

BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM *REALITY THERAPY* UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR SISWA

Muhammad Sholeh Marsudi¹

e-mail: sholly_elklateny@yahoo.co.id

Imas Kania Rahman²

e-mail: imaskr73@gmail.com

Abstract: *This article describes the new concept in guidance and counseling Islam to improve students' learning motivation with reality therapy approach. Reality based on Islamic therapy is a new concept with the approach of Alquran and hadith of existing theory that can be done by teachers or counselors at school in order to develop and build personality / mental helthty of counseling successfully, by giving responsibility to the students to improve their learning motivation. Motivation is one of the ways to develop self-efficacy, achievement and creativity. The essencial of this Islam-based on reality therapy is the existence of intervention stages how students who are identified have low learning motivation can rediscovered. The stage of the intervention therapy include: ta'aruf, hope, what to do, muhasabah, and follow-up plan.*

Keywords: *Islamic Guidance and Counseling, Reality Therapy, Motivation to learn*

Abstrak: Artikel ini mendeskripsikan tentang konsep baru dalam bimbingan dan konseling Islam untuk meningkatkan motivasi belajar siswa dengan pendekatan *reality therapy*. *Reality therapy* berbasis Islam ini merupakan konsep baru dengan pendekatan Alquran dan hadits dari teori yang sudah ada yang dapat dilakukan oleh guru atau konselor di sekolah dalam rangka mengembangkan dan membina kepribadian/kesehatan mental konseling secara sukses, dengan cara memberi tanggung jawab kepada siswa untuk meningkatkan motivasinya. Motivasi belajar adalah suatu kebutuhan untuk mengembangkan kemampuan diri secara optimum, sehingga mampu berbuat yang lebih baik, berprestasi dan kreatif. Dan esensi dari *therapy reality* yang berbasis islami ini adalah adanya tahapan intervensi bagaimana siswa yang teridentifikasi memiliki motivasi belajar rendah dapat menemukan kembali rasa kepercayaan diri sehingga termotivasi dalam belajar, tentunya dengan pendekatan yang Islami. Dan tahapan intervensi *therapy* ini meliputi: ta'aruf, harapan, apa yang dilakukan, muhasabah, dan rencana tindak lanjut.

Kata kunci: *Bimbingan dan Konseling Islam, reality therapy, motivasi belajar*

¹Mahasiswa Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, Prodi Interdisciplinary Islamic Studies, Konsentrasi Bimbingan dan Konseling Islam.

² Dosen Pascasarjana UIKA Bogor dan Dosen Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Pendahuluan

Prestasi siswa merupakan salah satu tolak ukur dari hasil belajar siswa, sering kali kita menilai keberhasilan siswa dalam belajar dilihat dari hasil prestasi belajar melalui nilai ulangan dan hasil raport. Namun dalam dunia pendidikan, terutama dalam kegiatan belajar ukuran keberhasilan proses belajar mengajar tidak hanya dipengaruhi oleh faktor intelektual saja, akan tetapi juga oleh faktor-faktor nonintelektual lain yang juga tidak kalah penting untuk menentukan hasil belajar siswa, salah satunya adalah kemampuan seseorang siswa untuk memotivasi dirinya. Ada beberapa siswa yang sebenarnya memiliki potensi besar tetapi pada kenyataannya tidak sebanding lurus dengan hasil prestasi yang dicapai karena rendahnya motivasi belajar siswa.

Dalam kegiatan belajar motivasi menjadi sesuatu yang sangat penting, karena adanya motivasi mendorong semangat belajar dan sebaliknya kurang adanya motivasi akan melemahkan semangat belajar. Motivasi menjadi syarat mutlak dalam belajar, seorang siswa yang belajar tanpa motivasi (atau kurang motivasi) tidak akan berhasil dengan maksimal. Hal ini tentunya menjadi permasalahan di setiap sekolah yang perlu di

cari solusi khususnya oleh guru Bimbingan dan Konseling di sekolah. Siswa yang tergolong memiliki motivasi yang rendah dapat diketahui salah satunya melalui hasil prestasi belajar siswa dan sikap sehari-hari di sekolah.

Motivasi belajar adalah suatu kebutuhan untuk mengembangkan kemampuan diri secara optimum, sehingga mampu berbuat yang lebih baik, berprestasi dan kreatif. Motivasi belajar juga dapat diartikan sebagai suatu dorongan internal dan eksternal yang menyebabkan seseorang atau individu untuk bertindak atau mencapai tujuan, sehingga perubahan tingkah laku pada diri siswa diharapkan terjadi. Jadi motivasi belajar dapat diartikan sebagai kondisi psikologis yang mampu mendorong siswa untuk belajar secara sungguh-sungguh, sehingga akan terbentuk cara belajar siswa yang sistematis, penuh konsentrasi dan dapat menyeleksi kegiatan-kegiatannya.

Dari pengertian diatas dapat dipahami bahwa motivasi belajar merupakan salah satu permasalahan yang kompleks di dunia pendidikan yang perlu diatasi. Untuk mengatasi problem siswa kurang motivasi belajar tentunya diperlukan kerjasama antara semua pihak, baik guru, siswa maupun keluarga.

Namun yang lebih penting adalah peranan konselor dalam hal ini guru bimbingan dan konseling. Guru bimbingan konseling harus mampu memetakan karakter siswa yang terindikasi rendah motivasi belajar dan mengetahui apa saja faktor-faktor yang menyebabkan siswa kurang motivasi belajar.

Menurut Frederick motivasi belajar merupakan suatu perubahan tenaga di dalam diri seseorang yang ditandai dengan timbulnya perasaan dan reaksi untuk mencapai tujuan. Tetapi menurut Clayton Aldelfer, motivasi belajar adalah kecenderungan siswa dalam melakukan kegiatan belajar yang didorong oleh hasrat untuk mencapai prestasi hasil belajar sebaik mungkin. Dengan demikian dapat dipahami seorang siswa yang memiliki motivasi belajar rendah perlu mendapatkan bimbingan dan konseling dalam menyelesaikan masalahnya.

Rendahnya motivasi belajar merupakan masalah yang kompleks yang rata-rata terjadi di setiap dunia pendidikan, baik di tingkat Sekolah Dasar (SD), Sekolah menengah Pertama (SMP) maupun di Sekolah Menengah Atas atau Kejuruan (SMA/SMK). Hasil observasi yang dilakukan di SD STKIP Muhammadiyah Bangka Belitung tahun

2017/2018 dari jumlah siswa 79 orang yang terdiri dari kelas I berjumlah 56 siswa, dan kelas II dengan 23 siswa, rata-rata dalam setiap kelas terdapat siswa yang terindikasi memiliki motivasi belajar yang rendah.

Dari hasil observasi di SD STKIP Muhammadiyah tersebut, maka penulis memandang perlunya melakukan konseling untuk meningkatkan motivasi belajar siswa, dari beberapa pendekatan yang ada penulis menggunakan metode *reality therapy* berbasis Islam, karena dengan konseling *reality therap* inilah siswa yang terindikasi memiliki motivasi belajar rendah dapat dengan mudah dilakukan terapi secara individu maupun bersama-sama dalam kelompok kecil. Dengan demikian siswa akan termotivasi belajarnya dan memahami akan potensi yang Allah SWT. berikan pada setiap manusia.

Konseling *reality therapy* yang berbasis Islam merupakan salah satu pendekatan yang paling cocok untuk mengatasi siswa yang memiliki motivasi belajar rendah. Sehingga perlu dibuat program bimbingan dan konseling yang tepat sebagai upaya meningkatkan motivasi belajar siswa melalui layanan bimbingan dan konseling *reality therapy*

yang menggunakan pendekatan Islami. Pada tataran pelaksanaan program konseling tersebut hendaknya tetap memperhatikan beberapa hal sesuai dengan kebutuhan siswa, sekolah, dan tidak melenceng dari tujuan pendidikan nasional serta mengedepankan pendekatan Islami sesuai dengan Al Quran dan Hadits.

Kajian Teoritis

Bimbingan dan Konseling Islam

Bimbingan dan Konseling Islam adalah suatu proses pemberian bantuan kepada klien yang berupa informasi yang bersifat preventif sehingga klien dapat memahami dirinya dan dapat mengenali lingkungannya. Menurut Komarudin, konseling Islam adalah proses pemberian bantuan yang berdasarkan Quran dan hadits, unuk menjadi penerang bagi bagi seluruh umat manusia. Guna mengantarkan manusia kepada kebahagiaan lahir batin dunia dan akhirat.

Sebagaimana firman Allah SWT dalam Q.S. Al-Asr: 3, yang artinya:

“..... dan nasehat menasehati supaya mentaati kebenaran dan nasehat menasehati supaya menetapi kesabaran”

Ayat di atas menjelaskan bahwa sesama manusia perlu adanya upaya

saling menasehati dan membimbing untuk menuju kebenaran dan kesabaran agar dapat hidup secara serasi, selaras dan seimbang dengan ketentuan Allah SWT.

Disebutkan juga dalam hadits Nabi Muhammad SAW sebagai berikut:

تركت فيكم ما لن تضلوا بعده إن اعتصمتم به
كتاب الله وسنة رسوله

“Aku tinggalkan dua perkara bagi kalian yang jika kalian selalu berpegang teguh kepada keduanya niscaya niscaya kalian selama-lamanya tidak pernah tersesat yaitu kitabullah dan Sunnah Rasul-Nya.” (H.R. Ibnu Majah)

Di dalam Hadits ini Allah SWT menjelaskan bahwa telah Alquran dan Hadits diturunkan sebagai pedoman hidup manusia yang keduanya adalah sumber bimbingan dan konseling, nasehat dan obat untuk menanggulangi permasalahan-permasalahan hidup, jika berpegang teguh kepada-Nya.

Dari pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa, Bimbingan dan Konseling Islami merupakan upaya pemberian bantuan yang terarah, terus menerus dan sistematis kepada setiap orang supaya ia dapat mengembangkan potensi atau fitrah beragama yang dimilikinya secara optimal dengan cara

merealisasikan nilai-nilai yang terkandung di dalam Alquran dan hadits Rasulullah SAW kedalam dirinya, sehingga ia dapat hidup selaras dan sesuai dengan tuntunan Alquran dan hadits.

Alquran dan Sunnah merupakan landasan yang utama serta asal-usulnya merupakan landasan naqliyah. Oleh karena itu Bimbingan dan Konseling Islam menggunakan pendekatan lain yakni filsafat dan ilmu. Tentu saja filsafat yang islami dan ilmu atau pendekatan ilmiah yang sejalan dengan ajaran Islam. Adapun pendekatan yang penulis gunakan dalam penelitian ini adalah Bimbingan dan Konseling Islam dengan pendekatan *reality therapy*.

Reality Therapy

Terapi realitas (*reality therapy*) pertama kali dikembangkan oleh *William Glasser*, seorang insinyur kimia sekaligus psikiater pada tahun 1950-an. Kehadiran terapi realitas di dunia konseling tidak terlepas dari pandangan psikoanalisis dimana Glasser menganggap bahwa aliran Freud tentang dorongan harus diubah dengan landasan teori yang lebih jelas. Menurutnya, psikiatri konvensional kebanyakan berlandaskan asumsi yang keliru sehingga pengalamannya sebagai seorang psikiatri mendorongnya

melahirkan konsep baru yang dikenalnya sebagai terapi realitas pada tahun 1964.

Terapi Realitas merupakan suatu bentuk hubungan pertolongan yang praktis, relatif sederhana dan bentuk bantuan langsung kepada konseli, yang dapat dilakukan oleh guru atau konselor di sekolah dalam rangka mengembangkan dan membina kepribadian/kesehatan mental konseli secara sukses, dengan cara memberi tanggung jawab kepada konseli yang bersangkutan.

Adapun fokus *reality therapy* ini adalah tingkah laku sekarang yang ditampilkan individu. *Reality therapy* yang dikembangkan oleh William Glasser . Yang dimaksudkan dengan istilah *reality* ialah suatu standar atau patokan obyektif, yang menjadi kenyataan atau realitas yang harus diterima. Realitas atau kenyataan itu dapat berwujud suatu realitas praktis, realitas sosial, atau realitas moral. Sesuai dengan pandangan behavioristik, yang terutama disoroti pada seseorang adalah tingkah lakunya yang nyata.

Tingkah laku itu dievaluasi menurut kesesuaian atau ketidaksesuaiannya dengan realitas yang ada. Glasser memfokuskan perhatian pada perilaku seseorang pada saat sekarang, dengan menitikberatkan tanggung jawab yang dipikul setiap orang untuk berperilaku sesuai dengan

realitas atau kenyataan yang dihadapi. Penyimpangan/ ketimpangan dalam tingkah laku seseorang dipandang sebagai akibat dari tidak adanya kesadaran mengenai tanggung jawab pribadi; bukan sebagai indikasi/ gejala adanya gangguan dalam kesehatan mental menurut konsepsi tradisional. Bagi Glasser, bermental sehat adalah menunjukkan rasa tanggung jawab dalam semua perilaku.

Manusia dapat menentukan dan memilih tingkah lakunya sendiri. Ini berarti bahwa setiap individu harus bertanggung jawab dan bersedia menerima konsekuensi dari tingkah lakunya. Bertanggung jawab di sini maksudnya adalah bukan hanya pada apa yang dilakukannya melainkan juga pada apa yang dipikirkannya.

Reality therapy adalah penerimaan tanggung jawab pribadi yang dipersamakan dengan kesehatan mental. Terapi realitas adalah suatu bentuk modifikasi tingkah laku karena dalam penerapan-penerapan institusionalnya, merupakan tipe pengondisian operan yang tidak ketat.

Konsep Utama *Reality Therapy* Tentang Manusia

Glasser berpandangan bahwa semua manusia memiliki kebutuhan dasar yaitu kebutuhan fisiologis dan psikologis. Perilaku manusia dimotivasi untuk memenuhi kedua kebutuhan tersebut. *Kebutuhan fisiologis* yang dimaksud adalah sama dengan pandangan ahli lain, sedangkan *kebutuhan psikologis* manusia menurut Glasser yang mendasar ada dua macam yaitu : (1) kebutuhan dicintai dan mencintai, dan (2) kebutuhan akan penghargaan. Kedua kebutuhan psikologis itu dapat digabung menjadi satu kebutuhan yang sangat utama yang disebut kebutuhan identitas (*identity*).

Basis dari *reality therapy* adalah membantu para klien dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhan dasar psikologisnya, yang mencakup “kebutuhan untuk mencintai dan dicintai serta kebutuhan untuk merasakan bahwa kita berguna baik pada diri kita sendiri maupun bagi orang lain”. Prinsip ini menyiratkan bahwa masing-masing orang memikul tanggung jawab untuk menerima konsekuensi-konsekuensi dan tingkah laku sendiri. Menurut pandangan terapi realitas bahwa individu bisa mengubah cara hidup, perasaan, dan tingkah laku. Mereka bisa mengubah identitasnya. Perubahan

identitas bergantung pada perubahan tingkah laku.

Maka jelaslah *reality therapy* tidak berpijak pada filsafat deterministik tentang manusia, tetapi dibangun diatas asumsi bahwa manusia adalah agen yang menentukan dirinya sendiri. Prinsip ini menyiratkan bahwa masing-masing orang memiliki tanggung jawab untuk menerima konsekuensi-konsekuensi dari tingkah lakunya sendiri. Tampaknya, orang menjadi apa yang ditetapkannya.

Ciri-ciri *Reality Therapy*

Sekurang-kurangnya ada delapan cirri yang menentukan *reality therapy*, yaitu :

1. *Reality therapy* menolak konsep tentang penyakit mental. Ia berasumsi bahwa bentuk-bentuk gangguan tingkah laku yang spesifik adalah akibat dari ketidakbertanggungjawaban.
2. *Reality therapy* berfokus pada tingkah laku sekarang alih-alih pada perasaan-perasaan dan sikap-sikap. Meskipun tidak menganggap perasaan-perasaan dan sikap-sikap tidak penting, terapi realitas menekankan kesadaran atas tingkah laku sekarang. Juga terapi realitas tidak bergantung pada pemahaman untuk
3. *Reality therapy* berfokus pada saat sekarang, bukan pada masa lampau. Karena masa lampau seseorang itu telah tetap dan tidak bisa diubah, maka yang bisa diubah hanyalah saat sekarang dan masa yang akan datang.
4. *Reality therapy* menekankan pertimbangan-pertimbangan nilai. Ia menempatkan pokok kepentingannya pada peran klien dalam menilai kualitas tingkah lakunya sendiri dalam menentukan apa yang membantu kegagalan yang dialaminya.
5. *Reality therapy* tidak menekankan transferensi. Ia tidak memandang konsep tradisional tentang transferensi sebagai hal yang penting. Ia memandang transferensi sebagai suatu cara bagi terapis untuk tetap bersembunyi sebagai pribadi.
6. *Reality therapy* menekankan aspek-aspek kesadaran, bukan aspek-aspek ketaksadaran. Terapis realitas memeriksa kehidupan klien sekarang secara rinci dan berpegang pada asumsi bahwa klien akan menemukan

tingkah laku sadar yang tidak mengarahkannya kepada pemenuhan kebutuhan-kebutuhannya

7. *Reality therapy* menghapus hukuman. Glasser mengingatkan bahwa pemberian hukuman guna mengubah tingkah laku tidak efektif dan bahwa hukuman untuk kegagalan melaksanakan rencana-rencana mengakibatkan perkuatan identitas kegagalan pada klien dan merusak hubungan terapeutik. Ia menentang penggunaan pernyataan-pernyataan yang mencela karena pernyataan semacam itu merupakan hukuman.
8. *Reality therapy* menekankan tanggung jawab, yang oleh Glasser didefinisikan sebagai “kemampuan untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan sendiri dan melakukannya dengan cara yang tidak mengurangi kemampuan orang lain dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhan mereka”. Belajar tanggung jawab adalah proses seumur hidup.

Motivasi Belajar

Motivasi memiliki peran yang sangat penting dalam kegiatan bimbingan dan konseling belajar. Motivasi merupakan konsep yang menjelaskan alasan seseorang berperilaku. Motivasi

juga dapat diartikan dengan segala sesuatu yang mana menjadi pendorong tingkah laku yang menuntut atau mendorong seseorang untuk memenuhi kebutuhannya. Menurut M. Utsman Najati, Motivasi adalah kekuatan penggerak yang dapat membangkitkan aktifitas pada makhluk hidup, serta menimbulkan tingkah laku dan mengarahkan menuju tujuan tertentu.

Adapun Proses motivasi belajar ini meliputi tiga langkah yaitu;

- a. Adanya suatu kondisi yang terbentuk dari tenaga-tenaga pendorong belajar (desakan, motif, kebutuhan, dan keinginan belajar) yang menimbulkan suatu ketegangan atau tension.
- b. Berlangsungnya kegiatan atau perilaku belajar yang diarahkan pada pencapaian tujuan belajar akan mengendurkan atau menghilangkan ketegangan.
- c. Pencapaian tujuan belajar dan berkurangnya atau hilangnya ketegangan.

Motivasi belajar terkadang muncul dan sejalan dengan tujuan belajar, seperti menguasai ilmu pengetahuan, memiliki kecakapan atau kompetensi, motivasi yang seperti ini termasuk pada motivasi *intrinsik*, sedangkan motivasi *ekstrinsik*

adalah motivasi belajar yang didorong oleh hal-hal lain diluar belajar, tetapi masih ada hubungannya dengan belajar atau hasil belajar, seperti ingin mendapatkan ijazah, ingin diterima di sekolah favorit, ingin di sayang orang tua dsb.

Dibawah ini adalah bentuk-bentuk perilaku kurang motivasi belajar antara lain:

- a. Kelesuan dan ketidakberdayaan, seperti; malas, enggan, lambat bekerja, mengulur waktu, pekerjaan tidak selesai, kurang konsentrasi, acuh tak acuh, apatis, sikap jasmani yang kurang baik, perasaan pusing-pusing, mual, mengantuk dan sebagainya.
- b. Penghindaran atau pelarian diri, seperti; absen sekolah, bolos, tidak mengikuti pelajaran tertentu, tidak mengerjakan tugas, tidak mencatat, pelupa dan sebagainya.
- c. Penentang, seperti; kenakalan, suka mengganggu, merusak, tidak menyukai sesuatu pelajaran atau kegiatan, mengkritik, berdalih, dan sebagainya.
- d. Kompensasi, seperti; mencari kesibukan lain diluar pekerjaan, mengerjakan tugas lain pada waktu

belajar, mendahulukan pekerjaan yang tidak penting dan sebagainya.

Sebab- Sebab Kurang Motivasi Belajar

Seorang guru memiliki tugas dalam mengajar dikelas tidak hanya menyajikan bahan pelajaran, tetapi juga menciptakan situasi kelas, interaksi, kerjasama, memberikan arahan, petunjuk, penjelasan, serta dorongan, rangsangan, motivasi agar peserta didik belajar secara maksimal.

Kegiatan belajar mengajar melalui penguasaan pengetahuan, nilai- nilai, keterampilan dan pengembangan kemampuan berfikir membutuhkan suasana lingkungan yang kondusif, terutama suasana lingkungan sosial dalam kelas. Kondisi emosional siswa akan berpengaruh besar terhadap perkembangan kemampuan berfikir, keterampilan, bahkan keseluruhan pribadi siswa. Suasana kelas yang kondusif, hubungan antar teman yang akrab, perlakuan guru yang bersahabat dapat membangkitkan kegairahan dan motivasi belajar. Dalam penciptaan kondisi kelas tersebut peranan guru sangat penting, karena di dalam kelas guru adalah pengelolah, pemimpin, dan panutan siswa, selain itu dia juga sebagai sumber belajar, sumber inspirasi dan motivasi. Dengan

demikian suasana kelas dan perlakuan guru dapat menjadi penyebab pertama besar atau kecilnya motivasi belajar siswa.

Kedua, penyebab rendahnya motivasi belajar adalah datang dari lingkungan keluarga, dimana lingkungan keluarga ini sangat amat berpengaruh pada kurangnya motivasi belajar siswa. Orang tua dalam keluarga juga berperan menciptakan suasana belajar yang kondusif di rumah, menyediakan sarana dan fasilitas belajar yang dibutuhkan oleh siswa.

Selain itu faktor lain yang bersumber dari sekolah dan keluarga, motivasi belajar dapat datang dari diri peserta didik sendiri. Kondisi kesehatan yang prima, baik kesehatan jasmani maupun rohani menjadi dasar yang kuat bagi tumbuhnya motivasi belajar. Kondisi kesehatan akan berkembang persepsi, sikap yang sehat dan realistis, emosi yang stabil. Keceriaan, kesenangan, kebahagiaan dan sebagainya. Adapun kondisi yang kurang sehat maka akan menumbuhkan kondisi sosial yang kurang sehat pula, dan dapat menjadi pangkal dari rendahnya motivasi untuk maju, motivasi untuk berprestasi. Tumbuhnya kondisi pribadi yang sehat juga dilatar belakangi oleh dasar-dasar yang dikembangkan oleh

keluarga. Keluarga terutama ayah dan ibu memegang peranan kunci dalam pembentukan pribadi anak, dan memberi dasar-dasar bagi kemajuan belajarnya.

Solusi Mengatasi Kurang Motivasi Belajar Siswa

Kurang atau rendahnya motivasi belajar seorang siswa bukan suatu hal yang tanpa sebab, namun ada sebabnya. Yang mana telah dikemukakan di depan bahwa sebab-sebab rendahnya atau kurangnya motivasi belajar siswa itu berasal dari guru, sekolah, dan teman-temannya, dari pihak keluarga terutama ayah dan ibu atau saudara-saudaranya, dan juga berpangkal dari diri sendiri, kesehatan pribadi dan reaksi-reaksi terhadap lingkungannya.

Untuk membantu siswa yang kurang motivasi belajar, perlu kita ketahui terlebih dahulu hal-hal yang melatar belakangnya. Seperti halnya pada masalah bimbingan dan konseling pada umumnya, pada masalah rendahnya motivasi belajar yang dicoba diperbaiki atau dihilangkan bukan motivasinya tetapi hal-hal yang melatar belakangnya.

Dibawah ini beberapa upaya untuk mengatasi kurangnya motivasi belajar siswa yang dilakukan oleh konselor antara lain:

- a. Konselor dapat memberikan informasi, penjelasan disertai dengan contoh- contoh tentang pentingnya belajar, kemajuan- kemajuan yang dapat dicapai dalam belajar, orang- orang sukses karena rajin dan giat belajar.
- b. Terhadap kelas, kelompok atau individu peserta didik yang berprestasi diberi pujian, ganjaran ataupun hadiah. Untuk membangkitkan motivasi belajar secara sederhana konselor dapat melakukan melalui pemberian pujian. Pujian akan membangkitkan semangat.
- c. Penghargaan terhadap pribadi anak, semua orang termasuk anak- anak dan remaja ingin diterima dan dihargai. Upaya untuk membangkitkan motivasi belajar perlu dilandasi oleh sikap dan penerimaan yang wajar dan konselor terhadap keberadaan dan pribadi siswa.

Dibawah ini beberapa upaya untuk mengatasi kurangnya motivasi belajar siswa yang dilakukan oleh guru antara lain:

- a. Menjelaskan manfaat dan tujuan dari pembelajaran yang diberikan. Tujuan yang jelas dan manfaat yang betul-

betul dirasakan oleh peserta didik akan membangkitkan motivasi belajar siswa.

- b. Memilih materi yang atau bahan pembelajaran yang benar- benar dibutuhkan oleh peserta didik, yang mana yang dibutuhkan akan menarik minat siswa, dan minat merupakan salah satu bentuk dari motivasi.
- c. Memilih cara penyajian yang bervariasi yang mana sesuai dengan kemampuan peserta didik dan banyak memberi kesempatan kepada peserta didik untuk ikut andil atau berpartisipasi dalam kelas tersebut, yang mana peserta didik akan lebih merasa lebih semangat dari pada hanya sekedar mendengar saja (monoton).
- d. Memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk sukses. Sukses yang telah dicapai oleh peserta didik akan membuahkan sebuah motivasi belajar yang sangat besar
- e. Berilah kemudahan dan bantuan dalam belajar. Tugas seorang guru atau pendidik disekolah tidak lain untuk membantu perkembangan siswa. Agar perkembangan peserta didik lancar, berilah kemudahan- kemudahan dalam belajar, dan janganlah guru mempersulit perkembangan belajar

peserta didik karena akan berakibat fatal kepada peserta didik.

- f. Berikanlah sebuah pujian, ganjaran atau sebuah hadiah, karena itu sangat membuat peserta didik termotivasi, sama dengan konselor, guru-guru juga dapat membangkitkan motivasi belajar melalui pemberian pujian, ganjaran, atau kalau perlu hadiah.

Hasil Analisis dan Pembahasan

Metode bimbingan dan konseling dengan pendekatan *reality therapy* yang berbasis Islam dapat dilakukan dengan beberapa tahapan yaitu:

1. Be friend

Pada tahap awal ini guru bimbingan dan konseling mengawali pertemuan dengan ta'aruf (perkenalan) dengan sikap yang hangat dan penuh perhatian/antusias serta menjalin komunikasi yang baik dengan siswa yang teridentifikasi memiliki motivasi belajar rendah. Hubungan psikis antara konselor dan konseli harus terbangun dengan baik sehingga siswa akan terbuka dan nyaman dalam menjalani poses konseling.

Dalam menangani siswa kurang motivasi belajar tentunya guru bimbingan dan konseling harus bersikap bersahabat dengan klien/siswa. Sikap lemah lembut

perlu dikedepankan untuk mengambil hati konseli karena jika kita bersikap keras dan kasar tentunya konseli akan menjauh dan menghindar. Allah mengingatkan dalam Q.S. Ali Imran: 159: "*Dengan sebab rahmat Allah kamu berlaku lemah-lembut terhadap mereka. Sekiranya kamu bersikap keras lagi berhati kasar, tentu mereka menjauh dari sekelilingmu.*"

2. Want

Langkah kedua dalam *reality therapy* adalah guru bimbingan dan konseling membantu siswa yang terindikasi kurang motivasi belajar dalam menemukan apa yang menjadi keinginan dan harapan mereka. Siswa kurang motivasi belajar di bimbing dan dibantu dalam menemukan keinginan (*ar-raja'*) dari proses konseling dan dari dunia sekitar mereka. Hal ini sangat berguna bagi guru BK untuk mengetahui apa yang mereka harapkan dan iningkan dari guru BK dan dari diri mereka sendiri.

Kemudian siswa diberi kesempatan untuk mengeksplorasi setiap aspek kehidupan mereka, apa yang mereka inginkan dari keluarga, teman, dan pekerjaan. Siswa juga di beri harapan akan keberhasilan cita-cita masa depannyasesuai dengan janji Allah terhadap insane yang senantiasa menjada

harapannya: “Berharaplah kepada-Ku, niscaya Aku perkenankan harapanmu sekalian.” (Q.S. Al Mukmin: 60). Dan Allah SWT akan mengabulkan harapan bagi siapa saja yang berharap hanya kepada-Nya.(Q.S. Al Baqarah: 186).

3. Doing

Pada tahap ini siswa underachiever diajak berdiskusi dengan guru bimbingan konseling secara keseluruhan dari arah dan tujuan hidup mereka. Guru BK melakukan eksplorasi terhadap keinginan dan apa yang dilakukan siswa (*doing*) dengan menanyakan lebih spesifik apa yang dilakukan siswa untuk melakukan evaluasi berikutnya. Misal, siswa mengungkapkan setiap kali menghadapi ujian ia mengalami kecemasan yang luar biasa. Dalam pandangan konseling *reality therapy*, yang harus diatasi bukan kecemasan siswa, tetapi hal-hal apa saja yang telah dilakukannya untuk menghadapi ujian.

Kemudian siswa di arahkan tentang apa sebenarnya dari tujuan hidup manusia dalam al-Qur;an dan hadits. Surah Al-Jatsiyah 24: “Dan mereka berkata: "Kehidupan ini tidak lain hanyalah kehidupan di dunia saja, kita mati dan kita hidup dan tidak ada yang membinasakan kita selain masa", dan

mereka sekali-kali tidak mempunyai pengetahuan tentang itu, mereka tidak lain hanyalah menduga-duga saja.”

4. Evaluation

Guru Bimbingan dan konseling pada tahap berikutnya menanyakan kepada siswa kurang motivasi belajar apakah yang dilakukan siswa sudah dapat membantu keluar dari permasalahannya atau sebaliknya. Fungsi guru BK tidak untuk menilai benar atau salah tetapi membimbing siswa untuk mengevaluasi (*muhasabah*) tentang perilakunya saat ini.

Beri kesempatan kepada siswa untuk mnevaluasi, apakah ia cukup terbantu dengan pilihannya tersebut. Kemudian bertanya apakah pilihan perilakunya dapat memenuhi apa yang menjadi kebutuhan saat ini, menanyakan apakah akan tetap pada pilihannya, apakah hal tersebut merupakan perilaku yang dapat diterima, apakah realistis, apakah benar-benar dapat mengatasi masalahnya, apakah keinginan konseli realistis atau dapat terjadi atau dicapai, bagaimana memandang pilihan perilakunya, sehingga dapat menilai apakah hal tersebut cukup membantunya, dan menanyakan komitmen konseli untuk mengikuti proses konseling.

Perintah Allah dalam al-qur'an agar kita senantiasa melakukan evaluasi diri (bermuhasabah) terdapat dalam surat Al-Hasyr; 18 : "*Hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dan hendaklah setiap diri memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat), dan bertakwalah kepada Allah, sesungguhnya Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan*" dan dalam hadits Rasulullah: "*Orang yang pandai adalah yang menghisab (mengevaluasi) dirinya sendiri serta beramal untuk kehidupan sesudah kematian. Sedangkan orang yang lemah adalah yang dirinya mengikuti hawa nafsunya serta berangan-angan terhadap Allah SWT*". (HR. Imam Turmudzi).

5. Plans

Guru BK selanjutnya membuat rencana untuk mengubah tingkah laku pada siswa kurang motivasi belajar. Rencana ini menekankan tentang tindakan yang akan diambil bukan tingkah laku yang harus dihapuskan. Rencana tersebut bisa dalam bentuk kontrak-kontrak tertulis yang membuat alternative yang dapat dipertanggungjawabkan.

Dalam tahap ini konselor sebelumnya memberikan spirit islami dengan ayat-ayat al-Qur'an dan hadits

sebagai motivasi untuk memberikan intervensi kepada siswa kurang motivasi belajar tentang penciptaan manusia yang dilengkapi dengan anugrah potensi yang ada di dalamnya. Potensi tersebutlah yang mengubah manusia menuju arah yang lebih baik dari sebelumnya, dan itu akan tercapai kuncinya adalah dengan niat dan tekad yang kuat untuk berubah. Allah SWT telah mengingatkan bahwa "*Sesungguhnya Allah tidak mengubah keadaan suatu kaum sampai mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri.*" Q. S. Ar-Ra'd [13] : 11.

6. Membuat Komitmen

Guru bimbingan dan konseling mendorong siswa *underachiever* untuk merealisasikan apa rencana yang telah disusun sesuai dengan jangka waktu yang telah ditentukan. Siswa dibimbing untuk berkomitmen atas apa yang telah ditekankan (azzam) sesuai dengan Q.S. Ali Imran ayat 159: "*Kemudian apabila kamu sudah membulatkan tekad, maka bertawakallah kepada Allah*". Dan "*Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. Maka apabila kamu telah selesai (dari sesuatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain dan*

hanya kepada Tuhanmulah hendaknya kamu berharap.” (Q.S. Al-‘Asyr: 5-8)

7. Tidak menerima permintaan maaf atau alasan konseling

Dalam tahap ini guru bimbingan dan konseling bertemu kembali dengan siswa kurang motivasi belajar dan menanyakan perkembangan perubahan perilaku siswa. Apabila siswa tidak atau belum berhasil merubah perilakunya permintaan maaf siswa tidak untuk dipenuhi guru BK. Tetapi siswa tetap diarahkan untuk mengevaluasi dan merencanakan kembali. Karena pada dasarnya *“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Ia mendapat pahala (dari kebajikan) yang diusahakannya dan ia mendapat siksa (dari kejahatan) yang dikerjakannya.”*

8. Tindak lanjut

Tindak lanjut merupakan tahap terakhir dalam proses konseling. Guru bimbingan konseling dan siswa mengevaluasi perkembangan yang telah dicapai, konseling dapat berakhir atau dilanjutkan jika tujuan yang telah ditetapkan belum tercapai. *“Kemudian apabila kamu sudah membulatkan tekad, maka bertawakallah kepada Allah”*.

Kesimpulan

Reality therapy berbasis Islam adalah merupakan salah satu pendekatan dalam bimbingan dan konseling Islam yang tepat untuk menangani perilaku siswa kurang motivasi belajar dengan pendekatan al-Qur’an dan Hadits sebagai dasar bimbingan dan konselingnya. Basis dari *reality therapy* adalah membantu para siswa yang memiliki motivasi belajar rendah dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhan dasar psikologisnya, yang mencakup kebutuhan untuk mencintai dan dicintai serta kebutuhan untuk merasakan bahwa kita berguna baik pada diri kita sendiri maupun bagi orang lain.

Menurut pandangan *reality therapy* bahwa siswa kurang motivasi belajar bisa mengubah cara hidup, perasaan, dan tingkah laku. Mereka bisa mengubah identitasnya, perubahan identitas bergantung pada perubahan tingkah laku yang sesuai dengan bimbingan dan konseling yang ada dalam al-Qur’an dan Hadits.

Daftar Pustaka

Abdul Rahman Shaleh, Muhibb Abdul Wahab, *psikologi suatu pengantar*

- dalam perspektif Islam. Prenada Media, Jakarta, 2004.
- Achmad Rifa'i dan Anni, *Psikologi Pendidikan* Semarang: Universitas Negeri Semarang, 2009.
- Aunur Rahim Faqih. *Bimbingan dan Konseling Islam*, Yogyakarta: UII Press, 2001.
- DR. Namora Lumongga Lubis, M.SC, *Memahami Dasar-dasar Konseling Dalam Teori dan Praktik*, Jakarta: KENCANA Prenada Media Group, 2011.
- Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, Bandung: PT.Refika Aditama, 2003.
- Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, Bandung: Eresco, 1988.
- Gerald Corey, *Teori dan Praktik Konseling dan Psikoterapi*, Bandung: PT Eresco, 1997.
- Komaruddin, dkk, *Dakwah dan Konseling Islam*, Semarang PT Pustaka Rizki Putra, 2008.
- Latipun. *Psikologi Konseling*, Malang: UMM Press; 2006.
- Nana Syaodih Sukmadinata, *Bimbingan dan Konseling Dalam Praktek Mengembangkan Potensi dan Kepribadian siswa*, Maestro. Bandung, 2007.
- Nashar, *Peranan Motivasi dan Kemampuan awal dalam kegiatan pembelajaran*. Jakarta: Delia Press, 2004.
- Sofyan S Willis, *Konseling Individual, Teori dan Praktek*, Bandung: CV Alfabeta, 2010.
- W.S. Winkel & MM. Sri Hastuti, *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*, Yogyakarta: MediaAbadi, 2004.