

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Motivasi dan belajar adalah dua hal yang saling berpengaruh. Belajar merupakan perubahan tingkah laku secara relatif permanen dan secara potensial terjadi sebagai hasil dari sebuah penguatan (*reinforced practice*) untuk mencapai tujuan tersebut. Motivasi belajar dapat timbul disebabkan oleh faktor intrinsik dan ekstrinsik. Faktor intrinsik berupa hasrat dan keinginan berhasil serta dorongan kebutuhan untuk belajar, sedangkan faktor ekstrinsik berupa penghargaan, lingkungan belajar yang bersifat kondusif serta kegiatan belajar yang menarik.¹

Hakikat motivasi belajar yaitu dorongan internal dan juga eksternal pada individu yang sedang belajar untuk mengadakan perubahan tingkah laku. Beberapa unsur yang mendukung motivasi belajar adalah adanya hasrat dan keinginan berhasil, dorongan dan kebutuhan dalam belajar, adanya harapan dan juga cita-cita untuk masa depan, penghargaan dalam belajar (*reward*), adanya kegiatan belajar yang menarik dan lingkungan belajar yang kondusif.²

Seorang siswa yang sedang dalam kejenuhan sistem akalnya tak dapat bekerja sebagaimana yang diharapkan dalam proses item-item informasi atau pengalaman baru, sehingga kemajuan belajarnya seakan-akan “jalan di tempat”. Bila kemajuan belajar yang jalan di tempat ini kita gambarkan dalam bentuk kurva, yang tampak adalah garis mendatar yang lazim disebut *plateau*.³

¹ Hamzah B. Uno, *Teori Motivasi & Pengukurannya*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2013), h.23.

² *Ibid.*, h. 24.

³ Muhibbin Syah, *Psikologi Pendidikan dengan Pendekatan Baru*, (Bandung : Remaja Rosdakarya, 2010), Cet. 15, hal. 162.

Kejenuhan belajar dapat melanda seorang siswa yang kehilangan motivasi dan konsolidasi salah satu tingkat kemampuan tertentu sebelum sampai pada tingkat kemampuan berikutnya. Yang kedua yaitu kesulitan belajar, dapat diartikan sebagai kesukaran siswa dalam menerima atau menyerap pelajaran atau informasi yang diberikan. Kesulitan belajar ini dapat diketahui melalui gejala-gejala baik dari perilaku yang menyimpang atau dari hasil belajar yang menurun. Namun, kesulitan belajar juga dapat dibuktikan dengan munculnya kelainan perilaku (*misbehavioral*) siswa seperti kesukaan berteriak-teriak di dalam kelas, mengusik teman, berkelahi, sering tidak masuk sekolah, dan sering bolos dari sekolah.⁴

Dua faktor diatas adalah yang sering terjadi pada siswa yang menyebabkan peserta didik mengalami kurangnya atau lemahnya motivasi belajar. Motivasi yang lemah dan tidak konstan akan menyebabkan kurangnya usaha belajar, yang pada akhirnya akan berpengaruh terhadap hasil belajar siswa.

Dalam kegiatan belajar, motivasi dapat dikatakan sebagai keseluruhan daya penggerak dalam diri pembelajar yang menimbulkan perbuatan belajar, yang menjamin kelangsungan dari perbuatan belajar dan yang memberikan arah pada perbuatan belajar, sehingga tujuan yang dikehendaki oleh pembelajar itu dapat tercapai.

Dalam Al-Quran maupun Hadits, dapat dijumpai berbagai ungkapan yang menunjukkan dorongan kepada setiap orang muslim dan mukmin untuk selalu rajin belajar. Anjuran menuntut ilmu tersebut disertai dengan urgennya faktor-faktor pendukung guna makin meningkatkan semangat belajar bagi setiap orang. Salah satu faktor yang utama adalah motivasi, baik itu motivasi yang datang dari dalam diri sendiri, maupun motivasi yang ditumbuhkan dari peranan lingkungan sosialnya.

⁴ *Ibid.*, h. 170.

Surah Al-Mujadalah ayat 11:

يَرْفَعُ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ

Ayat di atas tidak menyebut secara tegas bahwa Allah akan meninggikan derajat orang berilmu. Tetapi, menegaskan bahwa mereka memiliki derajat-derajat, yakni yang lebih tinggi daripada yang sekedar beriman. Tidak disebutnya kata meninggikan itu sebagai isyarat bahwa sebenarnya ilmu yang dimilikinya itulah yang berperan besar dalam keninggian derajat yang diperolehnya, bukan akibat dari faktor di luar itu.

Motivasi belajar sangat penting dalam proses pembelajaran, karena fungsinya disini adalah sebagai pendorong dan menggerakkan kegiatan pembelajaran. Motivasi belajar dapat dipengaruhi oleh guru sebagai fasilitator, karena dalam pembelajaran seorang guru sangat berperan penting. Dalam proses belajar mengajar, guru mempunyai tugas untuk mendorong, memotivasi, membimbing serta memberikan fasilitas bagi siswa untuk mencapai tujuan pembelajaran tersebut.

Pemerintah telah membuat undang-undang yang mengatur pelaksanaan pendidikan. Dalam UU Sistem Pendidikan Nasional No. 20 Tahun 2003 ayat 1 disebutkan bahwa: “Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan nuansa dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif, mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.”⁵

Motivasi belajar merupakan keseluruhan daya penggerak di dalam diri siswa yang memancing kegiatan belajar dan akan menjamin kelangsungan dari kegiatan

⁵ Undang-undang republik Indonesia No. 20 tahun 2003, *tentang sistem pendidikan nasional*, (Jakarta: sinar grafika offset, 2008).

belajar dan mengarahkan pada kegiatan belajar, sehingga tujuan yang dikehendaki subyek belajar tercapai.⁶

Motivasi belajar timbul karena adanya faktor intrinsik bisa berupa hasrat dan keinginan yang berhasil dan cita-cita dengan dorongan harapan. Sedangkan faktor ekstrinsik adanya penghargaan, kegiatan belajar yang menarik dan kondisi lingkungan belajar yang kondusif. Kedua faktor tersebut disebabkan oleh rangsangan tertentu sehingga seseorang akan belajar lebih giat untuk mencapai suatu tujuan tertentu.

Setiap siswa memiliki kemampuan yang berbeda-beda seperti halnya motivasi belajar tidak semua siswa memiliki motivasi belajar yang sama, ada siswa yang memiliki motivasi belajar tinggi sehingga siswa tersebut memiliki hasrat untuk belajar atau menyelesaikan tugas dengan semangat.

Berdasarkan hasil penelitian berupa wawancara yang dilakukan kepada guru Bimbingan dan Konseling dirasah Tsanawiyah Negeri 3 Tanah-Laut, bahwa terdapat 15 dari 87 siswa atau 17,24% siswa yang memiliki masalah, padahal disini guru sudah menempatkan diri sebagai fasilitator namun motivasi belajar beberapa siswa masih belum maksimal, terlihat dari permasalahan yang terjadi, yaitu :

1. Masih ada 4 dari 87 siswa yang hanya menuliskan daftar hadir namun tidak mengikuti pembelajaran yang sedang berlangsung.
2. Masih ada 7 dari 87 siswa yang tidak mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru mata pelajaran dari awal semester sampai sekarang.
3. Masih ada 4 dari 87 siswa yang tidak mengumpulkan tugas tepat waktu.

Bimbingan konseling merupakan pelayanan bantuan untuk peserta didik, baik secara perorangan maupun kelompok agar mandiri dan bisa berkembang secara

⁶ Ni Wayan Rumiani et al, *Penerapan Konseling Behavioral Teknik Modeling Melalui Konseling behavioral untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas VIII 6 SMPN 2 Singaraja Tahun Pelajaran 2013/2014*, "Jurnal Ilmiah Bimbingan dan konseling Undiksha 2 No.1, 2014), h.3.

optimal, dalam bimbingan pribadi, sosial, belajar maupun karir. Adapun layanan bimbingan dan konseling yaitu, layanan orientasi, layanan informasi, layanan penempatan dan penyaluran, layanan bimbingan belajar, layanan konseling individual, layanan bimbingan kelompok dan layanan konseling behavioral. Oleh karena itu, menurut penulis kelas tersebut perlu diberikan bantuan konseling behavioral dengan pendekatan behavioral, karena pendekatan behavioral menitikberatkan pada perilaku peserta didik, dikarenakan perilaku muncul karena adanya stimulus (rangsangan dari luar). Rangsangan tersebut akan menghasilkan reaksi jasmani dan perubahan yang dapat dipelajari dari luar. Manusia dikatakan sebagai makhluk fleksibel yang dapat mempelajari sehingga bisa mengubah tingkah laku, dengan cara memberikan perangsang dengan tepat dan momen yang baik, sehingga ada proses pembelajaran dan berlatih.

Jumlah seluruh siswa di Madrasah Tsanawiyah Negeri 3 Tanah-Laut yaitu 316 siswa. Jumlah siswa kelas IX adalah 87 siswa. Berdasarkan latar belakang dari permasalahan di atas maka penulis memilih untuk meneliti siswa kelas IX, karena dari wawancara yang telah dilakukan kepada guru bimbingan dan konseling di Madrasah Tsanawiyah Negeri 3 Tanah Laut dimana siswa terutama kelas IX banyak memiliki masalah dalam mengikuti kegiatan pembelajaran yang dimana siswa kelas IX ini akan memasuki sekolah baru, maka dari itu peneliti ingin membantu meningkatkan motivasi belajar siswa kelas IX agar lebih semangat lagi belajarnya dan permasalahan-permasalahan yang terjadi sebelumnya tidak terjadi kembali di sekolah yang akan datang. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk meneliti masalah “Efektifitas Konseling Behavioral dengan Teknik *Self-Management* untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa kelas IX di Madrasah Tsanawiyah Negeri 3 Tanah-Laut”.

B. Definisi Operasional

1. Efektivitas

Kata efektivitas mempunyai beberapa arti, dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia menyebutkan tiga arti efektivitas, yang pertama yaitu adanya suatu efek, akibat, pengaruh dan kesan. Yang kedua manjur atau mujarab. Yang ketiga yaitu dapat membawa hasil. Kata efektif berarti adanya pengaruh atau akibat dari suatu unsur.⁷

Efektivitas merupakan ukuran berhasil tidaknya pencapaian tujuan suatu organisasi mencapai tujuannya. Apabila suatu organisasi mencapai tujuan maka organisasi tersebut telah berjalan dengan efektif. Efektivitas yaitu suatu kondisi atau keadaan dalam memilih tujuan yang hendak dicapai disertai kemampuan yang dimiliki dan secara tepat, sehingga tujuan yang diinginkan dapat dicapai dengan hasil yang memuaskan.

Efektif adalah adanya efek atau akibatnya, pengaruhnya. Sedangkan efektivitas adalah keadaan berpengaruh, kemanjuran, keberhasilan tentang usaha dan tindakan.⁸ Efektivitas dalam penelitian ini adalah perubahan yang terjadi pada siswa.

2. Konseling Behavioral

Konseling merupakan : 1 upaya pemberian bantuan dari seorang konselor kepada klien. Sebagai upaya membantu orang lain agar ia mampu tumbuh ke arah yang dipilihnya sendiri, mampu memecahkan masalah yang dihadapi dan mampu menghadapi krisis-krisis dalam kehidupannya.⁹

Behavioral adalah satu : ngan teoritis yang beranggapan bahwa persoalan psikologi adalah tingkah laku, tanpa mengaitkan konsepsi-konsepsi mengenai

⁷ Tim Penyusun Kamus Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa (P3B), *Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 1995), h. 250.

⁸ Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 1996), h. 747.

⁹ Syamsu Yusuf & Juntika, *Landasan Bimbingan dan Konseling*, (Bandung: Rosdakarya, 2005), h. 9.

kesadaran dan mentalitas.¹⁰ Konseling behavioral merupakan salah satu dari teori-teori konseling yang ada pada saat ini. Konseling behavioral adalah bentuk adaptasi dari aliran psikologi behavioristik, yang menekankan perhatiannya pada perilaku yang tampak.

Jadi, yang dimaksud konseling behavioral dalam penelitian ini adalah sebuah proses konseling (bantuan) yang diberikan oleh konselor kepada klien dengan menggunakan pendekatan behavioral untuk memecahkan masalah yang dihadapi oleh klien yaitu untuk meningkatkan motivasi belajar siswa di Madrasah Tsanawiyah Negeri 3 Tanah-Laut.

3. Teknik self-management

Behavioral merupakan prosedur dimana seseorang mengarahkan atau mengatur perilakunya sendiri. Pada prosedur ini individu terlibat dalam lima komponen dasar yaitu, menentukan perilaku sasaran, memonitor perilaku, memilih prosedur yang akan diterapkan, melaksanakan prosedur tersebut dan mengevaluasi efektivitas prosedur.¹¹

Behavioral yaitu suatu : rgi perubahan perilaku yang dalam prosesnya konseli mengarahkan perubahan perilakunya sendiri dengan suatu teknik. Jadi yang dimaksud dengan *Behavioral* penelitian ini adalah pengelolaan diri oleh konseli untuk mengubah tingkah laku agar lebih termotivasi belajarnya.

4. Motivasi Belajar

Motivasi belajar merupakan faktor psikis yang bersifat non-intelektual. Peranannya yang khas adalah dalam hal menumbuhkan gairah, merasa senang dan semangat untuk belajar.¹²

¹⁰ JP. Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi*, (Jakarta: Raja Grafindo, 2002), h. 54.

¹¹ Mochamad Nursalim, *Strategi & Intevensi Konseling*, (Jakarta: Indeks, 2014), h. 150.

¹² Sardiman, *Interaksi & Motivasi Belajar Mengajar*, (Jakarta: Rajagrafindo Persada, 2010), h. 75.

Motivasi belajar adalah keseluruhan daya penggerak di dalam diri siswa yang menimbulkan kegiatan belajar, yang menjamin kelangsungan dari kegiatan belajar dan memberikan arah pada kegiatan belajar, sehingga tujuan yang dikehendaki oleh subjek belajar itu dapat tercapai.

Jadi yang dimaksud motivasi belajar dalam penelitian ini adalah dorongan untuk siswa Madrasah Tsawaniyah Negeri 3 Tanah-Laut untuk menimbulkan semangat belajar.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah yang telah diuraikan di atas, maka permasalahan yang dirumuskan dalam penelitian adalah “Apakah konseling behavioral dengan teknik self-management efektif untuk meningkatkan motivasi belajar MTs Negeri 3 Tanah-Laut?”

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini yaitu mengetahui efektivitas konseling behavioral dengan teknik self-management untuk meningkatkan motivasi belajar di MTs Negeri 3 Tanah-Laut.

E. Alasan Memilih Judul

Adapun alasan penulis dalam memilih judul tersebut yaitu, karena melihat adanya siswa yang memiliki masalah yaitu kurangnya motivasi belajar, seperti tidak mengerjakan tugas dan mengumpulkan tugas tepat waktu. Maka dari itu peneliti tertarik untuk meneliti apakah konseling behavioral efektif untuk meningkatkan motivasi belajar siswa kelas IX di MTs Negeri 3 Tanah Laut.

F. Signifikansi Penelitian

Dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun secara praktis, sebagai berikut :

1. Secara Teoritis

- a. Memperdalam ilmu pengetahuan dibidang bimbingan dan konseling khususnya dalam teori konseling behavioral dan teknik self-management dalam meningkatkan motivasi belajar siswa di Madrasah Tsanawiyah Negeri 3 Tanah-Laut..
- b. Dapat memperdalam kepustakaan dalam dunia pendidikan khususnya program studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin.

2. Secara Praktis

- a. Bagi Universitas Islam Negeri (UIN) Antasari Banjarmasin Menambah khazanah kepustakaan UIN Antasari Banjarmasin, khususnya Fakultas Tarbiyah dan Keguruan. dan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai pedoman dan referensi untuk penelitian berikutnya yang sejenis nantinya.
- b. Bagi Jurusan Bimbingan dan Konseling
Menambah Khazanah keilmuan mengenai bimbingan dan konseling pendidikan islam, dan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai pedoman dan referensi untuk penelitian berikutnya yang sejenis nantinya.
- c. Bagi Peneliti
Memperoleh pengetahuan dan pengalaman praktis tentang strategi seorang konselor dalam mengupayakan kemajuan atau perbaikan diri siswa.
- d. Bagi siswa
Siswa mampu menambah motivasi belajarnya.
- e. Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi pedoman dalam mengatasi siswa yang mempunyai prokrastinasi akademik.

f. Bagi guru BK

Dapat dijadikan sebagai referensi jika suatu ketika guru BK ingin kembali melakukan konseling behaviorial dengan tujuan pencapaian yang sama.

g. Bagi orang tua siswa

Dapat dijadikan referensi untuk membimbing anaknya di rumah terutama dalam mengontrol kegiatan anak dalam hal mengerjakan tugas sekolah.

G. Penelitian Terdahulu

Berdasarkan hasil tinjauan yang dilakukan peneliti belum ada penelitian yang berjudul “efektivitas teori konseling behaviorial dengan teknik self-management untuk meningkatkan motivasi belajar siswa di madrasah tsanawiyah negeri 3 Tanah-laut”. Akan tetapi, ada penelitian beberapa penelitian yang berkaitan dengan penelitian ini, seperti :

1. Penelitian yang dilakukan oleh Sarifah Nurohmah, tahun 2019, yang berjudul Efektivitas Konseling behaviorial dengan Teknik self-management untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa, penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian *pre eksperimen* (eksperimen semu). Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui efektivitas konseling behaviorial dengan teknik self-management untuk meningkatkan motivasi belajar siswa kelas IX A MTs Muhammadiyah Srumbung. Berdasarkan hasil analisis diperoleh hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling behaviorial dengan teknik psikodrama efektif untuk meningkatkan motivasi belajar siswa. Hal ini dibuktikan dengan perbedaan skor post test yang lebih tinggi dibandingkan dengan skor pre test sebelum diberikan perlakuan. Hasil

analisis *statistic non parametric* menggunakan uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* dengan nilai Sig $0,028 < 0,05$. Terdapat rata-rata peningkatan skor sebanyak 28% pada kelompok eksperimen. Hasil dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa konseling behavioral dengan teknik self-management efektif untuk meningkatkan motivasi belajar siswa. Adapun persamaan antara penelitian yang dilakukan oleh Sarifah Nurohmah dengan penelitian yang sedang dikerjakan oleh penulis adalah sama-sama meneliti tentang motivasi belajar siswa, dengan teknik self-management. Sedangkan perbedaannya adalah penulis menggunakan layanan konseling behavioral. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Sarifah Nurohmah, menggunakan layanan konseling behavioral.¹³

2. Penelitian yang dilakukan oleh Ni Luh Putu Indryaningsih, dkk, tahun 2014, yang berjudul Penerapan Teori Konseling Behavioral dengan Teknik self-management untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas VIII B4 SMP Negeri 4 Singaraja, jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian tindakan bimbingan dan konseling (*Action Research In Counseling*). Tujuan penelitian adalah untuk meningkatkan motivasi belajar siswa kelas VIII B4 SMP Negeri 4 Singaraja. Berdasarkan hasil analisis diperoleh hasil penelitian diketahui bahwa motivasi belajar siswa yang rendah dapat ditingkatkan setelah diberikan layanan konseling behavioral dengan teknik self-management. Peningkatan terjadi pada siklus I dan II. Persentase awal motivasi belajar sebelum tindakan yaitu 57,33% termasuk kategori rendah, pada siklus I presentase motivasi belajar siswa 71,25% terjadi peningkatan

¹³ Sarifah Nurohmah, "Efektivitas Konseling behavioral dengan Teknik self-management untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa", *Skripsi*, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Malang, 2019, h. viii.

13,92% dengan hasil 5 orang siswa terkategori tinggi dan 3 orang siswa dikategorikan sedang sehingga perlu dilanjutkan *treatment* pada siklus II. Pada siklus II presentase motivasi belajar siswa 83,42%, terjadi peningkatan 12,17% dengan kategori tinggi. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa penerapan konseling behavioral dengan teknik self-management dapat dilaksanakan dengan efektif untuk motivasi belajar siswa. Adapun persamaan antara penelitian yang dilakukan oleh Ni Luh Putu Indryaningsih, dkk, dengan penelitian yang sedang dikerjakan oleh penulis adalah sama-sama meneliti teori konseling behavioral dengan teknik self-management untuk meningkatkan motivasi belajar siswa. Sedangkan perbedaannya adalah penulis menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian pre-eksperimen. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Ni Luh Putu Indryaningsih, dkk, menggunakan penelitian tindakan bimbingan dan konseling (*Action Research In Counseling*).¹⁴

3. Penelitian yang dilakukan oleh Rizki Siwi Wulandari, dkk, tahun 2021, yang berjudul Layanan Bimbingan dan Konseling Menggunakan Teknik self-management untuk Meningkatkan Motivasi Belajar di Masa Pandemi Covid-19, penelitian ini menggunakan metode studi pustaka. Tujuan penelitian adalah untuk memberikan layanan bimbingan dan konseling dengan menggunakan teknik self-management untuk meningkatkan motivasi belajar dimasa pandemi covid-19. Berdasarkan hasil analisis diperoleh hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian layanan tersebut dilakukan pendidik melalui online dengan smartphone yang dimiliki

¹⁴ Ni Luh Putu Indryaningsih, dkk, Penerapan Teori Konseling Behavioral dengan Teknik self-management untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas VIII B4 SMP Negeri 4 Singaraja dalam *Jurnal Bimbingan dan konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Ganesha Singaraja*, Vol. 2 No. 1, 2014, h. 1.

masing-masing peserta didik dan dianggap efektif karena melibatkan batin diri sendiri, konselor sebagai fasilitator tujuan keberhasilan tersebut ditentukan oleh konseli sendiri dalam melakukan teknik tersebut. Adapun persamaan antara penelitian yang dilakukan oleh Rizki Siwi Wulandari, dkk, dengan penelitian yang sedang dikerjakan oleh penulis adalah sama-sama meneliti tentang motivasi belajar siswa, dengan teknik self-management. Sedangkan perbedaannya adalah penulis pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian pre-eksperimen dan layanan konseling behavioral. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Rizki Siwi Wulandari, dkk, menggunakan metode penelitian studi pustaka dengan layanan bimbingan dan konseling.¹⁵

H. Sistematika Penulisan

Dalam hal ini penulis akan menggambarkan sedikit tentang materi yang penulis teliti, yaitu sebagai berikut :

BAB I yaitu Pendahuluan, yang berisi latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, signifikansi penelitian, definisi operasional, penelitian terdahulu, hipotesis penelitian dan sistematika penulisan.

BAB II yaitu Pembahasan (landasan teori), yang berisi tentang pengertian konseling behavioral, karakteristik konseling behavioral, tujuan konseling behavioral, tahap-tahap konseling behavioral, teknik-teknik konseling behavioral, konsep dasar *behavioral*, teknik-teknik *self-managemen*, tujuan *behavioral*, manfaat *behavioral*, peran konselor dan konseli, faktor-faktor keefektifan dalam *behavioral*, tahap-tahap *behavioral*, pengertian motivasi belajar, fungsi motivasi belajar, macam-macam motivasi belajar, faktor yang mempengaruhi motivasi belajar.

¹⁵ Rizki Siwi Wulandari, dkk , Layana ingan dan konseling Menggunakan Teknik self-management untuk Meningkatkan Motivasi Belajar di Masa Pandemi Covid-19 dalam *Jurnal Bimbingan dan Konseling Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Sunan Ampel Surabaya*, Vol. 7 No. 1 Mei, 2021, h. 71.

BAB III yaitu Metode Penelitian, Pada bab ini akan diuraikan mengenai layanan yang digunakan dalam penelitian ini yang berisi tentang jenis dan pendekatan penelitian, Populasi dan sampel penelitian, data dan sumber data, teknik pengumpulan data, instrumen penelitian, teknik pengolahan dan analisis data dan prosedur penelitian.

BAB IV yaitu Laporan hasil penelitian, Pada bab ini berisi Hasil penelitian dan Pembahasan.

BAB V yaitu Penutup, yang berisi tentang simpulan dan saran yang bermanfaat bagi para pembaca sedangkan bagian akhir berisi daftar pustaka dan lampiran-lampiran.