

Pengaruh Konseling Kelompok *Cognitive Behavior Therapy* untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa SMK YWKA Palembang

Yayu Arini¹, Nurlela², Endang Surtiyoni⁴

^{1,2,3} Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Keguruan dan Pendidikan, Universitas PGRI Palembang,
Jl. Jenderal Ahmad Yani, Lorong Gotong Royong 9/10 Ulu, Kecamatan Seberang Ulu I, Kota Palembang, Sumatra Selatan.
nyanyullg@gmail.com

Abstract

Student learning motivation is an important factor in supporting the success of the learning process; however, in reality, there are still students who have low learning motivation. This study aims to determine the effect of group counseling using the Cognitive Behavior Therapy (CBT) approach in improving the learning motivation of students at SMK YWKA Palembang. The research method used is quantitative with an experimental design in the form of a One Group Pre-test Post-test Design. The sample consisted of 9 students who had low and moderate levels of learning motivation. Data collection techniques used a Likert scale questionnaire that had been tested for validity and reliability. Data analysis was conducted using the Wilcoxon Signed Rank Test. The results of the study showed that group counseling services using the Cognitive Behavior Therapy approach with cognitive restructuring techniques were effective in improving students' learning motivation. This was evidenced by the results of the Wilcoxon test which showed a Z value of 2.670 and a significance value (Asymp. Sig. 2-tailed) of 0.008. The significance value was smaller than 0.05, so it can be concluded that the alternative hypothesis (H_a) was accepted and the null hypothesis (H_o) was rejected. Thus, there was a significant effect after the treatment in the form of group counseling using the Cognitive Behavior Therapy approach. Based on these results, it can be concluded that group counseling using Cognitive Behavior Therapy is effective in improving the learning motivation of students at SMK YWKA Palembang.

Keywords: Group Counseling, Cognitive Behavior Therapy (CBT), Learning Motivation, Vocational High School Students

Abstrak

Motivasi belajar siswa merupakan faktor penting dalam menunjang keberhasilan proses pembelajaran, namun pada kenyataannya masih terdapat siswa yang memiliki motivasi belajar rendah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh konseling kelompok dengan pendekatan Cognitive Behavior Therapy dalam meningkatkan motivasi belajar siswa SMK YWKA Palembang. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain eksperimen berupa One Group Pre-test Post-test Design. Sampel penelitian berjumlah 9 siswa yang memiliki tingkat motivasi belajar rendah dan sedang. Teknik pengumpulan data menggunakan angket skala Likert yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data dilakukan menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok dengan pendekatan Cognitive Behavior Therapy teknik Restrukturisasi efektif dalam meningkatkan Motivasi Belajar siswa. Hal ini dibuktikan dengan hasil uji Wilcoxon yang menunjukkan nilai Z sebesar -2,670 dan nilai signifikansi (Asymp. Sig 2-tailed) sebesar 0,008. Nilai signifikansi tersebut lebih kecil dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis alternatif (H_a) diterima dan hipotesis nol (H_o) ditolak. Dengan demikian, terdapat pengaruh yang signifikan setelah diberikan perlakuan berupa layanan konseling kelompok dengan pendekatan cognitive behavior therapy. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa layanan Konseling kelompok cognitive behavior therapy efektif dalam meningkatkan motivasi belajar siswa SMK YWKA Palembang.

Kata kunci: Konseling Kelompok, *Cognitive Behavior Therapy*, Motivasi belajar, Siswa SMK

Copyright (c) 2026 Yayu Arini, Nurlela, Endang Surtiyoni

✉Corresponding author: Yayu Arini

Email Address: nyanyullg@gmail.com (Jl. Jenderal Ahmad Yani, Lorong Gotong Royong 9/10 Ulu, Kecamatan Seberang Ulu I, Kota Palembang, Sumatra Selatan)

Received 03 July 2026, Accepted 09 July 2026, Published 15 July 2026

PENDAHULUAN

Siswa merupakan individu yang sedang menjalani proses pendidikan untuk memperoleh pengetahuan, keterampilan, serta mengembangkan potensi dirinya secara optimal (Saharani *et al.*,

2025). Dalam proses pembelajaran, keberhasilan siswa tidak hanya ditentukan oleh kemampuan intelektual, tetapi juga dipengaruhi oleh berbagai faktor psikologis, salah satunya adalah motivasi belajar. Motivasi belajar memiliki peran penting dalam mendorong semangat, ketekunan, serta keterlibatan siswa dalam kegiatan pembelajaran sehingga tujuan akademik dapat tercapai secara optimal (Rahman, 2021). Oleh karena itu, motivasi belajar menjadi salah satu aspek penting yang perlu dimiliki oleh peserta didik, khususnya pada jenjang Sekolah Menengah Kejuruan (SMK).

Menurut Monika dan Adman (2017), motivasi belajar merupakan dorongan yang muncul dari dalam diri maupun dari lingkungan yang menyebabkan seseorang memiliki kemauan dan semangat untuk mengikuti proses pembelajaran secara aktif. Motivasi belajar yang tinggi akan mendorong siswa untuk lebih tekun, disiplin, dan memiliki keinginan untuk mencapai prestasi yang lebih baik. Selain itu, Indah *et al.* (2020) menjelaskan bahwa motivasi belajar dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti lingkungan belajar, dukungan sosial dari keluarga, teman sebaya, serta kondisi psikologis individu. Apabila faktor-faktor tersebut tidak mendukung, maka motivasi belajar siswa cenderung mengalami penurunan.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling di SMK YWKA Palembang pada tanggal 8 Oktober 2025, diperoleh informasi bahwa motivasi belajar siswa masih tergolong rendah. Kondisi tersebut ditunjukkan oleh rendahnya antusiasme siswa dalam mengikuti pembelajaran, kurangnya dukungan psikologis yang dimiliki siswa, pengaruh lingkungan yang kurang mendukung proses belajar, keterbatasan pendekatan layanan yang berfokus pada perubahan perilaku, serta belum banyaknya informasi mengenai efektivitas pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dalam konteks pendidikan. Permasalahan tersebut dapat berdampak pada rendahnya keterlibatan siswa dalam pembelajaran dan berpotensi menghambat pencapaian hasil belajar yang optimal.

Salah satu layanan yang dapat digunakan untuk membantu meningkatkan motivasi belajar siswa adalah layanan konseling kelompok. Menurut Yandri *et al.* (2022), konseling kelompok merupakan layanan dalam bimbingan dan konseling yang memanfaatkan dinamika kelompok untuk membantu peserta didik menyelesaikan permasalahan yang dihadapi melalui interaksi antaranggota kelompok. Dalam layanan ini, setiap anggota memiliki kesempatan untuk bertukar pengalaman, memberikan dukungan, serta belajar dari anggota lainnya. Rahmi *et al.* (2024) menyatakan bahwa tujuan konseling kelompok adalah membantu individu memahami diri, mengembangkan kemampuan sosial, serta mengatasi berbagai permasalahan secara konstruktif melalui dinamika kelompok yang positif.

Pelaksanaan konseling kelompok dapat dipadukan dengan berbagai pendekatan, salah satunya adalah *Cognitive Behavior Therapy* (CBT). Pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* merupakan salah satu bentuk psikoterapi yang berfokus pada hubungan antara pikiran, perasaan, dan perilaku individu. Menurut Ragil Setyorini, Firman, dan Yusra (2024), CBT bertujuan membantu individu mengenali serta mengubah pola pikir negatif atau distorsi kognitif yang dapat memengaruhi kondisi emosional dan perilaku seseorang. Pendekatan ini dikembangkan oleh Aaron T. Beck pada tahun 1960-an berdasarkan

asumsi bahwa berbagai permasalahan emosional dan perilaku berawal dari pola pikir yang tidak rasional atau negatif.

Melalui pendekatan CBT, individu dilatih untuk mengidentifikasi pikiran-pikiran yang kurang adaptif, mengevaluasi kebenarannya, kemudian menggantinya dengan pola pikir yang lebih realistis dan positif. Perubahan pola pikir tersebut diharapkan dapat memengaruhi perilaku individu secara positif, termasuk dalam meningkatkan motivasi belajar. Dengan demikian, konseling kelompok berbasis *Cognitive Behavior Therapy* memiliki potensi untuk membantu siswa membangun keyakinan diri, meningkatkan semangat belajar, serta mengembangkan perilaku belajar yang lebih efektif.

Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan bahwa penerapan *Cognitive Behavior Therapy* dalam layanan bimbingan dan konseling mampu memberikan dampak positif terhadap aspek psikologis dan perilaku peserta didik. Namun, penelitian mengenai pengaruh konseling kelompok berbasis *Cognitive Behavior Therapy* terhadap motivasi belajar siswa SMK, khususnya di SMK YWKA Palembang, masih terbatas. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya penelitian lebih lanjut untuk memperoleh bukti empiris mengenai efektivitas pendekatan tersebut dalam meningkatkan motivasi belajar siswa.

Berdasarkan uraian tersebut, rendahnya motivasi belajar siswa SMK memerlukan penanganan yang tepat melalui layanan bimbingan dan konseling yang inovatif serta sesuai dengan kebutuhan peserta didik. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh konseling kelompok dengan pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) terhadap peningkatan motivasi belajar siswa SMK YWKA Palembang. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi alternatif strategi layanan bimbingan dan konseling yang efektif dalam membantu siswa meningkatkan motivasi belajar serta mendukung keberhasilan mereka dalam mencapai tujuan akademik.

METODE

Penelitian ini dilaksanakan di SMK YWKA Palembang yang berlokasi di Jl. Ki Marogan, Lorong Porka No. 15, Ogan Baru, Kecamatan Kertapati, Kota Palembang, Sumatera Selatan. Pelaksanaan penelitian direncanakan pada bulan April 2026.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini merupakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen jenis *pre-experimental*, yaitu menggunakan desain kelompok tunggal melalui pelaksanaan *pre-test* dan *post-test*. *Pre-test* dan *post-test* dilakukan sebelum dan sesudah pemberian perlakuan atau intervensi tertentu.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X SMK YWKA Palembang yang terdiri dari kelas X TKR 1 sebanyak 28 siswa, kelas X TKR 2 sebanyak 27 siswa, kelas X TBSM 1 sebanyak 18 siswa, dan kelas X TBSM 2 sebanyak 19 siswa. Dengan demikian, jumlah keseluruhan populasi dalam penelitian ini adalah 92 siswa, yang terdiri dari 91 siswa laki-laki dan 1 siswa perempuan. Sampel dalam penelitian ini diambil menggunakan teknik *purposive sampling* berdasarkan hasil observasi dan wawancara bersama guru Bimbingan dan Konseling terhadap siswa yang memiliki karakteristik

motivasi belajar rendah. Sampel penelitian berjumlah 9 siswa yang berasal dari kelas X TKR 1 sebanyak 5 siswa dan kelas X TBSM 1 sebanyak 4 siswa. Seluruh responden berjenis kelamin laki-laki dan dipilih sesuai dengan tujuan penelitian yang telah ditetapkan.

Teknik pengumpulan data merupakan metode yang digunakan peneliti untuk memperoleh informasi yang akurat dalam penelitian ini. Teknik tersebut meliputi dokumentasi dan angket atau kuesioner. Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah analisis kuantitatif nonparametrik, yaitu analisis yang tidak memerlukan asumsi parametrik dari populasi. Uji yang digunakan adalah *Wilcoxon signed rank test* untuk membandingkan data sebelum dan sesudah perlakuan pada sampel berpasangan.

HASIL DAN DISKUSI

Hasil

Pelaksanaan pembelajaran desain poster melalui teknik menggambar manual di kelas VIII.9 SMP Negeri 16 Palembang dilaksanakan melalui tahapan penyampaian materi, demonstrasi, praktik pembuatan poster, dan evaluasi hasil karya siswa. Berdasarkan hasil observasi selama kegiatan pembelajaran, siswa menunjukkan peningkatan partisipasi dan keterlibatan dalam proses belajar dibandingkan dengan kondisi awal sebelum kegiatan dilaksanakan. Pada tahap awal, sebagian siswa masih mengalami kesulitan dalam mengembangkan ide, menentukan tema, memilih kombinasi warna, serta menyusun tata letak gambar dan tulisan pada poster. Selain itu, beberapa siswa terlihat kurang percaya diri dalam menampilkan hasil karyanya.

Penelitian ini menggunakan desain *one-group pretest-posttest* dengan sampel sebanyak 9 siswa SMK YWKA Palembang yang memiliki motivasi belajar rendah dan sedang. Sebelum diberikan perlakuan berupa layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Cognitive Behavior Therapy (CBT)*, siswa terlebih dahulu diberikan *pre-test*. Selanjutnya, siswa mengikuti empat kali pertemuan layanan konseling kelompok dan setelah seluruh kegiatan selesai dilakukan pengukuran kembali melalui *post-test*.

Hasil *pre-test* menunjukkan bahwa motivasi belajar siswa masih berada pada kategori rendah dan sedang dengan rata-rata skor sebesar 97,7. Setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Cognitive Behavior Therapy*, rata-rata skor motivasi belajar meningkat menjadi 118,8. Hal tersebut menunjukkan adanya peningkatan motivasi belajar siswa setelah memperoleh perlakuan.

Berdasarkan Tabel 1 terlihat bahwa seluruh siswa mengalami peningkatan skor motivasi belajar setelah mengikuti layanan konseling kelompok berbasis *Cognitive Behavior Therapy*. Peningkatan tertinggi terjadi pada siswa HB sebesar 46%, sedangkan peningkatan terendah terjadi pada siswa JTL sebesar 9%.

Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, data terlebih dahulu diuji normalitasnya menggunakan uji Shapiro-Wilk dengan bantuan program SPSS versi 26.

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas Shapiro-Wilk

Variabel	Statistic	df	Sig.
Pre-test	0,892	9	0,232
Post-test	0,808	9	0,031

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa nilai signifikansi *pre-test* sebesar 0,232 ($>0,05$) sehingga data berdistribusi normal, sedangkan nilai signifikansi *post-test* sebesar 0,031 ($<0,05$) sehingga data tidak berdistribusi normal. Oleh karena itu, pengujian hipotesis dilakukan menggunakan uji nonparametrik *Wilcoxon Signed Rank Test*.

Tabel 2. Hasil Ranks Uji Wilcoxon

Ranks	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Negative Ranks	0	0,00	0,00
Positive Ranks	9	5,00	45,00
Ties	0	-	-
Total	9		

Tabel 2 menunjukkan bahwa tidak terdapat penurunan skor (*negative ranks*) maupun skor yang tetap (*ties*). Seluruh responden mengalami peningkatan skor motivasi belajar setelah diberikan perlakuan yang ditunjukkan oleh nilai *positive ranks* sebanyak 9 siswa.

Selanjutnya, hasil uji hipotesis menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test* disajikan pada Tabel 4.

Tabel 3. Hasil Uji Wilcoxon Signed Rank Test

Statistik	Nilai
Z	-2,670
Asymp. Sig. (2-tailed)	0,008

Berdasarkan Tabel 3 diperoleh nilai signifikansi (*Asymp. Sig. (2-tailed)*) sebesar 0,008. Nilai tersebut lebih kecil dari 0,05 ($0,008 < 0,05$), sehingga hipotesis alternatif (H_a) diterima dan hipotesis nol (H_0) ditolak. Dengan demikian, terdapat perbedaan yang signifikan antara skor *pre-test* dan *post-test*.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Cognitive Behavior Therapy (CBT)* efektif dalam meningkatkan motivasi belajar siswa SMK YWKA Palembang. Hal ini dibuktikan dengan peningkatan rata-rata skor motivasi belajar dari 97,7 menjadi 118,8 serta hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* yang menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,008 ($<0,05$).

Diskusi

Tingkat Motivasi Belajar Siswa Sebelum Diberikan Perlakuan

Berdasarkan hasil *pre-test*, diketahui bahwa tingkat motivasi belajar siswa SMK YWKA Palembang berada pada kategori sedang dan rendah. Sebanyak empat siswa berada pada kategori sedang dengan skor 95, 118, 123, dan 126, sedangkan lima siswa lainnya berada pada kategori rendah dengan skor 73, 77, 85, 91, dan 92. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa sebagian siswa telah memiliki kesadaran mengenai pentingnya belajar, namun belum mampu mempertahankan semangat belajar secara konsisten. Selain itu, masih ditemukan perilaku kurang memperhatikan guru saat pembelajaran,

menunda pengerjaan tugas, mengobrol, serta bermain telepon genggam ketika proses belajar berlangsung.

Temuan tersebut sejalan dengan pendapat Suharni (2021) yang menyatakan bahwa motivasi belajar merupakan dorongan yang berasal dari dalam diri (*intrinsic motivation*) maupun dari luar diri (*extrinsic motivation*) yang mampu menggerakkan individu untuk melakukan aktivitas belajar. Rendahnya motivasi belajar dapat dipengaruhi oleh lingkungan belajar yang kurang kondusif, kurangnya dukungan sosial, serta rendahnya minat siswa terhadap materi pembelajaran. Hal ini diperkuat oleh penelitian Andeka et al. (2021) yang menunjukkan bahwa rendahnya motivasi belajar siswa dipengaruhi oleh metode pembelajaran yang monoton, lingkungan belajar yang kurang mendukung, dan keterbatasan fasilitas belajar sehingga siswa menjadi pasif dan kurang terlibat dalam proses pembelajaran.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Aminah (2024) yang menemukan bahwa siswa dengan motivasi belajar rendah cenderung menunjukkan kurangnya ketekunan, rendahnya minat belajar, serta kurang memiliki tujuan akademik yang jelas. Oleh karena itu, diperlukan layanan bimbingan dan konseling yang mampu membantu siswa mengembangkan pola pikir yang lebih positif dan meningkatkan semangat belajar.

Tingkat Motivasi Belajar Siswa Setelah Diberikan Perlakuan

Setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) selama empat kali pertemuan, hasil *post-test* menunjukkan adanya peningkatan motivasi belajar siswa. Tidak terdapat lagi siswa yang berada pada kategori rendah. Sebanyak empat siswa berada pada kategori sedang dengan skor 93, 95, 96, dan 116, sedangkan lima siswa lainnya berada pada kategori tinggi dengan skor 131, 132, 133, 134, dan 140. Hal tersebut menunjukkan bahwa pelaksanaan konseling kelompok dengan pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* mampu meningkatkan semangat belajar, tanggung jawab dalam menyelesaikan tugas, keaktifan selama pembelajaran, serta dorongan untuk mencapai prestasi belajar yang lebih baik.

Temuan ini sejalan dengan pendapat Yahya AD dan Egalia (2016) yang menyatakan bahwa tujuan *Cognitive Behavior Therapy* adalah membantu individu mengidentifikasi serta menantang pikiran negatif yang tidak rasional melalui proses restrukturisasi kognitif sehingga menghasilkan perubahan perilaku yang lebih adaptif. Melalui perubahan pola pikir tersebut, siswa menjadi lebih mampu memandang kegiatan belajar secara positif dan memiliki keyakinan terhadap kemampuan dirinya.

Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian Ramadan et al. (2024) yang menyimpulkan bahwa layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* efektif meningkatkan motivasi belajar siswa melalui perubahan pola pikir negatif menjadi pola pikir yang lebih rasional. Selain itu, penelitian Ragil Setyorini, Firman, dan Yusra (2024) menunjukkan bahwa penerapan CBT dalam layanan bimbingan dan konseling mampu membantu peserta didik meningkatkan motivasi dan perilaku belajar yang lebih positif.

Perbedaan Tingkat Motivasi Belajar Siswa Sebelum dan Sesudah Perlakuan

Berdasarkan hasil analisis menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,008 ($<0,05$). Hasil tersebut menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara skor *pre-test* dan *post-test*, sehingga hipotesis alternatif (H_a) diterima dan hipotesis nol (H_0) ditolak. Dengan demikian, layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* terbukti efektif dalam meningkatkan motivasi belajar siswa SMK YWKA Palembang.

Peningkatan tersebut terlihat dari rata-rata skor motivasi belajar yang meningkat dari 97,7 pada saat *pre-test* menjadi 118,8 pada saat *post-test*, dengan rata-rata peningkatan sebesar 23%. Seluruh siswa mengalami peningkatan skor, dengan peningkatan tertinggi sebesar 46% dan peningkatan terendah sebesar 9%. Hal ini menunjukkan bahwa layanan yang diberikan mampu memberikan perubahan positif terhadap semangat belajar, tanggung jawab dalam mengerjakan tugas, serta partisipasi siswa dalam kegiatan pembelajaran.

Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian Aminah (2024) yang menyimpulkan bahwa layanan konseling kelompok mampu meningkatkan motivasi belajar siswa dari kategori rendah menjadi kategori sedang dan tinggi melalui dinamika kelompok yang mendukung perubahan perilaku positif. Hasil penelitian ini juga mendukung penelitian Ramadan et al. (2024) yang menemukan bahwa pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* dalam konseling kelompok berpengaruh signifikan terhadap peningkatan motivasi belajar siswa. Selain itu, penelitian Yandri et al. (2022) menunjukkan bahwa dinamika kelompok dalam layanan konseling memberikan kesempatan kepada siswa untuk saling bertukar pengalaman, memperoleh dukungan sosial, dan mengembangkan kemampuan mengatasi permasalahan secara bersama-sama sehingga berdampak positif terhadap motivasi belajar.

Dengan demikian, peningkatan motivasi belajar yang terjadi pada siswa SMK YWKA Palembang menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* melalui teknik restrukturisasi kognitif mampu membantu siswa mengubah pola pikir negatif menjadi lebih rasional dan positif. Perubahan tersebut berdampak pada meningkatnya semangat belajar, tanggung jawab akademik, serta keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran. Oleh karena itu, layanan konseling kelompok berbasis *Cognitive Behavior Therapy* dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif layanan bimbingan dan konseling yang efektif dalam meningkatkan motivasi belajar siswa di sekolah.

KESIMPULAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) terhadap peningkatan motivasi belajar siswa SMK YWKA Palembang. Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa tingkat motivasi belajar siswa sebelum diberikan perlakuan berada pada kategori rendah dan sedang. Setelah mengikuti layanan konseling kelompok berbasis *Cognitive Behavior Therapy* selama empat kali pertemuan, motivasi belajar siswa mengalami peningkatan yang ditunjukkan dengan tidak adanya lagi siswa pada kategori rendah serta meningkatnya jumlah siswa pada kategori sedang dan tinggi. Hasil uji *Wilcoxon Signed*

Rank Test menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,008 ($<0,05$), yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil *pre-test* dan *post-test*. Dengan demikian, layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* efektif dalam meningkatkan motivasi belajar siswa SMK YWKA Palembang.

Secara ilmiah, temuan penelitian ini memperkuat pandangan bahwa pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* yang diterapkan melalui layanan konseling kelompok memiliki peran penting dalam membantu siswa mengidentifikasi dan mengubah pola pikir negatif menjadi lebih rasional dan positif. Perubahan pola pikir tersebut berdampak pada meningkatnya semangat belajar, tanggung jawab dalam menyelesaikan tugas, serta keterlibatan siswa dalam kegiatan pembelajaran. Hasil penelitian ini juga memberikan bukti empiris bahwa layanan konseling kelompok berbasis *Cognitive Behavior Therapy* dapat menjadi salah satu strategi yang efektif dalam bidang Bimbingan dan Konseling untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik.

Temuan penelitian ini memiliki implikasi praktis bagi guru Bimbingan dan Konseling untuk menerapkan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* sebagai alternatif intervensi dalam mengatasi rendahnya motivasi belajar siswa. Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan bagi sekolah dalam mengembangkan program layanan Bimbingan dan Konseling yang lebih inovatif, sistematis, dan sesuai dengan kebutuhan peserta didik guna mendukung terciptanya proses pembelajaran yang lebih optimal.

Untuk pengembangan selanjutnya, penelitian serupa dapat dilakukan dengan melibatkan jumlah subjek yang lebih besar, jenjang pendidikan yang berbeda, serta menggunakan desain eksperimen yang melibatkan kelompok kontrol sehingga efektivitas layanan dapat dibandingkan secara lebih komprehensif. Penelitian lanjutan juga dapat mengkaji penerapan *Cognitive Behavior Therapy* terhadap aspek psikologis lainnya, seperti disiplin belajar, kepercayaan diri, kecemasan akademik, dan kemampuan regulasi diri, sehingga diperoleh pemahaman yang lebih luas mengenai kontribusi pendekatan tersebut dalam mendukung perkembangan peserta didik.

REFERENSI

- Aminah, S. (2024). *Peningkatan Motivasi Belajar Siswa Kelas IX-E melalui Layanan Bimbingan Kelompok*. Jurnal Edupedia Publisher, 3(4), 281–290.
- Andeka, W., Darniyanti, Y., & Saputra, A. (2021). Analisis faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi belajar siswa SDN 04 Sitiung. *Journal Education and Counseling*, 1(2), 193–205.
- Farozin, M. (2016). *Panduan Operasional Penyelenggaraan Bimbingan dan Konseling Sekolah Menengah Atas*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Guru dan Tenaga Kependidikan.
- Indah, M. Y. N., Yanti, M. M., Arifi, Y., Pawestri, A. A. M., & Hermahayu. (2020). Motivasi belajar siswa sekolah dasar di Kota Magelang. *Jurnal Varidika*, 32(1), 61–69. <https://doi.org/10.23917/varidika.v32i1>

- Monika, & Adman. (2017). Peran efikasi diri dan motivasi belajar dalam meningkatkan hasil belajar siswa sekolah menengah kejuruan. *Jurnal Pendidikan Manajemen Perkantoran*, 2(2), 219–226.
- Ragil Setyorini, Firman, & Yusra. (2024). Penerapan konseling individu berbasis *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) dalam meningkatkan motivasi siswa. *Jurnal Guiding World*, 7(2), 27–34. <https://doi.org/1033627>
- Rahman, S. (2021). Pentingnya motivasi belajar dalam meningkatkan hasil belajar. Dalam *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Dasar* (hlm. 289–302).
- Rahmi, N., Hasibuan, U. M., Sipahutas, W. M., & Siregar, V. Y. (2024). Efektivitas konseling kelompok dalam meningkatkan keterampilan sosial remaja. *Social Science and Contemporary Issues Journal*, 2(1), 122–132.
- Ramadan, A., Hasibuan, U. M., & Ningsih, I. D. M. A. A. (2024). Pengaruh konseling kelompok dengan pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* terhadap motivasi belajar siswa. *Jurnal Kualitas Pendidikan*, 2(1), 78–82.
- Saharani, D. P., Kamilah, A. A., & Lesmana, G. (2025). Meningkatkan motivasi belajar siswa melalui implementasi pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* (studi pada siswa kelas XII IPS SMA Muhammadiyah 1 Medan). *Jurnal Pendidikan*, 11(1), 274–283.
- Sahir, S. H. (2021). *Metodologi Penelitian*. Medan: Penerbit KBM Indonesia.
- Suharni. (2021). Upaya guru dalam meningkatkan motivasi belajar siswa. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 6(1), 172–184.
- Syofian, S., Setyaningsih, T., Syamsiah, N., Informatika, T., Teknik, F., & Persada, U. D. (2015). Otomatisasi metode penelitian skala Likert berbasis web. *Prosiding Seminar Nasional*, 1–8.
- Yahya, A. D., & Egalia. (2016). Pengaruh konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dengan teknik *self-control* untuk mengurangi perilaku agresif peserta didik kelas VIII di SMPN 9 Bandar Lampung tahun pelajaran 2016/2017. *Jurnal Bimbingan dan Konseling (E-Journal)*, 3(2), 133–146.
- Yandri, H., Rahayu, G., S., N., & Netrawati. (2022). Kebermaknaan konseling kelompok dalam menanggulangi masalah kehidupan. *Indonesian Journal of Counseling and Development*, 4(2), 59–69. <https://doi.org/10.32939/ijcd.v4i2.1526>