

**EFEKTIVITAS BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK *SELF*
MANAGEMENT UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR
SISWA KELAS XI IPS DI MA ALMUTAWALLY CILIMUS**

SKRIPSI

Diajukan sebagai Salah Satu Syarat

Untuk memperoleh gelar sarjana sosial (S.Sos)

Pada jurusan Bimbingan Konseling Islam (BKI)

Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam (FDKI)



MUHAMAD NURHASAN

NIM. 2108306204

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA

UIN SIBER SYEKH NURJATI CIREBON

2026 M/1448 H

**EFEKTIVITAS BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK *SELF*
MANAGEMENT UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR
SISWA KELAS XI IPS DI MA ALMUTAWALLY CILIMUS**

SKRIPSI

Diajukan sebagai Salah Satu Syarat

Untuk memperoleh gelar sarjana sosial (S.Sos)

Pada jurusan Bimbingan Konseling Islam (BKI)

Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam (FDKI)

MUHAMAD NURHASAN

NIM. 2108306204

UINSSC
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SIBER
KEMENTRIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UIN SIBER SYEKH NURJATI CIREBON

2025 M/1447 H

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik self-management dalam meningkatkan motivasi belajar siswa kelas XI IPS di MA Al-Mutawally Cilimus. Latar belakang penelitian didasarkan pada hasil observasi dan wawancara yang menunjukkan rendahnya motivasi belajar siswa, ditandai dengan perilaku seperti datang terlambat, pasif dalam pembelajaran, menunda tugas, serta kurangnya disiplin dan kontrol diri dalam belajar. Kondisi ini berdampak pada rendahnya keterlibatan dan prestasi belajar, sehingga diperlukan intervensi yang terstruktur dan berbasis bukti untuk membantu siswa meningkatkan kemampuan pengelolaan diri. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain pre-eksperimental One-Group Pretest–Posttest, melibatkan 25 siswa sebagai sampel. Instrumen penelitian berupa angket motivasi belajar yang diukur sebelum dan sesudah pemberian treatment. Intervensi bimbingan kelompok dilakukan melalui enam sesi yang menerapkan unsur-unsur utama teknik self-management, yaitu self-monitoring, self-evaluation, self-control, dan self-reinforcement. Setiap sesi dirancang untuk membantu siswa mengenali kebiasaan belajarnya, memahami hambatan yang dihadapi, serta mengembangkan strategi perubahan perilaku yang lebih adaptif dan terarah pada tujuan. Hasil analisis menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada motivasi belajar siswa setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok. Uji Paired Sample T-Test menghasilkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($< 0,05$), yang mengindikasikan adanya perbedaan yang bermakna antara skor pretest dan posttest. Temuan ini menegaskan bahwa teknik self-management efektif diterapkan dalam konteks bimbingan kelompok untuk meningkatkan motivasi belajar siswa. Penelitian ini memberikan kontribusi penting bagi pengembangan layanan bimbingan konseling di sekolah serta menjadi rujukan bagi guru BK dalam merancang program intervensi yang lebih efektif dan berkelanjutan.

Kata kunci: bimbingan kelompok, self-management, motivasi belajar, siswa.

ABSTRACT

This study aims to examine the effectiveness of group guidance services using the self-management technique in improving the learning motivation of eleventh-grade social science students at MA Al-Mutawally Cilimus. The background of this research is based on observations and interviews showing that several students demonstrated low learning motivation, reflected in behaviors such as tardiness, passive classroom participation, procrastination, and poor self-regulation. These conditions negatively affect students' engagement and academic performance, highlighting the need for a structured, evidence-based intervention to enhance students' self-management abilities. A quantitative approach with a pre-experimental One-Group Pretest–Posttest design was employed, involving 25 students as the research sample. The instrument used was a learning motivation questionnaire administered before and after the intervention. The group guidance intervention consisted of six sessions implementing key components of the self-management technique, including self-monitoring, self-evaluation, self-control, and self-reinforcement. Each session was designed to help students identify their learning behavior patterns, understand the challenges they face, and develop adaptive strategies aligned with academic goals. The results indicated a significant improvement in students' learning motivation after participating in the intervention. The Paired Sample T-Test revealed a significance value of 0.000 (< 0.05), indicating a meaningful difference between pretest and posttest scores. These findings confirm that the self-management technique is effective when applied through group guidance to enhance students' learning motivation. This study provides valuable contributions to the development of school counseling services and serves as a reference for counselors in designing more effective and sustainable intervention programs.

Keywords: *group guidance, self-management, learning motivation, students.*

PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI

Bismillahirrohmanirrohim

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul **"Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik *Self Management* Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas Xi Ips Di Ma Almutawally Cilimus"** ini beserta seluruh isinya merupakan karya saya sendiri, dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika yang berlaku dalam masyarakat keilmuan.

Atas pernyataan ini, menanggung resiko atau sanksi atau apapun yang dijatuhkan kepada saya dengan peraturan yang berlaku. Apabila di kemudian hari adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan, atau ada klaim terhadap keaslian karya yang telah saya buat ini.

Cirebon **20 NOV 2025**

Yang Pembuat Pernyataan



Muhamad Nurhasan

NIM. 2108306204

LEMBAR PERSETUJUAN

**EFEKTIVITAS BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK *SELF*
MANAGEMENT UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR
SISWA KELAS XI IPS DI MA ALMUTAWALLY CILIMUS**

Disusun Oleh :

Muhamad Nurhasan

NIM. 2108306204

Menyetujui,

Pembimbing 1



Herny Noviyanti, M.Pd.
NIP. 32017011 981112 1 201

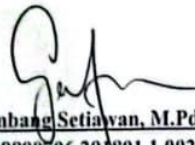
Pembimbing 2



Agus Pamuji, M.Kom
NIP. 19840814 201903 1 007

Mengetahui :

Ketua Jurusan BKI

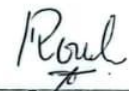
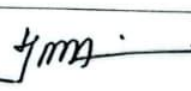


Bambang Setiawan, M.Pd
NIP. 19890706 201801 1 002

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi berjudul **"EFEKTIVITAS BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK *SELF MANAGEMENT* UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR SISWA KELAS XI IPS DI MA ALMUTAWALLY CILIMUS"** oleh **Muhamad Nurhasan**, NIM **2108306204** telah dimunaqosahkan pada Selasa 25 November 2025 di hadapan dewan penguji dan dinyatakan **LULUS**.

Skripsi ini telah memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Universitas Islam Negeri Siber Syekh Nurjati Cirebon.

Panitia Munaqosyah	Tanggal	Tanda Tangan
Ketua Jurusan Bambang Setiawan, M.Pd NIP. 19890706 201801 1 002	10/Mar 2026	
Sekretaris Jurusan Rina Kurnia, M.Pd NIP. 19900517 201903 2 011	11/Mar 2026	
Penguji 1 Bambang Setiawan, M.Pd NIP. 19890706 201801 1 002	10/Mar 2026	
Penguji 2 Dr. Ade Hidayat, M.Pd NIP. 198202262020121001	10/Mar 2026	
Pembimbing 1 Herny Novianti, M.Pd NIP. 32017011 981112 1 201	11/Mar 2026	
Pembimbing 2 Agus Pamuji, M.Kom NIP. 19840814 201903 1 007	12/Mar 2026	

Mengetahui

Dekan Fakultas Dakwah Komunikasi Islam



NOTA DINAS

Kepada

Yth. Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam

UIN Siber Syekh Nurjati Cirebon

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Setelah melaksanakan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap penulisan skripsi berikut ini:

Nama : Muhamad Nurhasan

NIM : 2108306204

Judul : Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik *Self Management* Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas Xi Ips Di Ma Almutawally Cilimus

Kami bersepakat bahwa skripsi tersebut sudah dapat diajukan pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam UIN Siber Syekh Nurjati Cirebon untuk di Munaqosahkan.

Wassalamu'alaikum Warrahmatullahi Wabarakatuh

Cirebon, **20 Nov 2025**

Pembimbing 1



Herny Noviyanti, M.Pd.
NIP. 32017011 981112 1 201

Pembimbing 2



Agus Pamuji, M.Kom
NIP. 19840814 201903 1 007

PERSEMBAHAN

Segala puji bagi Allah Yang Maha Kuasa karena telah memberikan rahmat, hidayah serta karunia-Nya berupa kesehatan, kesempatan, dan kesadaran kepada hamba sehingga bisa terus berusaha untuk menjadi diri yang lebih baik. Sholawat serta salam semoga tetap tercurah limpahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW karena berkat beliaulah sehingga saya bisa merasakan keindahan dalam mencari ilmu. Peneliti mempersembahkan skripsi ini untuk:

1. Peneliti, Muhamad Nurhasan. Terima kasih telah berjuang dengan penuh keteguhan dan semangat yang tak pernah padam. Tetaplah melangkah dan percaya pada setiap proses yang membentuk dirimu.
2. Dengan penuh rasa syukur, karya ini kupersembahkan kepada bapa rasmad dan Ibu hadijah tercinta. Terima kasih atas setiap doa yang kalian panjatkan, setiap peluh yang kalian teteskan, dan setiap cinta yang kalian berikan. Semoga Allah membalas segala kebaikan dan pengorbanan kalian dengan pahala yang berlipat dan keberkahan yang tiada henti.
3. Karya ini saya persembahkan kepada keluarga saya tercinta, yang dengan ketulusan dan dukungan tanpa henti telah memberikan kekuatan selama proses pendidikan ini. Terima kasih atas doa, perhatian, dan pengorbanan yang tidak tergantikan.
4. Persembahan ini kuhadiahkan untuk sahabat-sahabatku yang selalu hadir dalam setiap suka dan duka. Terima kasih untuk tawa, dukungan, dan kebersamaan yang membuat perjalanan ini terasa lebih ringan. Kalian adalah bagian penting dari setiap langkahku.
5. Untuk seseorang yang mau bertahan di sampingku meski aku sibuk, stres, dan sering hilang arah selama pengerjaan skripsi ini. Terima kasih sudah sabar, mengerti, dan selalu mengingatkanku untuk tidak menyerah.
6. Dosen pembimbing skripsi ibu Herny Noviyanti dan Bapak Agus Pamudji, Ketua Jurusan Bapak Bambang Setiawan, Staf Jurusan BKI Ibu Tiwi, Ibu Bapak Dosen BKI dan Staf Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam yang selalu memberikan perhatian, bimbingan, ilmu dan kasih sayang selama peneliti menimba ilmu di UIN Siber Syekh Nurjati Cirebon.
7. Teman-teman mahasiswa BKI F 2021 yang telah berjuang bersama dan saling berbagi motivasi serta bantuan dalam penyusunan skripsi.

RIWAYAT HIDUP



Nama : Muhamad Nurhasan

TTL : Kuningan 1 Januari 2002

Gender : Laki-laki

Alamat : Desa Darma, Blok Gunung Luhur, RT/RW 30/04, Kecamatan Darma, Kabupaten Kuningan.

Agama : Islam

Pendidikan Formal:

TK Ananda

SDN 4 Darma (2009-2014)

MTsN 5 Kuningan (2014-2017)

MA AL-Mutawally (217-2020)

UIN Siber Syekh Nurjati Cirebon (2021-2026)

MOTTO HIDUP

“Teruslah melangkah meskipun perlahan, karena setiap langkah kecil yang konsisten akan membawamu menuju perubahan besar yang kamu impikan.”

-Muhamad Nurhasan-



KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT atas segala limpahan rahmat dan ridho-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan tugas akhir semester akademik (skripsi) dengan baik. Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurah limpahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW, beserta keluarga dan para sahabatnya serta orang-orang yang selalu mengikuti sunahnya. Peneliti menyadari terwujudnya skripsi ini tidak lepas dari peran dan bantuan berbagai pihak, untuk itu peneliti patut menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Prof. Dr. H. Aan Jaelani, M.Ag, Rektor Universitas Islam Negeri Siber Syekh Nurjati Cirebon
2. Dr. Naila Farah, M.Ag Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Universitas Islam Negeri Siber Syekh Nurjati Cirebon.
3. Bambang Setiawan, M.Pd, Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Universitas Islam Negeri Siber Syekh Nurjati Cirebon
4. Rina Kurnia, M.Pd, Sekretaris Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Universitas Islam Negeri Siber Syekh Nurjati Cirebon.
5. Herny Noviyanti, M.Pd selaku Dosen Pembimbing I dan Agus Pamudji, M.Kom, selaku Dosen Pembimbing II yang telah meluangkan waktunya untuk terus membimbing dan memotivasi peneliti dalam menyelesaikan tugas akhir penulisan skripsi ini.
6. Seluruh Dosen dan Staf Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Siber Syekh Nurjati Cirebon.
7. Bapak dan Ibu Staf Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam.
8. Kepada responden dalam penelitian ini, siswa kelas XI IPS di MA AL-Mutawally Cilimus.
9. Semua pihak yang telah membantu dalam proses penyelesaian skripsi ini.

Peneliti menyadari skripsi ini masih banyak kekurangan. Maka, saran dan kritik yang membangun dari berbagai pihak sangat diperlukan. Apabila dalam penyusunan skripsi ini banyak kekurangan, peneliti mohon maaf yang sebesarbesarnya

Cirebon_____

Peneliti

Muhamad Nurhasan



DAFTAR ISI

ABSTRAK	iii
ABSTRACT.....	iv
PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PERSETUJUAN	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PENGESAHAN.....	Error! Bookmark not defined.
NOTA DINAS	Error! Bookmark not defined.
PERSEMBAHAN	ix
RIWAYAT HIDUP	x
MOTTO HIDUP	xi
KATA PENGANTAR.....	xii
DAFTAR ISI	xiv
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Perumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penelitian	9
D. Tinjauan Pustaka	10
E. Manfaat Penelitian	11
BAB II.....	13
LANDASAN TEORI.....	13
A. Motivasi Belajar	13
a. Pengertian motivasi belajar	13
b. Fungsi motivasi belajar	14
c. Faktor-faktor motivasi belajar	15
d. Ciri-ciri motivasi belajar	16
e. Jenis-jenis motivasi belajar.....	17
f. Aspek motivasi belajar	17
B. Bimbingan Kelompok	18
a. Pengertian layanan bimbingan kelompok.....	19
b. Tujuan layanan bimbingan kelompok.....	20

c. Asas-asas bimbingan kelompok	21
d. Tahap-tahap bimbingan kelompok	22
C. <i>Self Management</i> (Pengelolaan Diri).....	23
a. Pengertian Teknik <i>Self Management</i>	24
b. Konsep Dasar <i>Self Management</i>	25
c. Prinsip Teknik <i>Self Management</i>	27
d. Karakteristik Teknik <i>Self Management</i>	28
e. Tujuan Teknik <i>Self Management</i>	29
f. Kendala dalam Teknik <i>Self Management</i>	30
g. Tahap-tahap pelaksanaan	32
D. Penelitian Terdahulu	33
E. Kerangka Berpikir	34
F. Hipotesis Penelitian	35
BAB III	37
METODE PENELITIAN	37
A. Metode Pendekatan Penelitian	37
1. Metode dan Pendekatan Penelitian	37
2. Jenis Penelitian	37
3. Desain Penelitian	37
B. Tempat dan Waktu Penelitian	39
C. Populasi dan Sampel	39
1. Populasi	39
2. Sampel	40
D. Variabel Penelitian	41
E. Teknik Pengumpulan Data	42
1. Angket	42
F. Instrumen Penelitian	43
G. Teknik Analisis Data	44
1. Uji Validitas	44
2. Uji Reliabilitas	46
3. Uji Normalitas	47
4. Uji homogenitas	48
5. Uji Hipotesis Statistik	48

6. Uji Normalized Gain (N-Gain).....	48
BAB IV	50
HASIL DAN PEMBAHASAN	50
A. Hasil Penelitian	50
1. Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik <i>Self Management</i>	50
2. Data Hasil <i>Pretest-Posttest</i>	58
3. Analisis Data.....	61
B. Pembahasan.....	64
C. Keterbatasan penelitian	68
BAB V	69
PENUTUP	69
A. Kesimpulan	69
B. Saran	69
DAFTAR PUSTAKA	71
LAMPIRAN	75

