

**PENERAPAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK
SELF MANAGEMENT UNTUK MENINGKATKAN
MOTIVASI BELAJAR PADA SISWA KELAS
VII DI SMP NEGERI 1 MANTEWE
KABUPATEN TANAH BUMBU**

SKRIPSI

**OLEH
GUSTI NURUL HUDA RIZKIAH**



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
BANJARMASIN
2026 M/1447 H**

**PENERAPAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK *SELF*
MANAGEMENT UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI
BELAJAR PADA SISWA KELAS VII DI SMP
NEGERI 1 MANTEWE KABUPATEN
TANAH BUMBU**

Skripsi

Diajukan kepada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan

**Oleh
Gusti Nurul Huda Rizkiah
NIM. 210101060615**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
PENDIDIKAN ISLAM
BANJARMASIN
TAHUN 2026 M/1447 H**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Gusti Nurul Huda Rizkiah
NIM : 210101060615
Tempat, Tanggal lahir : Tamban, 14 Agustus 2003
Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang berjudul “PENERAPAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK *SELF MANAGEMENT* UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR PADA SISWA KELAS VII DI SMP NEGERI 1 MANTEWE KABUPATEN TANAH BUMBU” adalah benar – benar karya saya, kecuali kutipan yang disebut sumbernya. Apabila di kemudian hari terbukti bahwa skripsi ini bukan hasil karya asli saya atau merupakan hasil plagiasi, saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai ketentuan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya.

Banjarmasin, 31 Desember 2025

Yang membuat pernyataan



Gusti Nurul Huda Rizkiah



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
ANTASARI BANJARMASIN
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM
Jalan Jenderal Ahmad Yani KM. 4,5 Banjarmasin 70235
Telepon (0511) 3253939 Faksimile (0511) 3274492
Email: bkpi@uin-antasari.ac.id Web: <http://ftk.iain-antasari.ac.id>

SURAT KETERANGAN BEBAS PLAGIASI
Nomor: 245/Un.14/III.1.w/PP.00.9/12/2025

Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam menerangkan bahwa mahasiswa dengan identitas berikut:

Nama	: Gusti Nurul Huda Rizkiah
NIM	: 210101060615
Program	: S-1
Program Studi	: Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Judul Skripsi: Penerapan Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas VII di SMP Negeri 1 Mantewe Kabupaten Tanah Bumbu

Hasil Uji Plagiasi: 22%

Berdasarkan hasil uji plagiasi dengan menggunakan www.turnitin.com bahwa naskah skripsi ini dinyatakan memenuhi syarat batas maksimal plagiasi 25%.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Banjarmasin, 29 Desember 2025

Ketua Program Studi

Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Drac Rahnatul Janah, M.Pd
196912011994032005

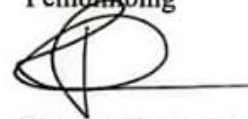
PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul : Penerapan Konseling Kelompok dengan Teknik *Self Management* untuk Meningkatkan Motivasi Belajar pada Siswa Kelas VII di SMP Negeri 1 Mantewe Kabupaten Tanah Bumbu

Ditulis oleh : Gusti Nurul Huda Rizkiah
NIM : 210101060615
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan
Program : Strata Satu (S-1)
Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
Tahun Akademik : 2025/2026
Tempat/Tgl. Lahir : Tamban, 14 Agustus 2003
Alamat : Jl. Codeco, KM. 42 RT. 02 Desa Mantewe, Kecamatan Mantewe, Kabupaten Tanah Bumbu, Proinsi Kalimantan Selatan

Setelah diteliti dan diadakan perbaikan seperlunya, kami dapat menyetujuinya untuk dipertahankan di depan Sidang Tim Penguji Skripsi Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin.

Banjarmasin, 22 Desember 2025
Pembimbing



Nurul Rahmi, M.Pd.
NIP. 198806272015032005

Mengetahui

Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
UIN Antasari Banjarmasin



Dra. Raihanatul Janah, M.Pd.
NIP. 196912011994032005

PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul: Penerapan Konseling Kelompok dengan Teknik *Self Management* untuk Meningkatkan Motivasi Belajar pada Siswa Kelas VII Di SMP Negeri 1 Mantewe Kabupaten Tanah Bumbu,

Nama: Gusti Nurul Huda Rizkiah, NIM: 210101060615, telah diujikan dalam Sidang Tim Penguji Skripsi Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin pada :

Hari : Senin

Tanggal : 05 Januari 2026

Nilai : 82,75



Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
UIN Antasari Banjarmasin,

Dr. Hamdan, M.Pd.
NIP. 196604051993031005

TIM PENGUJI :

NO	NAMA	TANDA TANGAN
1	Haris Fadillah, M.Pd. (Ketua)	
2	Nur Aeni Sanjaya, S.Sos., M.A. (Anggota)	
3	Nurul Rahmi, M.Pd. (Anggota)	

ABSTRAK

Gusti Nurul Huda Rizkiah: 210101060615. *Penerapan Konseling Kelompok dengan Teknik Self Management untuk Meningkatkan Motivasi Belajar pada Siswa Kelas VII Di SMP Negeri 1 Mantewe Kabupaten Tanah Bumbu*, Skripsi, Pembimbing, Nurul Rahmi, M.Pd. pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin Tahun 2025.

Kata Kunci: Konseling Kelompok; *Self Management*; Motivasi Belajar.

Motivasi memberikan dampak pada pendidikan yaitu dalam proses belajar mengajar. Adanya perilaku yang mencerminkan kurangnya motivasi belajar saat pembelajaran menjadi tanda kurangnya motivasi intrinsik. Permasalahan ini apabila tidak segera ditangani akan sangat berdampak menyebabkan tidak bisa bertanggung jawab menekuni tugas yang diberikan, cepat putus asa dalam pengerjaan tugas dan belajar, sampai menyontek. Dalam kajian bimbingan dan konseling sendiri banyak jenis layanan maupun teknik bimbingan dan konseling yang dapat meningkatkan motivasi belajar siswa. Teknik *self management* dinilai mampu untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik khususnya motivasi *intrinsik*.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui motivasi belajar siswa pada kelas kontrol dan kelas eksperimen sebelum dan sesudah dilakukan konseling kelompok dengan teknik *self management* serta menganalisis pengaruhnya pada siswa kelas VII di SMP Negeri 1 Mantewe Kabupaten Tanah Bumbu.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen berupa quasi eksperimen. Dengan subjek penelitian kelas VII berjumlah 91 siswa. Teknik pengumpulan data dengan angket motivasi belajar dan observasi. Teknik analisis data pada penelitian ini dengan analisis statistik deskriptif dan analisis statistik inferensial.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat motivasi belajar siswa sebelum diberikan konseling kelompok dengan teknik *self management* pada kelas eksperimen dan kontrol memiliki rata-rata nilai yang seimbang yaitu 73,3 untuk eksperimen dan 72,3 untuk kontrol, setelah diberikan konseling kelompok dengan teknik *self management* nilai rata-rata motivasi belajar siswa pada kelas eksperimen lebih tinggi atau meningkat yaitu 88,6 dibandingkan kelas kontrol yaitu 74, dan pemberian konseling kelompok dengan *teknik self management* memberikan pengaruh yang cukup efektif untuk meningkatkan motivasi belajar siswa dengan N-Gain score 59,60%.

KATA PENGANTAR

Dengan menyebut nama Allah SWT., yang maha pengasih lagi maha penyayang, segala puji bagi Allah swt. Tuhan seru sekalian alam. Salawat dan salam semoga tercurah kepada Nabi Muhammad saw., yang telah menunjukkan kepada manusia jalan keselamatan di dunia dan di akhirat.

Penulis menyadari dengan sepenuhnya dalam penyelesaian penulisan skripsi ini tidak lepas dari bantuan semua pihak, baik dalam bentuk dukungan, bimbingan dan arahan serta motivasi sehingga tugas yang terasa berat ini dapat diselesaikan.

Sehubungan dengan itu, maka dengan segala kerendahan hati, penulis ucapkan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan dimaksud. Khususnya, penulis ucapkan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Bapak Dr. H. Hamdan, M. Pd, selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin yang berkenan menerima dan menyetujui judul skripsi ini.
2. Ibu Dra. Raihanatul Janah, M.Pd selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, yang memberikan arahan penulisan skripsi yang sesuai dengan pengembangan pada program studi.
3. Ibu Nurul Rahmi, M.Pd. selaku Pembimbing Akademik dan Pembimbing Skripsi yang telah memberikan bimbingan, koreksi dan motivasi dalam penulisan skripsi ini.

4. Para dosen, karyawan dan karyawan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin yang telah memberikan ilmu dan layanan yang baik selama penulis berstudi.
5. Bapak Dr. Saifuddin, M.Ag, selaku Kepala Perpustakaan UIN Antasari dan staf yang telah memberikan layanan kepada penulis.
6. Bapak Darto, S.Pd., selaku Kepala SMP Negeri 1 Mantewe, dan Ibu Sulecha Widiyati, S.Pd., selaku Guru Bimbingan dan Konseling di SMP Negeri 1 Mantewe yang telah meluangkan waktu dan memberikan data yang diperlukan peneliti.

Semoga Allah swt. melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada mereka dan mencatatnya sebagai kebaikan dengan pahala yang berlipat ganda. Penulis berharap semoga tulisan ini dapat bermanfaat dan menjadi amal ibadah di sisi-Nya

Banjarmasin, 03 Rajab 1447 H
23 Desember 2025 M

Penyusun

TRANSLITERASI ARAB-INDONESIA

1.	ا	:	A	16.	ط	:	Th
2.	ب	:	B	17.	ظ	:	Zh
3.	ت	:	T	18.	ع	:	‘
4.	ث	:	Ts	19.	غ	:	Gh
5.	ج	:	J	20.	ف	:	F
6.	ح	:	H	21.	ق	:	Q
7.	خ	:	Kh	22.	ك	:	K
8.	د	:	D	23.	ل	:	L
9.	ذ	:	Dz	24.	م	:	M
10.	ر	:	R	25.	ن	:	N
11.	ز	:	Z	26.	و	:	W
12.	س	:	S	27.	هـ	:	H
13.	ش	:	Sy	28.	ء	:	’
14.	ص	:	Sh	29.	ي	:	Y
15.	ض	:	Dh				

1. Vokal

Vokal dalam bahasa Arab, seperti vokal bahasa Indonesia, terdiri dari vokal tunggal atau monoftong dan vokal rangkap atau diftong. Vokal tunggal memiliki ketentuan alih aksara sebagai berikut.

Tanda Vokal Arab	Tanda Vokal Latin	Keterangan
ـَ	A	Fathah
ـِ	I	Dhammah
ـُ	U	Kasrah

Kata sandang: Contoh: (الرِّجَالُ) al-rijâl bukan ar-rijâl, (الدِّوَانُ) al-dîwân bukan ad-dîwân.

Syiddah: Misalnya, kata (الضَّرُورَةُ) tidak ditulis adh-dharûrah melainkan aldharûrah, demikian seterusnya.

Vokal rangkap memiliki ketentuan alih aksara sebagai berikut.

Tanda Vokal Arab	Tanda Vokal Latin	Keterangan
ـَيَ	Ai	a dan i
ـَوَ	Au	a dan u

2. Vokal Panjang

Ketentuan alih aksara vokal panjang (mad), yang dalam bahasa Arab dilambangkan dengan harakat dan huruf, yaitu:

Tanda Vokal Arab	Tanda Vokal Latin	Keterangan
بَا	Â	a dengan topi di atas
يِي	Î	i dengan topi di atas
بُو	Û	u dengan topi di atas

3. Kata Sandang

Kata sandang, yang dalam sistem aksara Arab dilambangkan dengan huruf, yaitu dialihaksarakan menjadi huruf /l/, baik diikuti huruf syamsiyah maupun huruf kamariah. Contoh: al-rijâl bukan ar-rijâl, al-dîwân bukan ad-dîwân.

4. Syiddah (*Tasydîd*)

Syiddah atau tasydîd yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan sebuah tanda (ّ) dalam alih aksara ini dilambangkan dengan huruf, yaitu dengan menggandakan huruf yang diberi tanda syiddah itu. Akan tetapi, hal ini tidak berlaku jika huruf yang menerima tanda syiddah itu terletak setelah kata sandang yang diikuti oleh huruf-huruf syamsiyah. Misalnya, kata (الضَّرُورَة) tidak ditulis ad dharûrah melainkan al-dharûrah, demikian seterusnya.

5. Ta Marbûthah

Berkaitan dengan alih aksara ini, jika huruf ta marbûthah terdapat pada kata yang berdiri sendiri, maka huruf tersebut dialihaksarakan menjadi huruf /h/ (lihat

contoh 1 di bawah). Hal yang sama juga berlaku jika ta marbûthah tersebut diikuti oleh kata sifat (na‘t) (lihat contoh 2). Namun, jika huruf ta marbûthah tersebut diikuti kata benda (ism), maka huruf tersebut dialih aksarakan menjadi huruf /t/ (lihat contoh 3).

No.	Kata Arab	Alih Aksara
1	طَرِيقَةٌ	Tharîqah
2	الْجَامِعَةُ الْإِسْلَامِيَّةُ	Al-Jâmî‘ah al-Islâmiyyah
3	وَحْدَةُ الْوُجُودِ	Wahdah al-Wujûd

6. Huruf Kapital

Meskipun dalam sistem tulisan Arab huruf kapital tidak dikenal, dalam alih aksara ini huruf kapital tersebut juga digunakan, dengan mengikuti ketentuan yang berlaku dalam ejaan Bahasa Indonesia, antara lain untuk menuliskan permulaan kalimat, huruf awal nama tempat, nama bulan, nama diri, dan lain-lain. Jika nama diri didahului oleh kata sandang, maka yang ditulis dengan huruf kapital tetap huruf awal nama diri tersebut, bukan huruf awal atau kata sandangnya. Contoh: al Ghazali bukan Al-Ghazali, al-Banjari bukan Al-Banjari.

Beberapa ketentuan lain dalam PUEBI sebetulnya juga dapat diterapkan dalam alih aksara ini, misalnya ketentuan mengenai huruf cetak miring (*italic*) atau cetak tebal (**bold**). Jika menurut PUEBI, judul buku itu ditulis dengan cetak miring, maka demikian halnya dalam alih aksaranya, demikian seterusnya.

Berkaitan dengan penulisan nama, untuk nama-nama tokoh yang berasal dari Nusantara sendiri, disarankan tidak dialihaksarakan meskipun akar katanya

berasal dari bahasa Arab. Misalnya ditulis Abdussamad al-Palimbani, tidak ‘Abd al-Samad al-Palimbânî; Nuruddin al-Raniri, tidak Nûr al-Dîn al-Rânîrî.

7. Cara Penulisan Kata

Setiap kata, baik kata kerja (fi‘l), kata benda (ism), maupun huruf (harf) ditulis secara terpisah. Berikut adalah beberapa contoh alih aksara atas kalimat kalimat dalam Bahasa Arab.

Aksara Arab	Alih Aksara
ذَهَبَ الْأُسْتَاذُ	dzahaba al-ustâdzu
ثَبَتَ الْأَجْرُ	tsabata al-ajru
الْحَرَكَةُ الْعَصْرِيَّةُ	al-harakah al-‘ashriyyah
أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ	asyhadu an lâ ilâha illa Allâh
مَوْلَانَا مَلِكُ الصَّالِحِ	mawlânâ Malik al-Shâlîh
يُؤْتِرُكُمُ اللَّهُ	yu’tsirukum Allâh
الْمَظَاهِرُ الْعَقْلِيَّةُ	al-mazhâhir al-‘aqliyyah
حُبُّ الْإِسْثِلَاةِ	hub al-istithlâ’
الْمَادَّةُ الْمَصْنُوعَةُ مِنَ الْحَيَوَانَ	al-mâddah al-mashnû’ah min al-hayawân
طَرَفُ الْعَيْنِ	tharf al-‘ayni
الْمُسَاهَمَةُ	musâhamah-al
مَنْ سَلَكَ طَرِيقًا	man salaka tharîqan

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	ii
BUKTI BEBAS PLAGIASI	iii
PERSETUJUAN	iv
PENGESAHAN	v
ABSTRAK	vi
KATA PENGANTAR	vii
PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-INDONESIA	ix
DAFTAR ISI	xiv
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
 BAB I PENDAHULUAN	 1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Definisi Operasional	7
C. Rumusan Masalah	9
D. Tujuan Penelitian	10
E. Signifikansi Penelitian	10
F. Penelitian Terdahulu yang Relevan	11
G. Hipotesis Penelitian	14
H. Sistematika Penulisan	15
 BAB II KAJIAN TEORI DAN KERANGKA PIKIR	 16
A. Motivasi Belajar	16
B. Bimbingan dan Konseling Kelompok	27
C. Konseling Behavioral	29
D. Teknik <i>Self Management</i>	35
E. Kerangka Pikir	42
 BAB III METODE PENELITIAN	 43
A. Jenis dan Pendekatan Penelitian	43
B. Desain Penelitian	44
C. Setting Penelitian	45
D. Populasi dan Sampel	45
E. Data dan Sumber Data	47
F. Teknik Pengumpulan Data	48
G. Instrumen Penelitian	51
H. Teknik Analisis Data	55
I. Teknik Validitas dan Keabsahan Data	58
 BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	 62

A. Hasil Penelitian	62
B. Pembahasan.....	88
BAB V PENUTUP	94
A. Simpulan	94
B. Saran	95
DAFTAR PUSTAKA	96
LAMPIRAN-LAMPIRAN	99
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	138

DAFTAR TABEL

No	Halaman
3.1 Bentuk Desain Penelitian	44
3.2 Populasi Kelas VII	46
3.3 Interval Total Nilai	47
3.4 Kisi-Kisi Angket Sebelum Uji Validitas	49
3.5 Kisi-Kisi Angket Sesudah Uji Validitas	50
3.6 Pedoman Konseling Kelompok dengan Teknik <i>Self management</i>	51
3.7 Interval Uji Normalitas	56
3.8 Interval Uji Normalitas	57
4.1 Identitas Sekolah.	62
4.2 Data Guru dan Tenaga Kependidikan SMP Negeri 1 Mantewe	65
4.3 Rekapitulasi Jumlah Siswa Kelas VII SMP Negeri 1 Mantewe	66
4.4 Skala Hasil Pre-Test Motivasi Belajar	67
4.5 Rekap Hasil Pre-Test Motivasi Belajar	69
4.6 Hasil Pre-Test Siswa Motivasi Rendah.....	69
4.7 Jadwal Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok.....	71
4.8 Hasil Post-Test Siswa Motivasi Belajar Rendah.....	81
4.9 Perbandingan Hasil Post-Test Siswa Motivasi Belajar Rendah.....	82
4.10 Hasil Uji Normaliitas	84
4.11 Hasil Uji Homogenitas	85
4.12 Hasil Uji Independen Sampel T-Test	86
4.13 Gruop Statistics Independent Sample T-Test.....	86
4.14 Uji N-Gain Score.....	87

DAFTAR GAMBAR

No	Halaman
2.1 Kerangka Pikir Penelitian	42
4.1 Diagram Distribusi Frekuensi Kategori Motivasi Belajar	68

DAFTAR LAMPIRAN

No	Halaman
1. Daftar Terjemah	99
2. Instrumen Penelitian	100
3. Buku Panduan Konseling.....	104
4. Uji Validitas dan Reabilitas	105
5. Hasil Angket	110
6. Foto Dokumentasi.....	115
7. Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL)	123
8. Surat Keputusan Penetapan Dosen Pembimbing Skripsi.....	129
9. Berita Acara dan Catatan Hasil Seminar Proposal.....	130
10. Surat Telah Melaksanakan Seminar Proposal.....	132
11. Surat Riset Dekan FTK UIN Antasari Banjarmasin	133
12. Surat Izin Penelitian	135
13. Sertifikat Ujian Komprehensif	136
14. Buku Konsultasi Bimbingan Skripsi.....	137