

**EFEKTIVITAS PENGGUNAAN STRATEGI *SELF-MONITORING*
DALAM TEKNIK *SELF-MANAGEMENT* MELALUI LAYANAN
BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK PENINGKATAN MOTIVASI
BELAJAR SISWA**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Panitia Ujian Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
untuk Memenuhi Salah Satu Syarat GunaMemperoleh Gelar Sarjana Pendidikan**

OLEH

MARIA MEILANY OSE BASA BELOLON

NIM. 111 150 15

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING



FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDIRA

KUPANG

2022

LEMBAR PENGESAHAN

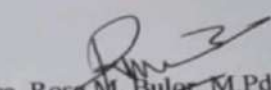
Skripsi ini telah disetujui dan disahkan pada tanggal 30 Nov 2022

Oleh

Pembimbing I


Drs. Yohanes D. Doni, M.Si.
NIDN: 0806086001

Pembimbing II


Dra. Rosa M. Bular, M.Pd.
NIDN: 0807056401

Mengetahui,
Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling


Dra. Maria Erlinda, M.Pd.
NIDN: 0815056602

Mengesahkan,

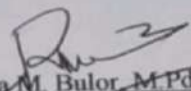
Dekan FKIP Unwira

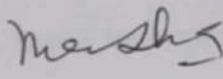

Dr. Damianus Talok, MA
NIDN: 0812026001

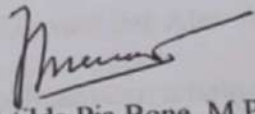
Skripsi ini telah dipertanggungjawabkan dihadapan panitia ujian skripsi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Program Studi Bimbingan dan Konseling, dan diterima untuk memenuhi salah satu persyaratan guna memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan Jenjang Strata 1 pada tanggal 25 Juli 2022.

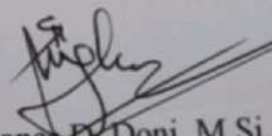
Panitia Ujian


Drs. Yohanes D. Doni, M.Si.
NIDN: 0806086001
Ketua


Dra. Rosa M. Bulor, M.Pd.
NIDN: 0807056401
Sekertaris


Dra. Dhiu Margaretha, M.Pd.
NIDN: 0822066201
Penguji I


Dra. Matilda Pia Bone, M.Pd.
NIDN: 0818066201
Penguji II


Drs. Yohanes D. Doni, M.Si.
NIDN: 0806086001
Penguji III

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto :

Kehidupanmu akan menjadi lebih cemerlang dari pada siang hari,
kegelapan akan menjadi terang seperti pagi hari. (Ayub 11:7)

Persembahan

Skripsi ini saya persembahkan kepada :

1. Bapak Donatus Seran Goran dan
Mama Bernadetha Wungbelolon
tercinta.
2. Adik-adikku terkasih Richard, Tyara,
Gerarrd.
3. Putriku tersayang Ermelinda
Bivatigirni Ko'a
4. Almamaterku tercinta Universitas
Katolik Widya Mandira.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan rahmat-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian ini dengan baik. Adapun judul skripsi ini tentang kajian efektivitas penggunaan strategi *self-monitoring* dalam teknik *self-management* melalui layanan bimbingan kelompok untuk peningkatan motivasi belajar.

Makalah yang dikaji dalam skripsi ini, mengapa strategi *self-monitoring* dalam teknik *self-management* melalui layanan bimbingan kelompok digunakan untuk meningkatkan motivasi belajar siswa? Bagaimana prosedur penggunaan strategi *self-monitoring* dalam teknik *self-management* melalui layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan motivasi belajar siswa? Dan apakah penggunaan strategi *self-monitoring* dalam teknik *self-management* melalui layanan bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan motivasi belajar siswa?.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui alasan penggunaan strategi *self-monitoring* dalam teknik *self-management* melalui layanan bimbingan kelompok untuk peningkatan motivasi belajar siswa, prosedur penggunaan strategi *self-monitoring* dalam teknik *self-management* melalui layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan motivasi belajar siswa, efektivitas penggunaan strategi *self-monitoring* dalam teknik *self-management* melalui layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan motivasi belajar siswa.

Penelitian ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak, karena itu peneliti ucapkan terima kasih kepada :

1. Dr. Damianus Talok, MA. Selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, yang telah membantu memperlancar urusan administrasi sehingga penelitian ini dapat dilaksanakan dengan baik.
2. Dra. Maria Erlinda, M.Pd. Sebagai Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan pengarahan, bimbingan, dan masukan dalam melakukan penulisan skripsi ini.
3. Drs. Yohanes Demon, M.Si. Selaku pembimbing I yang selalu memberikan bimbingan, motivasi, dan saran sehingga penulisan skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.
4. Dra. Rosa Mustika Bulor, M.Pd. Selaku pembimbing II atas segala bimbingan, motivasi, dan saran sehingga penulisan skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.
5. Pater, Bruder, Bapak dan Ibu dosen pada Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan ilmu pengetahuan kepada peneliti selama mengikuti studi.
6. Ibu Marselina Yunita Aso, S.Pd. Selaku pegawai Tata Usaha Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah membantu peneliti dalam pengurusan administrasi yang berkaitan dengan skripsi.
7. Bapak Donatus Seran Goran dan mama Bernadetha Wungbelolon yang selama ini telah memberikan cinta, doa dan dukungan baik moril maupun materil dari kandungan sampai saat ini.

8. Keluarga besar yang selalu memberikan semangat dan dukungan kepada peneliti, adik-adik tersayang Richard, Tyara, dan Gerarrd yang sudah menggandeng tangan peneliti dalam doa.
9. Sahabat dan orang-orang terkasih, serta teman-teman seperjuangan pada Program Studi Bimbingan dan Konseling angkatan 2015 yang selalu membantu dan memberikan motivasi kepada peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
10. Semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan namanya satu persatu, telah memberikan bantuan baik langsung maupun tidak langsung.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini belum sempurna dan masih banyak kekurangan dikarenakan keterbatasan dan kemampuan yang peneliti miliki. Oleh karena itu, segala kritik dan saran yang membangun sangat dibutuhkan oleh peneliti untuk menyempurnakan skripsi ini.

Kupang, 2022

Peneliti

ABSTRAK

Judul skripsi : Efektivitas penggunaan strategi *self-monitoring* dalam teknik *self-management* melalui layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan motivasi belajar siswa. Masalah yang dikaji dalam skripsi ini adalah apakah penggunaan strategi *self-monitoring* dalam teknik *self-management* melalui layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan motivasi belajar siswa?. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui efektivitas penggunaan strategi *self-monitoring* dalam teknik *self-management* melalui layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan motivasi belajar siswa. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi kepustakaan. Objek kajian adalah strategi *self-monitoring*, teknik *self-management*, layanan bimbingan kelompok, dan motivasi belajar siswa. Sumber data yang digunakan adalah sumber data sekunder dan jenis data kualitatif. Hasil pembahasannya sebagai berikut : efektivitas dari penelitian ini adalah peningkatan motivasi belajar melalui layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan strategi *self-monitoring* dalam teknik *self-management*. Hal ini diperkuat dengan hasil dari penelitian Suartie (2016), hasil penelitian Aulia (2020), dan hasil penelitian Siti, dkk (2020). Berdasarkan hasil penelitian ini, maka peneliti memberikan saran kepada : 1) Guru BK diharapkan dapat meningkatkan keterampilan dalam menjalankan strategi *self-monitoring* dalam teknik *self-management* melalui layanan bimbingan kelompok untuk peningkatan motivasi belajar siswa. 2) peneliti diharapkan dapat menambah ilmu dan wawasan tentang penggunaan strategi *self-monitoring* dalam teknik *self-management* untuk peningkatan motivasi belajar siswa

ABSTRACT

Thesis title: Effectiveness of using self-monitoring strategies in self-management techniques through group guidance services to increase student learning motivation. The problem studied in this thesis is whether the use of self-monitoring strategies in self-management techniques through group guidance services can increase student learning motivation? The aim of the research is to determine the effectiveness of using self-monitoring strategies in self-management techniques through group guidance services to increase student learning motivation. The research method used in this research is literature study. The objects of study are self-monitoring strategies, self-management techniques, group guidance services, and student learning motivation. The data sources used are secondary data sources and qualitative data types. The results of the discussion are as follows: the effectiveness of this research is increasing learning motivation through group guidance services using self-monitoring strategies in self-management techniques. This is reinforced by the results of Suartie's research (2016), Aulia's research results (2020), and Siti, et al.'s research results (2020). Based on the results of this research, the researcher provides suggestions to: 1) It is hoped that guidance and counseling teachers can improve their skills in carrying out self-monitoring strategies in self-management techniques through group guidance services to increase student learning motivation. 2) researchers are expected to be able to increase knowledge and insight regarding the use of self-monitoring strategies in self-management techniques to increase student learning motivation.

- Lampiran 1 : Abstrak Artikel Hasil Penelitian oleh Siti, dkk. (2020) tentang Meningkatkan Motivasi Belajar dengan Konseling Kelompok dengan Teknik Self-Management di SMPN 4 Murung Pudak.
- Lampiran 2 : Abstrak Artikel Hasil Penelitian oleh Suartie (2016) tentang Upaya Meningkatkan Motivasi Belajar melalui Strategi *Self-Management* pada Siswa SMP di Kota Palangkaraya.
- Lampiran 3 : Abstrak Artikel Hasil Penelitian oleh Indryaningsih, dkk. (2014) tentang Penerapan Teori Konseling Behavioral dengan Teknik *Self-Management* untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas VIII B4 SMPN Singaraja.
- Lampiran 4 : Abstrak Artikel Hasil Penelitian oleh Aulia (2020) tentang Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Self-Management untuk Meningkatkan Perilaku Menjaga Kebersihan Sekolah pada Siswa Kelas VII SMPN 25 Banjarmasin.
- Lampiran 5 : Abstrak Artikel Hasil Penelitian oleh Isnaini, (2015) tentang Strategi Self-Management untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar.

DAFTAR ISI

	Halaman
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	8
BAB II TINJAUAN TEORETIS	9
A. Teknik <i>Self Management</i>	9
1. Pengertian <i>Self Management</i>	9
2. Manfaat Teknik <i>Self Management</i>	10
3. Tujuan Teknik <i>Self-Management</i>	10
4. karakteristik Teknik <i>Self Management</i>	11
5. Strategi-Strategi Dalam Teknik <i>Self Management</i>	11
B. Bimbingan Kelompok	15
1. Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok	15
2. Tujuan Bimbingan Kelompok.....	16
3. Manfaat Layanan Bimbingan Kelompok	16
4. Tahap-tahap Layanan Bimbingan Kelompok	17
5. Asas-asas Layanan Bimbingan Kelompok.....	19
6. Teknik-teknik Bimbingan Kelompok.....	20
C. Motivasi Belajar	23
1. Pengertian Motivasi Belajar	23

2. Jenis-jenis Motivasi Belajar.....	24
3. Prinsip-prinsip Motivasi Belajar.....	25
4. Ciri-ciri Motivasi Belajar.....	27
5. Bentuk-bentuk Motivasi Belajar di Sekolah.....	28
6. Upaya Meningkatkan Motivasi Belajar	31
D. Hasil Kajian Yang Relevan.....	32
BAB III METODE KAJIAN DAN PEMBAHASAN.....	42
A. Metode Kajian	42
B. Objek Kajian	43
C. Sumber Data.....	43
D. Jenis Data	44
E. Pembahasan Masalah	45
BAB IV PENUTUP	55
A. Simpulan.....	55
B. Saran	56
DAFTAR PUSTAKA	57
LAMPIRAN-LAMPIRAN	