest		<i>Task Choice</i> Posttest		Perubahan	
	X1	%	X2	%	x2-x1	%
AB	34	70,8	46	95,8	12	25
CD	36	75	48	100	12	25
FG	36	75	45	93,8	9	18,8
HI	35	72,9	47	97,9	12	25
JK	36	75	48	100	12	25
LM	22	45,8	44	91,7	22	45,9
NO	38	79,2	47	97,9	9	18,7
PQ	37	77,1	45	93,8	8	16,7
RS	41	85,4	42	87,5	1	2,1
TO	41	85,4	46	95,8	5	10,4
Rata-rata	35,6	74,16	45,8	95,42	10,2	21,26

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa pada indikator *task choice* ada peningkatan learning motivation pada setiap anggota kelompok yang mengikuti kegiatan bimbingan kelompok dibuktikan dengan adanya peningkatan sebanyak 10,2 atau 21,26%. Data tersebut menunjukkan bahwa layanan Bimbingan Kelompok dengan teknik *self regulation* yang diberikan pemimpin kelompok kepada anggota kelompok efektif meningkatkan learning motivation siswa. Peningkatan indikator *task choice* ditunjukkan dengan adanya hasil posttest yang lebih tinggi daripada hasil pretest. Dengan kata lain bahwa intervensi yang

dilakukan dapat mengendalikan dan merubah siswa terkait learning motivation siswa yang rendah.

5.5.1.2 Indikator *Effort*

Secara kuantitatif peningkatan learning motivation siswa bisa dilihat dalam indikator *effort*. Berikut rincian perolehan skor pretest dan posttest *one group design* pre eksperimen pada indikator *effort*.

Tabel 16. Skor Pretest dan Posttest Indikator *Effort*

Inisial	Pretest		<i>Effort</i> Posttest		Perubahan	
	X1	%	X2	%	x2-x1	%
AB	66	75	85	96,6	19	21,6
CD	46	52,3	76	86,4	30	34,1
FG	73	83	81	92	8	9
HI	53	60,2	86	97,7	33	37,5
JK	81	92	78	88,6	3	3,4
LM	31	35,2	73	83	42	47,8
NO	48	54,5	74	84,1	26	29,6
PQ	73	83	74	84,1	1	1,1
RS	75	85,2	83	94,3	8	9,1
TO	72	81,8	70	79,5	2	2,3
Rata-rata	61,8	70,22	78	88,63	16,2	18,41

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa pada indikator *effort*. mengalami peningkatan 16,2 atau 18,41%. Berdasarkan data tersebut dapat diketahui bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self regulation* efektif untuk meningkatkan learning motivation siswa pada aspek *effort* ditunjukkan dengan adanya hasil posttest yang lebih tinggi daripada hasil pretest. Data tersebut menunjukkan bahwa setelah siswa diberikan intervensi bimbingan kelompok dengan teknik *self regulation* mengalami peningkatan learning motivation siswa dilihat dari aspek *effort*.

5.5.1.3 Indikator *Persistence*

Secara kuantitatif peningkatan learning motivation siswa bisa dilihat dalam indikator *persistence*. Berikut rincian perolehan skor pretest dan posttest *one group design* pre eksperimen pada indikator *persistence*.

Tabel 17. Skor Pretest dan Posttest Indikator *Persistence*

Inisial	<i>Persistence</i>					
	Pretest		Posttest		Perubahan	
	X1	%	X2	%	x2-x1	%
AB	44	65	66	97,1	22	32,1
CD	45	66	60	88,2	15	22,2
FG	58	85	57	83,8	1	1,2
HI	39	57	68	100	29	43
JK	46	68	65	95,6	19	27,6
LM	30	44	49	72,1	19	28,1
NO	33	49	66	97,1	33	48,1
PQ	55	81	57	83,8	2	2,8
RS	47	69	64	94,1	17	25,1
TO	56	82	60	88,2	4	6,2
Rata-rata	45,3	66,6	61,2	90	15,9	23,4

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa pada indikator *persistence* mengalami peningkatan 15,9 atau 23,4%. Berdasarkan data tersebut dapat diketahui bahwa layanan Bimbingan Kelompok dengan teknik *self regulation* efektif untuk meningkatkan learning motivation siswa pada aspek *persistence* ditunjukkan dengan adanya hasil posttest yang lebih tinggi daripada hasil pretest. Data tersebut menunjukkan bahwa setelah siswa diberikan intervensi Bimbingan Kelompok dengan teknik *self regulation* mengalami peningkatan learning motivation siswa dilihat dari aspek *persistence*.

5.5.2 Uji Hipotesis

Uji keefektivan layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik regulasi diri untuk meningkatkan learning motivation dengan statistic non parametric melalui uji independent samples TTest.

Adapun perhitungan menggunakan SPSS 21 hasil perhitungan dapat ditunjukkan seperti tabel dibawah ini:

Result Group	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pre Test	10	90,6870	5,12750	1,62146
Post Test	10	142,7000	28,33157	8,95923

Result	Test Value = 0					
	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
Equal variances not assumed	55,929	9	,000	90,68700	87,0190	94,3550
Equal variances assumed	15,928	9	,000	142,70000	122,4328	162,9672

Gambar 2. Hasil Perhitungan Independent Sample T-Test

Berdasarkan hasil perhitungan di atas, maka dapat diketahui bahwa pada *Group statistic* dapat diinterpretasikan bahwa N sebanyak 10 mahasiswa untuk masing-masing perlakuan. Mean yang dihasilkan pada tahap pretest sebesar 5,128 sedangkan pada tahap posttest sebesar 28,33. Selanjutnya *Standard Error of Mean* pada tahap pretest sebesar 1,62 sedangkan pada posttest sebesar 8,95.

Uji T sebelumnya dilakukan uji kesamaan varian dengan F Test, artinya varian sama maka t menggunakan *equal variance assumed* dan jika varian berbeda maka menggunakan *equal variance not assumed*. Kriteria pengujian Ho diterima jika P value <0,05. Membandingkan probabilitas/ signifikan dimana P

value (0,151) sehingga H_0 ditolak. Jadi dapat disimpulkan bahwa varian tidak sama. Pengujian independent sample T Test, dari hasil perhitungan dengan menggunakan bantuan aplikasi SPSS 21 diperoleh data $Sig < 0,05$ (0,000) maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini artinya bahwa terdapat perbedaan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan *learning motivation* yang selama ini dilakukan di UM Metro Prodi BK dengan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan learning motivation menggunakan teknik regulasi diri.

BAB VI

RENCANA TAHAPAN BERIKUTNYA

Rencana pada tahapan berikutnya penelitian ini akan mengembangkan bahan ajar berupa modul layanan bimbingan kelompok dengan teknik regulasi diri bagi mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling, diharapkan model ini dapat diterapkan dan digunakan dalam proses pelaksanaan matakuliah teori maupun praktik bimbingan dan konseling kelompok.

VII

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil dapat disimpulkan bahwa:

1. Layanan bimbingan kelompok di UM Metro Prodi BK, dilaksanakan melalui beberapa tahapan yaitu: tahap pembentukan, peralihan, kegiatan, dan pengakhiran terlaksana baik. Meskipun kegiatan yang dilaksanakan sudah sesuai dengan tahapan yang ada akan tetapi masih belum efektif dan optimal.
2. *Learning Motivation* mahasiswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self regulation* adalah berada pada kategori sangat rendah, rendah, dan sedang. *Learning Motivation* mahasiswa setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self regulation* adalah terjadi peningkatan, berada pada kategori sedang dan kategori tinggi.

Berdasarkan kesimpulan di atas maka peneliti memberi saran:

1. Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok teknik *Self Regulation* supaya dapat digunakan tidak hanya ndalam proses akademisi saja.
2. *Learning Motivation* tidak hanya dapat ditingkatkan dengan layanan bimbingan kelompok dapat digunakan dengan layanan-layanan Bimbingan dan Konseling lainnya di kolaborasikan dengan teknik *self regulation*.

- Abdul, Agus Rahman. 2013. *Psikologi Sosial Integrasi Pengetahuan Wahyu dan Pengetahuan Empirik*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Atieka, Nurul. 2015. Penelitian Dosen Pemula “Self Efficacy Panti Asuhan dan Peningkatan Melalui Peningkatannya Melalui Pendekatan Bimbingan Kelompok. Dikti PDP.
- Azwar, Saifuddin. 2012. *Penyusunan Skala Psikologi*. Edisi 2. Yogyakarta: PUSTAKA PELAJAR.
- Eric C. K. Cheng. 2011.”The Role of Self-regulated Learning in Enhancing Learning Performance”.*The International Journal of Research and Review*.ISSN 2094-1420.Volume 6 Issue 1, March 2011.
- Feist, Jess dan Gregory J. Feist.2013. *Theories of Personality*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Hidayati, Richma. 2013. “Model Bimbingan Kelompok Berbantuan Media Audio Visual untuk Meningkatkan Learning Motivation”. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Semarang*. ISSN 2252-6889 di Publikasikan November 2013.
- Krause, Kerri-Lee dan Bochner, Sandra dkk. 2010. *Educational Psychology for Learning & Teaching Third Edition*. Cengage Learning: Australia.
- Nitya Apranadyanti, 2010. Hubungan antara regulasi diri dengan motivasi berprestasi pada mahasiswa kelas X SMK Ibu Kartini Semarang Eprints.undip.ac.id/10962/1/INTISARI.pdf. (diakses pada 08 Agustus 2015).
- Pranoto, H., Atieka, N., Wihardjo, S. D., Wibowo, A., & Nurlaila, S. 2016. Group guidance services with self-regulation technique to improve student learning motivation in Junior High School (JHS). *Educational Research and Reviews*, 11(24), 2146-2154.
- Prayitno. 2004. *Layanan Bimbingan Kelompok*. Padang : Univeritas Negeri Padang.
- Sardiman.2005. *Interaksi & Learning Motivation Mengajar*. Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada.
- Schunk, D. H., Pintrich, P. R., & Meece, J., L. 2008. *Motivation in education (3rd ed.)*. Upper Saddle River, NJ: Pearson Merrill Prentice Hall.
- Schunk, Dale H. dan Pintrich, Paul R. & Meece, J.,L. 2012. *Motivasi dalam Pendidikan (Teori, Penelitian dan Aplikasi)*. Jakarta : PT. Indeks.
- Sugiyono, 2010. *Metode Penelitan kuantitatif, Kulitatif dan RND*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono, 2011. *Metode Penelitan kuantitatif, Kulitatif dan RND*. Bandung: Alfabeta
- Sri Endang. 2014. *Program Bimbingan untuk Meningkatkan Learning MotivationMahasiswa*. Bandung: Expository UPI.
- Tylor 2012. *Psikologi Sosial Edisi Kedua Belas*. Jakarta: Kencana.
- Wibowo, Mungin Eddy. 2005. *Konseling Kelompok Perkembangan*. Semarang : UNNES Pers.
- Winkel, W.S dan Hastuti,Sri M.M. 2010. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.
- Zimmerman, B. J. 2001. A social cognitive view of self-regulated academic learning. *Journal of Educational Psychology*, 4, (2), 22-63.
- Zimmerman, Barry J. 2008. *Investigating Self-Regulation and Motivation: Historical Background, Methodological Developments, and Future Prospect*.”*American Educational Research*. Am Educ Res J 2008; 45; 166 DOI: 10.3102/0002831207312909.

LAMPIRAN