

P ISSN : 2503 - 1708

E ISSN : 2722 - 7340

REALITA

Jurnal Bimbingan dan Konseling

JURNAL REALITA	VOLUME 10	NOMOR 1	EDISI April 2025	P ISSN : 2503 - 1708 E ISSN : 2722 - 7340
---------------------------	----------------------	--------------------	-----------------------------	--

Diterbitkan oleh:

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN DAN PSIKOLOGI
UNIVERSITAS PENDIDIKAN MANDALIKA**

REALITA
JURNAL BIMBINGAN DAN KONSELING
Penelitian dan Pengembangan Pendidikan

DEWAN REDAKASI

Pelindung : Rektor Universitas Pendidikan Mandalika
Penasehat : Dekan FIPP Universitas Pendidikan Mandalika
Penanggung Jawab : Kaprodi BK FIPP Universitas Pendidikan Mandalika

Editors in Chief

Hariadi Ahmad, M.Pd (Sinta ID: 259141) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Editors

Dr. I Made Sonny Gunawan, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6703866) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Prof. Dr. Arbin Janu Setiowati, M.Pd (SINTA ID: 6027283) Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Malang, Malang, Jawa Timur, Indonesia

Dr. Wiryo Nuryono, M.Pd (SINTA ID: 6003969) Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Surabaya, Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

Dr. Roro Umy Badriyah, M.Pd., Kons. (SINTA ID: 6672737) Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Mahadewa Indonesia, Bali, Indonesia

Dr. Hasrul, S.PdI., M.Pd. (SINTA ID: 6894856) Pendidikan Guru Sekolah Dasar Institut Sains dan Pendidikan Kie Raha Maluku Utara, Ternate, Maluku Utara, Indonesia

Mustakim, M.Pd. (Sinta ID: 6875136) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Section Editors

Dr. Ari Khusumadewi, M.Pd (SINTA ID: 6011203) Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Surabaya, Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

Dr. Mutmainah, M.Pd (SINTA ID: 6040364) Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Yogyakarta, Indonesia

Dr. Hadi Gunawan Sakti, M.Pd (SINTA ID: 6110492) Teknologi Pendidikan Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Dr. Haromain, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6158243) Administrasi Pendidikan Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Ahmad Muzanni, M.Pd (SINTA ID: 6074667) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Reviewers

Prof. Drs. Kusno, DEA., Ph.D, (SINTA ID: 6720430) Matematika Universitas Jember, Jember, Jawa Timur, Indonesia

Prof. Dr. Sutarto, S.Pd., M.Pd (SINTA ID: 5986995) Pendidikan Matematika Universitas Pendidikan Mandalika Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

- Prof. Dr. Ahmad Sukri, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 5986955) Pendidikan Biologi Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Prof. Dr. I Ketut Sukarma, M.Pd. Pendidikan Matematika Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Dr. A. Hari Witono, M.Pd. Kons (SINTA ID: 6147134) Bimbingan dan Konseling Pendidikan Dasar Universitas Mataram, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Dr. Asep Sahrudin, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 5978981) Pendidikan Matematika Universitas Mathla'ul Anwar Banten, Banten, Indonesia
- Dr. Uli Agustina Gultom, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6665219) Pendidikan Bahasa Inggris Universitas Borneo Tarakan, Kalimantan Utara, Indonesia
- Dr. Suciati Rahayu Widyastuti, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6697553) Universitas Nahdlatul Ulama Cirebon, Cirebon, Jawa Barat, Indonesia
- Dr. Gunawan, M.Pd. (SINTA ID: 5980767) Pendidikan Fisika Universitas Mataram, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Ginanjari Nugraheningsih, S.Pd. Jas., M.Or. (SINTA ID: 6725241) Pendidikan Jasmani Universitas Mercu Buana Yogyakarta, Yogyakarta, Indonesia
- Dewi Ariani, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6004815) Pendidikan Ekonomi Universitas Mahaputra M. Yamin Solok, Padang, Sumatera Barat, Indonesia
- Rahmawati M, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6129818) Universitas Muhammadiyah Kendari, Sulawesi Tenggara, Indonesia
- Dita Kurnia Sari, M.Pd. Bimbingan dan Konseling Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, Surabaya, Jawa Timur, Indonesia
- St. Muriati, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6113561) Pendidikan Ilmu Pengetahuan Alam Universitas Bosowa Makassar, Sulawesi Selatan, Indonesia
- Indra Zultiar, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6657679) Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini Universitas Muhammadiyah Sukabumi, Jawa Barat, Indonesia
- M. Samsul Hadi, M.Pd. (SINTA ID: 6901605) Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan Universitas Mataram, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- B. Fitria Maharani, M.Si (SINTA ID: 6743948) Farmasi Universitas Nahdlatul Ulama Nusa Tenggara Barat Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Aluh Hartati, M.Pd. (SINTA ID: 6789075) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Ahmad Zainul Irfan, M.Pd. (SINTA ID: 6663273) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Baiq Sarlita Kartiani, M.Pd. (SINTA ID: 6188156) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Dra. Ni Ketut Alit Suarti, M.Pd. (SINTA ID: 6165599) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Eneng Garnika, M.Pd. (SINTA ID: 6162854) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

- Farida Herna Astuti, M.Pd (SINTA ID: 6162869) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Ichwanul Mustakim, M.Pd (SINTA ID: 6797055) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Jessica Festi Maharani, M.Pd, (SINTA ID: 6699324) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Lalu Jaswandi, M.Pd (SINTA ID: 6190316) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Nuraeni, S.Pd., M.Si (SINTA ID: 6166292) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Nurul Iman, M.Pd (SINTA ID: 6168197) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- M. Najamuddin, M.Pd (SINTA ID: 6102026) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- M. Zainuddin, M.Pd (SINTA ID: 6809112) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- M. Chaerul Anam, M.Pd (SINTA ID: 6102038) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Mujiburrahman, M.Pd (SINTA ID: 6102026) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Raden Fanny Printi Ardi, M.Sn. (SINTA ID: 5992672) Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Reza Zulaifi, M.Pd (SINTA ID: 6809087) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Suharyani., M.Pd. (SINTA ID: 6162836) Pendidikan Masyarakat Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Copyedit dan Layout

- Adam Bachtiar, S.Kom., M.Mt. (SINTA ID: 5992965) Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Akbar Juliansyah, ST., M.Mt. (SINTA ID: 6070577) Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Dewi Rayani, S.Psi., MA (SINTA ID: 6178454) Kesehatan Masyarakat Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Sarilah, S.PdI., M.Pd (SINTA ID: 6189104) Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Khairul Huda, S.Pd., M.Pd (SINTA ID: 6663284) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling (JRbk)

Volume 10 Nomor 1 Edisi April 2025

Bimbingan dan Konseling FIPP Universitas Pendidikan Mandalika

<https://e-journal.undikma.ac.id/index.php/realita>

P-ISSN: 2503 – 1708

E-ISSN: 2722 – 7340

Ni Made Sulastri, S.Pd., M.Pd (SINTA ID: 6196335) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Drs. I Made Gunawan, M.Pd Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Alamat Redaksi:

Redaksi Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling (**JRbk**)

Program Studi Bimbingan dan Konseling

Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi

Universitas Pendidikan Mandalika

Gedung Dwitiya, Lt. 3 Jalan Pemuda No. 59 A Mataram Telp. (0370) 638991

Email : realita@undikma.ac.id

Web : e-journal.undikma.ac.id

Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling menerima naskah tulisan penulis yang original (belum pernah diterbitkan sebelumnya) dalam bentuk *soft file, office word document (Email)* atau *Submission* langsung di akun yang diterbitkan setiap bulan April dan Oktober setiap tahun.

Diterbitkan Oleh: Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi Universitas Pendidikan Mandalika.

DAFTAR ISI	Halaman
Alya Fallah Sofian, Fitri Yani, Suryani, Fahrurrozi, Eni Nuraini, Agus Sukirno, dan Asep Furqonuddin Peran BK Karir untuk Mempersiapkan SDM yang Berkualitas dalam Dunia Kerja	2562 – 2569
Hauzah ‘Abqoriyah Nabilah, Nazwa Nurul Khanifa, Wiryo Nuryono, dan Devi Ratnasari Penerapan Teknik Proyeksi Masa Depan untuk Mengelola Tuntutan Ekspektasi Orang Terdekat Serta Mencegah Penyalahgunaan Narkotika pada Mahasiswa	2570 – 2577
Ceri Novramdani, Futihat, Muhammad Haikal Farhan, dan Naeila Rifatil Muna Teknik <i>Self-Management</i> sebagai Upaya Mereduksi Perilaku Konsumtif pada Siswa	2578 – 2585
Putu Ayu Ratih Kumala Dewi, dan Firmanto Adi Nurcahyo Peran Keterlibatan Ayah terhadap Regulasi Emosi Remaja	2586 – 2599
Naufal Alawy, Novy Nur Mahmudah, Wiwin Luqna Hunaida, dan M. Fadhil Akbar Eksistensi Guru Bimbingan Konseling (BK) dalam Upaya Mewujudkan Profil Pelajar Pancasila di SMP Negeri 1 Waru Sidoarjo	2600 – 2613
Febiyolla Usmaya, Zainal Fauzi, dan Ainun Heiriyah Guru Bimbingan dan Konseling dalam Mengatasi Dampak Negatif Penggunaan Media Sosial di SMAN 12 Banjarmasin	2614 – 2621
Muh Madhani Rahmatullah, Dealova Savara, Rizqika Ghina Salsabila, Fahma Ningrum Rahmasari, Grace Luvita Artika Sinambela, dan Noni Bela Maulida Kolaborasi Guru BK dan Guru Matematika dalam Mengatasi Kesulitan Belajar Matematika di SMAN 1 Pare	2622 – 2632
Adelia Putri Nawindi, Hariani Kumala Sari, Naaifah Zaahiroh, Mohammad Danar Zila Saputra, Meiliza Simanjuntak, dan Alysha Putri Salshabillah Peran Guru Bimbingan dan Konseling dalam Mempertahankan Motivasi Belajar Siswa di SMAN 5 Surabaya	2633 – 2640
Pecilia Defri Dinamika Pendekatan Bimbingan dan Konseling dalam Penguatan Kecerdasan Emosional dan Spiritual Siswa	2641 – 2648
Neny Dwi Agustin, Wita Atikah Nuri, Devyta Maura A P, Nailunnajwa, Faya Fatimmatuz Zahro, dan Muhammad Luqman Baihaqi Analisis Kesulitan Belajar Akademik Siswa dan Respon Guru di SMA NU 1 Gresik: Studi Kasus Pendekatan Edukasi	2649 – 2655

Muhammad Silmi Kaffah, dan Muh. Syawal Hikmah

Penerapan Teknik Genogram untuk Meningkatkan Kematangan Karier Siswa di Sekolah Menengah Atas 2656 – 2672

Amanda Clara Natalia, Lena Marianti, Esa Kurniati, Ily Zawani Binti Ali, Mohamad Syahmi Bin Mohamed Isa, Muhammad Nasrullah, dan Abdul Muhaimin

Beban Psikologi Anak Anak yang Mengalami Perceraian Orang Tua Berbasis Literatur 2673 – 2681

Happy Fathimatur Rosyidah, Wahyu Lestari, Deni Setiawan, Sarwi, dan Ellianawati

Pengembangan Instrument Penilaian Konsep Diri untuk Kepedulian Lingkungan pada Siswa SMP 2682 – 2688

Syahvira Amalie Chusna Assa'adah, Jumi'ati 'Afifah, Afifah Nauffatih Yulianto, Anita Dhuwi Rahayu, Annisa Putri Rahmasari, dan Tirta Alma Sekarani

Kolaborasi Guru Bimbingan dan Konseling dengan Guru Mata Pelajaran Terhadap Motivasi Belajar Siswa 2689 – 2698

Aluh Hartati dan Muhamad Syahrizal Ramadhani

Pengaruh Konseling Kelompok terhadap Sikap Tanggung Jawab Belajar Siswa MTs NWDI Bagik Polak 2699 – 2712

Hariadi Ahmad dan Ni Nyoman Ayu Yuliantari

Hubungan antara *Beauty Privilege* dengan Remaja Perempuan di SMA Negeri 6 Mataram 2713 – 2737

Baiq Annisa Salwa Fadia, Syamsul Hadi, dan Dwi Widarna Lita Putri

Analisis Regulasi Emosi dalam Menjalankan Perannya Sebagai Pendidik pada Guru Berkebutuhan Khusus 2738 – 2747

Nuraeni dan Mutiah

Pengaruh Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik Modeling terhadap Perencanaan Karir Siswa Kelas XI di SMKN 2 Praya Tengah 2748 – 2755

Putri Awalia Zahro, dan Ari Khusumadewi

Keefektifan Konseling Realita untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Santri di SMP Bilingual Terpadu Krian Sidoarjo 2756 – 2769

Jessica Festy Maharani dan Nila Handayani

Pengaruh Konseling Behavior terhadap Kecemasan Belajar Siswa SMA ... 2770 – 2777

KEEFEKTIFAN KONSELING REALITA UNTUK MENINGKATKAN KEMANDIRIAN BELAJAR SANTRI DI SMP BILINGUAL TERPADU KRIAN SIDOARJO

Oleh:

Putri Awalia Zahro, dan Ari Khusumadewi

Bimbingan dan Konseling, Universitas Negeri Surabaya, Surabaya, Jawa Timur
Indonesia

Bimbingan dan Konseling, Universitas Negeri Surabaya, Surabaya, Jawa Timur
Indonesia

Email: putri.21066@mhs.unesa.ac.id, arikhusumadewi@unesa.ac.id

Abstrak. Santri ialah orang yang melakukan kewajiban menuntut ilmu dan agama di suatu lembaga pendidikan berbasis keagamaan. Penggunaan nama santri biasa dipakai di pondok pesantren. Di dalam pondok pesantren santri dituntut paham akan agama beriringan dengan akademik. Sehingga kegiatan di pondok pesantren dinilai tertata, padat, dan terjadwal. Dengan begitu, kesejahteraan psikologis santri ialah hal penting untuk mewujudkan keseimbangan hidup santri. Kesejahteraan psikologi merupakan keadaan keseimbangan mental dan fisik seseorang untuk mencapai kebahagiaan dalam kehidupannya. Salah satu fenomena yang ditemui selama di pondok pesantren ialah rendahnya kemandirian belajar santri. Hal ini ditandai dengan santri yang kurang mampu mengutarakan pendapat, cenderung mengikuti jawaban temannya, dan kurang percaya pada kemampuan dirinya sendiri. Pada aspek tersebut, erat hubungannya dengan kesejahteraan psikologi. Dimana apabila seseorang bisa mandiri maka ia akan memperoleh kesejahteraan psikologis yang tinggi pula. Fenomena tersebut ditemui pada salah satu pondok pesantren di Sidoarjo. Menunjukkan bahwa dari 30 responden terdapat 5 diantaranya yang memiliki kemandirian belajar rendah. Merujuk pada 5 sampel sebagai subjek penelitian yang mempunyai kemandirian belajar yang rendah. Adanya permasalahan tersebut peneliti memberikan suatu layanan untuk meningkatkan kemandirian belajar santri. Pada penelitian ini diberikan sebuah *treatment* yaitu konseling realita yang berfokus pada permasalahan dan tanggung jawab individu. Dengan jenis penelitian *Pre-Experimental One Group Pre-Test Post-Test Design* untuk membandingkan hasil nilai tes sebelum dan sesudah diberikan *treatment*. Analisis pada penelitian ini menggunakan Uji Wilcoxon dan menunjukkan *Asymp. Sig (2-Tailed)* $0,042 < 0,05$ yang dimana konseling realita efektif meningkatkan kemandirian belajar santri. Penelitian ini diharapkan agar individu memiliki tingkat kemandirian belajar yang tinggi.

Kata Kunci: *Konseling Individu, Realita, Kemandirian Belajar.*

Abstract. *Santri refers to individuals who are committed to pursuing religious and academic knowledge in religious-based educational institutions, commonly used in pesantren (Islamic boarding schools). In pesantren, students are expected to understand both religious studies and academics, with well-organized and scheduled activities. As such, the psychological well-being of santri is crucial to achieving a balanced life. Psychological well-being is the state of mental and physical balance that leads to happiness in one's life. One phenomenon observed in pesantren is the low learning independence of santri. This is characterized by students being unable to express their opinions, tending to follow their peers' answers, and lacking confidence in their own abilities. This issue is closely related to psychological well-being, as independent individuals tend to have higher psychological well-being. This phenomenon was observed in one of the pesantren in Sidoarjo, where out of 30 respondents, 5 of them showed low learning independence. Referring to these 5 samples as the research subjects, the researcher provided a service to improve their learning independence. In this study, a treatment was given, namely reality counseling, focusing on individual problems and responsibilities. Using a Pre-*

Experimental One Group Pre-Test Post-Test Design, the study aimed to compare test results before and after the treatment. The analysis used the Wilcoxon Test, which showed Asymp. Sig (2-Tailed) $0.042 < 0.05$, indicating that reality counseling is effective in improving the learning independence of santri. This research is expected to help individuals achieve a higher level of learning independence

Key words : Individual Counseling, Reality, Learning Independence

PENDAHULUAN

Santri merupakan orang yang tengah menuntut ilmu agama di pondok pesantren. Menurut (Cholis and Yasmadi, 2023), santri ialah seorang yang berusaha mendalami agama melalui kitab-kitab yang bertuliskan bahasa arab. Santri juga memiliki arti orang yang mengikuti guru kemanapun pergi dan menetap. Penggunaan nama santri dipakai khusus pada lembaga pendidikan pondok pesantren. Adapun santri sebagai siswa yang tinggal di pesantren guna menyerahkan diri. Dimana hal tersebut menjadi suatu syarat santri menjadi anak didik kyai. Dengan begitu, ia memperoleh kerelaan sang kyai dengan mengikuti kehendak dan melayani segenap kepentingan di pesantren. Santri ialah orang yang melakukan kewajiban-kewajiban agama islam secara sungguh-sungguh. Menurut (MK, 2014) Santri diajarkan untuk mengatur hidup sesuai ajaran islam, seperti mempelajari ilmu tentang islam, iman, dan ihsan. Hal ini bertujuan agar mereka menjadi sosok yang bertaqwa terhadap Allah SWT dan berpegang teguh pada aturan agama islam. Pada zaman sekarang, kata santri memiliki makna luas yaitu orang yang belajar melaksanakan ajaran islam khususnya belajar di pondok.

Santri kaitannya erat dengan pondok pesantren. Pondok pesantren ialah tempat santri mencari ilmu, belajar, serta tempat menemukan hal baru sebagai pengaplikasian kehidupan sehari-hari. Pesantren sesungguhnya ialah lembaga pendidikan tertua di Indonesia, yang melahirkan banyak ulama'. Istilah pesantren berasal dari pe-*'santri'*-an yang berarti murid dan *'pondok'* atau

'fuunduug' yang berarti penginapan. Pesantren umumnya bersifat mandiri, tidak bergantung dengan pemerintah. Kemandirian pesantren memegang teguh atas pendidikan islam. Dimana dalam kehidupan pesantren biasanya dipimpin oleh seorang kyai. Dan untuk mengatur kehidupan pondok, kyai biasanya menunjuk seorang santri senior untuk mengatur adik-adik kelas. Di samping itu, pesantren diakui bahwa lulusannya berkualitas, namun di sisi lain, pesantren tetapi pesantren yang secara tidak utuh diakui sebagai lembaga pendidikan. Namun, terdapat ciri khas yang membedakan antara pesantren dengan lembaga pendidikan lainnya. Dimana pada pesantren, santri dituntut untuk paham akan agama beriringan dengan akademik. Aspek keagamaan di pondok dinilai jauh lebih dalam dan kental bahkan aktivitas di pondok tertata, padat, dan terjadwal. Selain itu, pesantren juga menjadi lembaga pendidikan yang membentuk pengembangan nilai dan moral santri (Sukma, 2015).

Pondok Pesantren Modern Al-Amanah Junwangi ialah salah satu Pondok Pesantren yang berada di daerah Sidoarjo. Dalam pembelajarannya, pondok ini terdapat pendidikan umum, keagamaan, dan menghafal qur'an, serta ekstrakurikuler lainnya. Pembelajaran di pondok dimulai pada pagi hari dimana santri melakukan salat subuh kemudian melakukan pembelajaran di sekolah, dan melanjutkan kegiatan ekstrakurikuler. Kegiatan ekstrakurikuler ini diwajibkan kepada seluruh santri untuk mengikuti. Adapun pembagian kelas wajib untuk mengasah ketrampilan seperti kelas seni, sains, bahasa, dan IT. Dimana santri perlu

memilih berdasarkan keinginan atau keberminatannya dan sungguh-sungguh menerapkan materi yang ada pada kelas yang dipilih. Berdasarkan hasil observasi, selama pembelajaran di kelas, santri kurang bisa menyuarakan pendapat sendiri dan menetapkan keputusan sendiri saat ustadzah memberikan pertanyaan. Adapun santri hanya mengikuti pendapat santri lain yang berargumen sebelumnya. Padahal dalam proses pembelajaran, tujuan yang hendak dicapai salah satunya ialah kemandirian dari santri.

Hasil data observasi menunjukkan bahwasanya aspek kemandirian santri yang masih rendah. Kemandirian yang dimaksud ialah seharusnya bagaimana santri dapat memutuskan pilihannya sendiri, tidak terpengaruh orang lain, dan dapat berpendapat sesuai apa yang mereka pikirkan. Namun, setelah ditelisik lebih lanjut melalui wawancara terhadap santri, terdapat latar belakang yang membuat kemandirian santri rendah. Seperti halnya sebelum masuk pondok, orang tua menjadi faktor utama dalam penentuan pengambilan keputusan hidupnya. Apalagi santri masuk pondok dikarenakan keterpaksaan dari orang tua. Selain itu, faktor kelas atau jurusan tambahan yang diwajibkan diikuti oleh santri, membuat santri merasa ditekan sebab pelajaran semakin rumit dan santri merasa kurang akan kemampuannya. Dimana pada setiap jurusan yang diambil, tidak hanya paham akan materi tetapi juga banyak praktek yang harus dilakukan untuk mendapatkan karya yang nantinya dipamerkan atau dilombakan. Sehingga dalam proses belajarnya, ia lebih terpengaruh pendapat temannya daripada menyuarakan pendapatnya sendiri. Hal ini merupakan salah satu pemicu jikalau santri belum bisa mandiri dalam belajar.

Kemandirian belajar yang dimaksud ialah santri yang harusnya melakukan aktivitas belajar atas kemauan sendiri. Santri dapat mengatur kegiatan

belajar dengan menyeimbangkan kognitif, afektif, dan perilaku yang ada pada dirinya untuk mencapai tujuan pembelajaran yang diinginkan. Kemandirian belajar merupakan proses belajar yang dilakukan tanpa bantuan orang lain. Dimana pada hal ini akan membentuk rasa percaya diri, tanggung jawab, dan kreatifitas dari santri. Sehingga dapat mencapai hasil yang memuaskan dikarenakan aktivitas belajar seperti tanggung jawab dari santri tersebut (Saribulan, Thalib and Buchori, 2023).

Bahwasanya dikatakan santri mandiri jika memiliki kemampuan dalam mengelola diri sendiri, tidak bergantung dengan orang lain, yakin atas dasar pilihannya. Dalam hal tersebut, kemandirian belajar menjadi kemampuan yang seharusnya membuat santri dapat berani menyuarakan pendapat dan bertanggung jawab atas resikonya. Adapun ciri-ciri kemandirian belajar ialah tidak mudah terpengaruh pendapat orang lain, memiliki rasa tanggung jawab, mampu menunjukkan perilaku kreatif, dan mengerjakan sesuatu tanpa bantuan orang lain (Perdianto, 2021).

Faktor keberhasilan santri di pondok pesantren selama menempuh pendidikan ialah kemandirian mereka (Suratmin, 2022). Dikarenakan dalam mengikuti kelas di pesantren, membutuhkan kesadaran internal santri. Dan santri akan merasa hampa apabila tidak mengikuti kegiatan tersebut. Penanaman kemandirian santri menjadi hal penting untuk kemajuan proses pendidikan santri. Solichin dalam (Suratmin, 2022), kemandirian santri dapat diketahui dengan empat kondisi yakni percaya pada diri sendiri, berani dan bisa berdiri sendiri atau tidak bergantung kepada teman, mampu mengatur diri-sendiri, mampu mengerti suasana lingkungan.

Pondok pesantren telah banyak mencetak santri yang mandiri, tidak selalu

menggantungkan hidup pada orang lain. Menurut (Eni, 2020) hal ini disebabkan tinggal jauh dari orang tua, dan dituntut untuk mengentaskan masalah dengan mandiri. Kemandirian santri dalam belajar didasarkan pada disiplin, dituntut aktif, kreatif, dan inovatif. Sistem kehidupan pondok yang mendorong santri memenuhi dan menjalani keseharian dengan mandiri. Sehingga, santri bisa mengatur dan merencanakan keperluan sendiri. Seseorang dikatakan mandiri apabila bisa mengambil keputusan sendiri, mengatur diri sendiri, dan bertanggung jawab akan kehidupannya.

Oleh karena itu, peran guru bimbingan dan konseling berperan sebagai pendidik untuk mengembangkan watak dan karakter santri saat di sekolah. Selain itu, peran guru bimbingan dan konseling harus dapat melaksanakan keseluruhan kegiatan yang telah direncanakan. Dimana guru bimbingan dan konseling melibatkan semua pihak sekolah dalam menyukseskan programnya. Guru bimbingan dan konseling juga membimbing santri untuk memahami diri dan mengarahkan diri dengan berbagai proses. Hal tersebut agar santri dapat memilih alternatifnya sendiri agar semakin mandiri. Guru bimbingan dan konseling juga membantu proses pembelajaran mengenai kemandirian santri agar berjalan optimal (Rahmatul, 2021). Salah satu peran guru bimbingan dan konseling dalam permasalahan ini ialah dengan memberikan layanan responsif untuk santri supaya kemandiriannya meningkat. Sehingga santri menjalankan pembelajaran secara optimal. Salah satu upaya nya dengan memberikan konseling individu dengan pendekatan realita.

Konseling realita difokuskan pada tingkah laku santri dengan pemberian bantuan langsung kepada santri secara berkelompok. Guru bimbingan dan konseling memberikan tugas atau

tanggung jawab agar santri mampu mengembangkan potensinya selama pembeajaran di kelas. Konseling ini berprinsip agar santri bisa optimis untuk memenuhi kebutuhan dasar, menghadapi kenyataan tanpa merugikan siapapun. Terdapat penelitian yang relevan terkait konseling realita untuk meningkatkan kemandirian santri. Salah satunya pada penelitian (Khumaerah, 2015) mengemukakan bahwa konseling realitas efektif untuk meningkatkan kemandirian. Bahwasanya tingkat kemandirian santri sebelum diberikan konseling realita berada di kategori sedang kemudian setelah diperlakukan konseling realita, tingkat kemandirian santri meningkat. Sehingga konseling kelompok realita berpengaruh positif pada kemandirian santri. Berdasarkan kajian dan fenomena permasalahan tersebut, dengan konseling kelompok realita yang menekankan pada masa kini, dan tidak terlalu mengungkap masa lalu berupaya agar santri bisa memperoleh kesuksesan pada masa mendatang. Maka dari itu, peneliti menarik judul penelitian yakni “Keefektifan Konseling Realita dalam Meningkatkan Kemandirian Belajar Santri di SMP Bilingual Terpadu Krian Sidoarjo”

KAJIAN PUSTAKA

Pendapat yang dikemukakan oleh (Zaini Miftach, 2018a), kemandirian adalah perilaku yang membuat orang bebas, benar, dan bermanfaat. Kemandirian ialah melakukan kegiatan dengan jujur dan benar atas keinginan diri sendiri, sesuai hak dan kewajiban. Sehingga seseorang dapat menyelesaikan masalahnya dan bertanggung jawab atas keputusan yang dipilih sesuai pertimbangan-pertimbangan yang ada. Menurut (Mimi Deviana, Tri Umari, 2023), kemandirian merupakan seseorang yang mampu dalam mengatur dirinya, mandiri, mampu melawan tekanan sosial yang ada di

hidupnya, memiliki prinsip diri, serta mampu mengevaluasi diri sesuai standar-standar yang diciptakan oleh diri sendiri. Seseorang mampu menjalani hidup, mendapatkan dekungan, dan puas pada kehidupannya.

Menurut (Irawan, 2016), kemandirian yakni seseorang yang berperilaku sesuai keinginannya. Dimana kemandirian adalah aspek penting dalam masa remaja. Kemandirian di dalam remaja ini diperkuat dengan pertemanan sebaya, seseorang mampu berpikir secara mandiri, mengambil keputusan sendiri. Kemandirian memungkinkan seseorang untuk mengejar prestasi, oenuh ketekunan, berkeingan sesuatu tanpa bantuan orang lain, mempunyai perasaan diri yang kuat terhadap kemampuannya, dan memperoleh kepuasan dari usahanya. Kemandirian bebas dari keyakinan dan pendapat orang lain. Dimana kondisi ini diharapkan seseorang dapat bertanggung jawab dengan pilihannya dan kehidupannya sendiri.

Adapun menurut (Sa'diyah, 2017), kemandirian ialah seseorang yang belajar untuk menghadapi dan menyelesaikan masalah terkait keadaan sosial yang mengharuskan seseorang untuk berpikir dan mengatasi permasalahan tersebut. Seseorang mampu mengenal mana baik dan mana salah dan membedakannya. Seseorang dapat melakukan kegiatan dan menyelesaikan tugas tanpa bimbingan dari orang lain. Sehingga kemandirian tidak bergantung dan tidak membutuhkan orang lain dalam membuat suatu keputusan. Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwasanya kemandirian adalah seseorang yang percaya akan kemampuannya, bisa mengatur dirinya sendiri, membuat pilihan atas hidupnya, bertanggung jawab dengan konsekuensi pilihannya, dan memiliki prinsip hidup untuk mengatasi suatu masalah di kehidupan

Menurut (Tina, 2017), ciri-ciri kemandirian ialah sebagai berikut: (1) Seseorang yang mampu bersikap kritis terhadap segala keadaan yang menimpa dirinya. Yang berarti seseorang tidak hanya menerima pendapat orang lain begitu saja, akan tetapi ia bisa memikirkan terlebih dahulu konsekuensi apa yang timbul di kedepannya. (2). Adanya kemampuan untuk terus membuat keputusan dengan bebas tanpa dipengaruhi oleh orang lain. Menurut Hurlock dalam Tina 2017, adapun factor yang memengaruhi kemandirian ialah sebagai berikut :Keluarga. Dimana keluarga adalah lingkungan pertama dalam melakukan interaksi sosial. Melalui keluarga, seseorang dapat perlahan membentuk kemandiriannya. Sekolah. Sebagai lingkungan kedua setelah lingkungan keluarga. Dimana seseorang biasa menghabiskan waktu seharian dan bergaul dengan teman. Media komunikasi massa. Dengan media massa, seseorang lebih cepat mandiri karena memperoleh banyak informasi. Agama. Dimana saat seseorang kuat agamanya, maka ia tidak gampang terpengaruh pada orang lain.

Menurut (Kozma, 2017), salah satu bentuk kemandirian adalah kemandirian belajar. Dimana individu diberi kesempatan untuk menentukan tujuan, sumber, dan kegiatan belajar sesuai ddengan kebutuhannya sendiri. Pada proses pembelajaran ini, individu dituntut agar mampu berpartisipasi secara aktif menentukan apa yang akan dipelajari dan bagaimana cara mempelajarinya.

Menurut Safitri dalam (Santoso, 2022), salah satu perkembangan remaja ialah mencapai kemandirian. Dimana remaja dapat menumbuhkan sikap tanggung jawab, bersikap kreatif, dan mampu mengatasi masalah yang dihadapi. Kemandirian belajar menjadi suatu proses belajar yang berasal dari dorongan dan kemauan sendiri untuk mencapai tujuan tertentu dalam belajar. Dengan kebiasaan

mandiri, maka individu dapat terbiasa mengerjakan segala hal sesuai kemampuan yang dimiliki. Individu yang memiliki kemandirian belajar yang tinggi akan berusaha menyelesaikan tugas yang diberikan guru dengan kemampuan yang dimiliki. Berbeda halnya dengan individu yang memiliki kemandirian belajar rendah, maka akan bergantung pada orang lain.

Sehingga dapat disimpulkan bahwa kemandirian belajar merupakan salah satu factor yang menentukan keberhasilan individu dalam belajarnya. Individu yang memiliki sikap kemandirian belajar memiliki kemampuan untuk dapat mengatur perasaannya tanpa pengaruh dari orang lain. Adapun aspek-aspek dalam kemandirian pengambilan keputusan seperti bertanggung jawab, progresif dan ulet, inisiatif atau kreatif, dan kemandirian diri.

Menurut Hartono dalam (Perdianto, 2021), mengemukakan terdapat lima ciri kriteria kemandirian belajar sebagai berikut: (1) Seseorang yang memiliki rasa percaya diri tinggi. Hal ini ia percaya pada potensinya sendiri, terarah, dan mampu memilih kariernya di masa mendatang. (2) Seseorang yang memiliki rasa tanggung jawab. Dimana seseorang bisa mempertahankan pilihannya, memilih, meraihnya, dan menanggung resiko pilihannya. (3) Mampu mengarahkan dirinya. Seseorang mampu melakukan aktivitas sehari-hari guna mengembangkan diri ke arah lebih baik. (4) Mampu menunjukkan perilaku tekun dan kreatif. Dimana sifat tersebut menunjang proses belajar seseorang. (5) Berkeinginan mengerjakan sesuatu tanpa bantuan orang lain. Seseorang melakukan perbuatan atas kemauan sendiri, sehingga mampu memilih strategi belajar berdasarkan pemahaman diri dan memanfaatkan peluang yang ada

Konseling realita merupakan teknik konseling yang diberikan secara langsung kepada konseli agar konseli mampu menghadapi kenyataan dengan optimis. Tujuan konseling ini agar konseli dapat memahami dirinya, menerima dirinya, mengarahkan dirinya, dan membantu menemukan karakteristik pada dirinya. Dalam hal ini juga konseli dapat menumbuhkan sikap tanggung jawab atas pilihan yang dibuat. Pada konseling realita memfokuskan pada masa sekarang yang terpenting bagaimana konseli dapat sukses mencapai dan menata masa depannya. Dengan adanya terapi realita, akan membantu konseli dalam membuat rencana dan tujuan baru untuk masa depan yang lebih positif (Ulfah, 2019).

William Glasser dalam (Zaini Miftach, 2018b) konseling realita memiliki karakteristik bahwa konselor membantu konseli untuk memilih kegiatan yang lebih mendukung pemenuhan salah satu dari kebutuhan dasarnya. Dikarenakan kebutuhan tersebut hanya dapat dipenuhi pada waktu sekarang ini. Sehingga tujuan konseling realita membangun hubungan antara konseli dan konselor, konseli dapat belajar banyak mengatasi permasalahan. Konseling realita mengarahkan konseli untuk menumbuhkan tanggung jawab. Teknik ini berorientasi pada tingkah laku sekarang. Dimana nantinya konselor perlu menciptakan suasana hangat dan penuh pengertian kepada konseli agar konseli bisa bertanggung jawab atas dirinya sendiri (Daud, 2016).

Pada konseling realita memberikan pandangan bahwasanya manusia memiliki beberapa kebutuhan dasar. Pendekatan ini untuk merubah jati diri seseorang agar lebih bertanggung jawab atas konsekuensi tingkah lakunya. Sehingga seseorang perlu dibimbing untuk mengubah cara hidup, perasaan, dan tingkah laku dengan mengubah identitas menjadi lebih baik lagi.

Pendekatan ini memiliki beberapa ciri seperti menolak akan konsep penyakit mental, menekankan pada nilai, menekankan pada kesadaran, tidak adanya hukuman, dan menumbuhkan tanggung jawab (Purba, 2022).

Berdasarkan pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa konseling realita adalah pendekatan konseling yang memfokuskan masa sekarang untuk menghadapi kenyataan. Sehingga konseli perlu membuat rencana, dan tujuan positif, serta bertanggung jawab atas pilihan dan apa yang konseli perbuat.

Tahap-tahap konseling realita terdiri dari : konselor membangun hubungan kepada konseli saat proses konseling, menerapkan prosedur khusus atas perilaku konseli. (a) Membangun hubungan. Konseling ini dimulai dengan membangun hubungan yang tulus kepada konseli. Seperti konselor menunjukkan kepedulian agar konseli bisa leluasa berbicara atau menceritakan apapun. Oleh karena itu, konselor perlu bersikap ramah, hangat, jujur, dan terus optimis. Dikarenakan akan membantu konseli dalam menyampaikan masalahnya. Keberhasilan dari konseling realita dapat dilihat juga dengan tekad atas perubahan positif konseli. Apabila konseli melanggar apa yang telah disepakati saat konseling, konselor tidak akan menghakimi sendiri, justru akan memandang sebaliknya. Adapun sikap yang perlu dihindari saat konseling yaitu konselor tidak mengkritik, menyalahkan, merendahkan. Karena nantinya konseli akan merasa tidak diterima. (b) Prosedur konseling realita. Prosedur ini memiliki asumsi bahwa manusia termotivasi akan berubah, perilaku manusia saat ini berarti ia tidak mendapatkan apa yang diinginkan, manusia memilih perilaku yang diinginkan agar bisa dekat dengan yang mereka inginkan. Pada konseling realita menggunakan system WDEP agar konseli dapat memiliki control lebih besar pada

kehidupannya dan mampu menyusun rencana yang lebih baik. (c) *Assessment*. Digunakan untuk mengetahui kebutuhan dan keinginan dari konseli. Disini, konselor menggali kebutuhan yang ingin dipenuhi oleh konseli. (d) Eksplorasi perilaku melalui prosedur WDEP: *Want*. Konselor membantu mencari tahu dan merumuskan pilihan konseli. Konseli diberi kesempatan untuk mengeksplorasi apa yang diinginkan entah dari aapek keluarga, pertemanan, ataupun pekerjaan. *Doing*. Pada hal ini konseling fokus pada masa sekarang dan memperhatikan perilaku saat ini. Sehingga pada awal konseling perlu didiskusikan arah hidup konseli termasuk tujuannya. Pada tahap ini, konselor membantu konseli untuk menentukan perilaku tertentu, focus pada apa yang konseli lakukan sekarang, niat konseli untuk berubah dimulai dari rii sendiri. *Evaluation*. Konselor meminta konseli untuk membuat evaluasi pada dirinya sendiri. Dengan konselor terampil menanyai evaluasi atas tindakan konseli. Evaluasi ini bermanfaat untuk konseli dan konselor untuk menilai konsekuensi dari perilaku. *Planning*. Rencana yang dibuat oleh konseli dibuat tidak rumit, dapat dicapai, konseli berkomitmen penuh. Apabila rencana tidak berhasil, maka konselor dan konseli dapat bekerjasama membuat rencana yang berbeda (Habsy, 2021)

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode eksperimental. Dimana peneliti memanipulasi satu atau lebih variable bebas, kemudian mengontrol variable lain yang relevan, dan mengamati efek dari manipulasi terhadap variable yang terikat. Rancangan penelitian yang digunakan pada penelitian ini ialah *Pre-Experimental Pretest-Posttest Design*. Dimana kelompok eksperimen menggunakan satu grub. Sehingga desain penelitian ini berbentuk desain *Pre-*

Experimental pretest-posttest design. Menurut (Sugiyono, 2021) kelompok eksperimen diberi *pretest* terlebih dahulu kemudian diberikan *treatment* konseling realita dan pemberian *post-test* di akhir *treatment*.

Gambar 1. Pre-Eksperimental Design One Group Pretest-Posttest Design

O1 ----- x-----O2

Keterangan :

O1 : Kelompok eksperimen sebelum diberikan layanan konseling realita

X : Pemberian layanan konseling realita

O2 : Kelompok eksperimen setelah diberikan layanan konseling realita

Subjek pada penelitian ini diperoleh dengan hasil angket kemandirian belajar. Dalam menentukannya maka disebarkannya instrumen kemandirian belajar di kelas IX SMP Bilingual Terpadu.

Dan diperoleh 5 peserta didik yang memiliki kemandirian belajar rendah. Maka 5 orang peserta didik inilah yang akan dijadikan subjek penelitian. Skor awal dari subjek penelitian tersebut digunakan menjadi *pre-test*.

Menurut (Sugiyono, 2019), instrumen penelitian merupakan suatu alat yang digunakan untuk mengukur variable dalam penelitian. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan skala psikologis untuk mengukur variable kemandirian belajar. Peneliti menggunakan skala kemandirian belajar yang dimodifikasi oleh Made Rusmini tahun 2023. Sebelum menyebarkan skala kemandirian belajar maka perlu dilakukannya uji validitas dan realibilitas. Hal ini untuk mengukur ketepatan dan apakah alat ukur dalam data ini dapat digunakan secara berkelanjutan. Dari 40 item pernyataan diperoleh 24 item pernyataan yang layak digunakan untuk pengumpulan data. Berikut item yang layak sebagai skala kemandirian belajar :

Tabel 1. Kisi-kisi skala kemandirian Belajar

No	Aspek	Indikator	Jenis Item		Jumlah
			F	UF	
1.	Bertanggung jawab	Mampu membuat keputusan sendiri	2	-	2
		Tidak menunda waktu dalam mengerjakan tugas	1	-	1
2.	Progresif dan ulet	Tidak mudah menyerah	2	2	4
		Memiliki keinginan tetap maju	1	1	2
3.	Inisiatif dan Kreatif	Menyukai hal baru	1	1	2
		Menyukai kreatifitas yang tinggi	-	1	1
4.	Kemantapan diri	Percaya pada kemampuan diri	2	1	3
		Mampu menentukan prioritas belajar tanpa bantuan orang lain	2	1	3
5.	Pengendalian diri	Menahan diri dari godaan yang dapat mengganggu waktu belajar	1	1	2
		Berfikir sebelum bertindak	2	2	4

HASIL DAN PEMBAHASAN

Subjek penelitian ini adalah siswa kelas IX di SMP Bilingual Terpadu Krian Sidoarjo yang memiliki kemandirian belajar rendah. Dlaam menentukan subjek penelitian, maka dilakukan penyebaran angket kemandirian belajar sebelum dilakukan perlakuan (*treatment*). Dari hasil 30 responden kelas IX diperoleh 5 peserta didik yang memiliki kategori kemandirian belajar rendah. Berdasarkan

hasil *pretest* yang diperoleh diketahui bahwa 5 peserta didik dengan inisial NA, MR, AH, GM, dan DA merupakan peserta didik yang memiliki skor kategori rendah. Sehingga keempat peserta didik akan menjadi subjek penelitian dan mendapatkan *treatment* atau perlakuan selama 5 kali pertemuan menggunakan konseling realita untuk meningkatkan kemandirian belajar.

Tabel 2. Pre-Test dan Post-Test Kemandirian Belajar

No	Inisial Nama	Pre-test	Post-test	Selisih	Pre-test	Post-test
1.	NA	50	74	24	Rendah	Tinggi
2.	MR	54	62	15	Rendah	Sedang
3.	AH	52	74	22	Rendah	Tinggi
4.	GM	52	80	28	Rendah	Tinggi
5.	DA	54	78	24	Rendah	Tinggi

Setelah dilakukan pengukuran post-test menunjukkan bahwa terdapat peningkatan setelah diberikan layanan konseling realita. Peningkatan tersebut berada pada kategori sedang dan tinggi. Untuk memperkuat analisis data yang diperoleh maka perlu menguji hipotesis. Namun sebelumnya, peneliti akan

menguji normalitas untuk melihat apakah data berdistribusi normal atau tidak. Apabila nilai signifikansi >0,05 maka dapat dikatakan bahwa data berdistribusi normal. Dan apabila nilai signifikansi <0,05 maka data tidak berdistribusi normal. Berikut adalah hasil uji normalitas :

Gambar 2. Uji Normalitas

kelas	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
nilai ujian pretst	.247	5	.200*	.942	5	.679
posttest	.323	5	.096	.856	5	.215

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Berdasarkan tabel 2 dapat dikatakan bahwa data berdistribusi normal. Sehingga dapat dilanjutkan untuk menguji hipotesis untuk membuktikan adanya perubahan antara sebelum dan sesudah peserta didik diberikan *treatment*.

Gambar 3. Hasil Uji Wilcoxon

	post - pre
Z	-2.032 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.042

a. Wilcoxon Signed Ranks Test
b. Based on negative ranks.

Berdasarkan pengujian hasil pre-test dan post-test dengan Uji Wilcoxon SPSS 26, diketahui bahwa nilai Asymp. Sig (2-Tailed) adalah 0,042. Dimana 0,042 < 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa Ha

diterima. Dengan demikian terdapat perbedaan skor tingkat kemandirian belajar sebelum dan sesudah diberikan *treatment*.

Langkah awal sebelum diberikannya layanan konseling realita ialah dengan memberikan angket *pre-test* kepada subjek sejumlah tiga puluh orang. Dimana dari hasil skor tersebut 5 dari peserta didik akan mendapatkan *treatment* konseling realita. Pemberian konseling realita dilakukan selama lima kali pertemuan. Pemberian perlakuan konseling dilakukan secara individu menggunakan teknik WDEP. Sebagaimana dalam penelitian (Khumaerah, 2015) bahwa konseling realita dapat meningkatkan kemandirian belajar peserta didik dengan menggunakan *pre-test* dan *post-test*. Pemberian konseling realita bertujuan agar konseli dapat memfokuskan diri pada masa sekarang untuk menghadapi kenyataan. Konseli dapat membuat rencana positif dan bertanggung jawab akan pilihan yang diperbuatnya.

Pada pertemuan pertama, peneliti akan mengeksplor masalah konseli dan memberikan dorongan atau penguatan terhadap konseli. Pada pertemuan ini pula peneliti membangun hubungan kepada konseli (Habsy, 2021). Pada pertemuan kedua, peneliti mengeksplor apa yang diinginkan konseli untuk kedepannya mengenai kemandirian belajar. Sehingga konseli dapat menyadari dan paham akan keinginan tentang hidupnya. Di pertemuan ketiga, peneliti memandu konseli untuk menganalisa aktivitas yang dilakukan sehari-hari. Kemudian mengidentifikasi mana aktivitas yang perlu diatur ulang dan mana yang sudah efektif. Capaiannya konseli dapat membuat aktivitas baru dan melaksanakan atau menerapkan aktivitas tersebut. Pada pertemuan keempat, peneliti dan konseli bersama-sama mengevaluasi kegiatan yang telah

diterapkan konseli. Hal ini untuk mengetahui apakah kegiatan atau aktivitas yang telah dilakukan sudah efektif atau belum. Pada pertemuan kelima, peneliti memandu konseli membuat rencana untuk kedepannya. Rencana yang dibuat realistis sesuai keadaan konseli. Pada pertemuan ini pula peneliti menjelaskan akan komitmen dalam menjalankannya. Dalam pertemuan ini peneliti menyebarkan *post-test* yang nantinya akan dihitung dan dianalisis. Dengan begitu akan terlihat perbedaan skor antara *pre-test* dan *post-test*.



Gambar 1. Pelaksanaan *treatment* konseling realita



Gambar 2. Pengisian lembar *post-test*

Konseling realita dapat membantu mengarahkan konseli untuk menumbuhkan tanggung jawab dan hal yang berorientasi pada tingkah laku sekarang. Pada konseling ini memfokuskan masa sekarang dan bagaimana konseli dapat sukses dalam mencapai dan menata masa depannya. Dengan adanya terapi realita, akan membantu konseli dalam membuat rencana dan tujuan baru untuk masa depan yang lebih positif (Ulfah, 2019). Pelaksanaan konseling realita menggunakan teknik WDEP dapat

membantu konseli untuk membuat rencana dan tujuan positif. Prosedur dalam melakukannya yaitu dengan mengetahui keinginan dari konseli (*Want*) dimana peneliti membantu dalam mencari tahu dan merumuskan pilihan konseli. Peneliti memberi kesempatan mengeksplorasi apa yang diinginkan. Kemudian dilanjut (*Doing*) yang berfokus pada masa kini dan memperhatikan perilaku saat ini. Sehingga pada awal konseling perlu didiskusikan arah hidup konseli termasuk tujuannya. Pada tahap ini, konselor membantu konseli untuk menentukan perilaku tertentu, fokus pada apa yang konseli lakukan sekarang, niat konseli untuk berubah dimulai dari diri sendiri. Kemudian (*Evaluation*) Peneliti meminta konseli untuk membuat evaluasi pada dirinya sendiri. Dengan peneliti terampil menanyai evaluasi atas tindakan konseli. Evaluasi ini bermanfaat untuk konseli dan peneliti untuk menilai konsekuensi dari perilaku. Dan yang terakhir adalah (*Planning*). Rencana yang dibuat oleh konseli dibuat tidak rumit, dapat dicapai, konseli berkomitmen penuh. Apabila rencana tidak berhasil, maka peneliti dan konseli dapat bekerjasama membuat rencana yang berbeda (Habsy, 2021)

Sebagaimana hasil penelitian yang telah dilakukan, terlihat bahwa kelima subjek mengalami peningkatan yang signifikan dalam hal kemandirian belajar setelah dilakukan *treatment*. Konseli yang awalnya kurang mampu mengutarakan pendapat dan kurang percaya pada kemampuannya sendiri, setelah diberikan *treatment* konseli memiliki rasa percaya pada kemampuan dirinya yang tinggi dan mampu mengutarakan pendapat tanpa bergantung pada orang lain. Hal ini juga ditandai dengan tugas rumah yang telah diterapkan atau dilaksanakan. Konseli juga memahami dan secara penuh berkomitmen untuk menjalankan

kebiasaan baik yang efektif dan rencana yang dibuat secara konsisten untuk memenuhi keinginannya. Oleh karena itu, sesuai dengan hipotesis penelitian bahwa konseling realita efektif dalam meningkatkan kemandirian belajar peserta didik.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pengolahan data yang telah dilakukan, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa penerapan layanan konseling realita efektif meningkatkan kemandirian belajar peserta didik di SMP Bilingual Terpadu Krian Sidoarjo. Peningkatan ditunjukkan terjadi secara signifikan pada kelompok eksperimen. Dimana tingkat kemandirian belajar peserta didik sebelum diberikan layanan konseling berada pada kategori rendah. Dan mengalami peningkatan dengan kategori sedang dan tinggi setelah mendapatkan layanan konseling realita

UCAPAN TERIMA KASIH

Dengan penuh rasa syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa, peneliti akhirnya dapat menyelesaikan artikel penelitian ini, meskipun peneliti menyadari bahwa artikel ini masih jauh dari yang diharapkan akibat keterbatasan pengetahuan yang dimiliki. Selain itu, berbagai kendala yang sering menghadang telah mewarnai proses konsentrasi peneliti dalam berusaha sebaik mungkin. Oleh karena itu, peneliti menyadari bahwa saat ini, ini adalah hasil terbaik yang dapat disumbangkan meskipun tetap terdapat kekurangan dan kelemahan di dalamnya. Ucapan terima kasih kepada dosen pembimbing yang telah dengan sabar mengoreksi dan membimbing peneliti dalam proses penyusunan artikel ini. Ucapan terimakasih juga ditujukan kepada pihak guru BK, guru TU, serta pihak-pihak terkait yang telah memberikan izin dan dukungan dalam penelitian yang

dilakukan. Tak lupa, peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada diri sendiri karena telah bertahan hingga mencapai titik ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Barida, Widyastuti, Y. (2016) 'Buju Ajar Konseling Kelompok', pp. 1–23.
- Bowers, R. (2016) 'psychological well being cultural influences, measurement strategies and health implications', p. 196.
- Cholis and Yasmadi (2023) 'Yasmadi, Modernisasi Pesantren, Kritik Nur Cholis Madjid Terhadap Pendidikan Islam Tradisional, (Jakarta: Ciptat Press, 2002), hal. 61', *UINFAS Bengkulu*, pp. 37–41.
- Daud (2016) 'konseling realitas mereduksi stress', *Repository UIN Raden Fatah Palembang*, pp. 1–23.
- Distina, P.P. (2019) 'Pengembangan Dimensi Psychological Well-Being Untuk Pengurangan Risiko Gangguan Depresi', *Mawa'Izh: Jurnal Dakwah Dan Pengembangan Sosial Kemanusiaan*, 10(1), pp. 39–59. Available at: <https://doi.org/10.32923/maw.v10i1.768>.
- Engel (2019) 'Repository Stain Kudus', *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*, pp. 9–43.
- Eni (2020) 'Defenisi kemandirian', *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., (Mi), pp. 5–24.
- Fairus (2018) 'Metope', *Oxford Art Online*, pp. 31–38. Available at: <https://doi.org/10.1093/gao/9781884446054.article.t057475>.
- Fathimatuzzahroh (2020) 'Pengaruh Dzikir Ratib Al Haddad terhadap Psychological well being pada Jamaah Majelis Al- Awwabien Palembang Darussalam', *IAIN Kudus*, pp. 7–22.
- Firdaus, N, R. (2018) 'Hubungan Antara Father Involvement Dan Kemandirian Pada Remaja', 53(9), pp. 1689–1699.
- Habsy, B.A. (2021) *Panorama teori-teori konseling modern dan post modern*.
- Handayani, P. (2018) 'TEKNIK PENELITIAN 1 (KERANGKA KONSEP, VARIABEL, DEFINISI ISTILAH)', *Kerangka Konsep, Variabel, Definisi Istilah*, 1, pp. 1–19.
- Irawan, Y. (2016) 'Perbedaan Kemandirian Remaja Ditinjau dari Data Demografi (Turunan dan Jenis Kelamin)', *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), pp. 1689–1699.
- Khumaerah, N. (2015) 'Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling MENINGKATKAN KEMANDIRIAN BELAJAR SISWA', 1(1), pp. 125–132.
- Kozma, belle dan williams (2017) 'kemandirian belajar', *UIN SUSKA*, pp. 8–29.
- Mariyanti (2019) 'Hubungan antara kesejahteraan psikologis dan penyesuaian diri terhadap stress akademik pada mahasiswa baru', *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), pp. 1689–1699.
- Mimi Deviana, Tri Umari, K.K. (2023) 'Kesejahteraan Psikologis (Psychological Well-Being) Remaja', *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 5 Nomor 1(2010), pp. 3463–3468.
- MK, A. (2014) 'Perilaku Merokok pada Santri Remaja Ditinjau dari Planned Behavior Theory', *Etheses IAIN Kediri*, 1(2007), pp. 11–47.
- Perdianto (2021) 'Hubungan Berpikir Kritis dengan Kemandirian Pengambilan Keputusan Studi Lanjut Siswa Kelas XII SMAN 3 Kota Jambi', p. (Doctoral

- Dissertation, Universitas Jambi).
- Purba, A. (2022) 'layanan bimbingan realitas sebagai alat sarana untuk mengurangi gejala psikologis pada para santri yatim', *Repository UINSU*, pp. 11–27.
- Putri, N.S. (2019) 'Konseling Kelompok dengan Terapi Realita dalam Menurunkan Prokrastinasi Akademik', *KONSELI: Jurnal Bimbingan dan Konseling (E-Journal)*, 6(1), pp. 49–56. Available at: <https://doi.org/10.24042/kons.v6i1.4195>.
- Putri, S.I.N. *et al.* (2019) 'Pengaruh Rekrutmen Dan Komitmen Organisasi Terhadap Kinerja Karyawan Pada Pt. Budi Raya Perkasa', *Jurnal maznajemen*, 5(1), pp. 71–80.
- RAHMATUL, Q. (2021) 'Peran Guru Bimbingan Dan Konseling Dalam Meningkatkan kemandirian Belajar Peserta Didik Di Smp Islam El-Syihab Bandar Lampung'. Available at: <http://repository.radenintan.ac.id/15758/>.
- Sa'diyah, R. (2017) 'Pentingnya Melatih Kemandirian Anak', *Kordinat: Jurnal Komunikasi antar Perguruan Tinggi Agama Islam*, 16(1), pp. 31–46. Available at: <https://doi.org/10.15408/kordinat.v16i1.6453>.
- Santoso, A.P. (2022) 'Pengaruh kemandirian belajar terhadap hasil belajar siswa pada mata pelajaran informatika di kelas VII SMP Negeri 1 Sungai Tebelian Kabupaten Sintang', pp. 1–23.
- Saribulan, Thalib, S.B. and Buchori, S. (2023) 'PENERAPAN KONSELING NARATIF UNTUK MENINGKATKAN KEMANDIRIAN BELAJAR SISWA DI SMA NEGERI 1 KONTUNAGA', *Psikologi Revolusioner*, 7(12), pp. 1–10.
- Stocks, N. (2016) 'Efektivitas Strategi Self Regulated Learning untuk Meningkatkan Kemandirian Santri di Pondok Pesantren Al-Mizan Muhammadiyah Lamongan', 2(2), pp. 1–23.
- Sugiyono (2019) 'Uji Instrumen', *Metodologi penelitian kuantitatif*, 1(69), pp. 5–24.
- Sukma, M. (2015) 'Lembaga Pendidikan Pembentukan Karakter', *Al-Tadzkiyyah: Jurnal Pendidikan Islam*, 8, pp. 85–103.
- Suratmin (2022) 'Strategi Kemandirian Santri Pondok Pesantren Miftahul Huda Sambi Boyolali', pp. 1–26. Available at: https://eprints.ums.ac.id/104454/11/NASKAH_PUBLIKASI%2820%29.pdf.
- Syaiful, I.A. and Sariyah, S. (2018) 'Konstruksi Konsep Kesejahteraan Psikologi (Psychological Well Being) Pada Wirausahawan Kecil Menengah : Sebuah Studi Kualitatif', *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(1), pp. 28–57.
- Tanjung, E.A.S. (2018) 'Studi Identifikasi Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Psychological Well-Being Pada Lansia Di Panti Jompo Yayasan Guna Budhi Bakti Medan', *Universitas Medan Area [Preprint]*.
- Tina, S.& (2017) 'membentuk karakter mandiri dan disiplin santri', *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), pp. 8–24.
- Ulfah, S.Z. (2019) 'Kerangka Teori Konseling Realitas', *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), pp. 1689–1699.
- Widiyanti, S.D. and Wiyono, B.D. (2022) 'Efektivitas Konseling Kelompok Realita Untuk Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar Siswa', *Jurnal BK UNESA*, 12(4), pp. 1014–

1022.

Zaini Miftach (2018a) ‘Hubungan antara Interaksi Sosial dengan Kemandirian pada Santri Pondok Pesantren’, pp. 53–54.

Zaini Miftach (2018b) ‘konseling realitas dalam kecemasan’, pp. 53–54.

Zyra, S.N., Alamsyah, T.P. and Yuliana, R. (2022) ‘Penggunaan E-Learning Berbasis Edmodo Terhadap Hasil Belajar Kelas 4 Sekolah Dasar’, *Jurnal PGSD: Jurnal Ilmiah Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 15(2), pp. 97–106. Available at: <https://doi.org/10.33369/pgsd.15.2.97-106>.



UNIVERSITAS PENDIDIKAN MANDALIKA
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN DAN PSIKOLOGI
Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling

Gedung Dwitiya Lt.3. Jln Pemuda 59A Mataram-NTB 83125 Tlp (0370) 638991

e-mail: realita@undikma.ac.id; web: e-journal.undikma.ac.id

PEDOMAN PENULISAN

1. Naskah merupakan hasil penelitian, pengembangan atau kajian kepustakaan di bidang pendidikan, pengajaran, pembelajaran, bimbingan dan konseling, dan Psikologi
2. Naskah merupakan tulisan asli penulis dan belum pernah dipublikasikan sebelumnya dalam jurnal ilmiah lain,
3. Naskah dapat ditulis dalam Bahasa Indonesia atau Bahasa Inggris.
4. Penulisan naskah mengikuti ketentuan sebagai berikut:

Program	MS Word	Margin kiri	3.17 cm
Font	Times New Roman	Margin kanan	3.17 cm
Size	12	Margin atas	2.54 cm
Spasi	1.0	Margin bawah	2.54 cm
Ukuran kertas	A4	Maksimum	20 halaman
5. Naskah ditulis dengan **sistematika** sebagai berikut: Judul (huruf biasa dan dicetak tebal), nama-nama penulis (tanpa gelar akademis), instansi penulis (program studi, jurusan, universitas), email dan nomor telpon penulis, abstrak, kata kunci, pendahuluan (tanpa sub-judul), metode penelitian (tanpa sub-judul), hasil dan pembahasan, simpulan dan saran (tanpa sub-judul), dan daftar pustaka.

Judul secara ringkas dan jelas menggambarkan isi tulisan dan ditulis dalam huruf kapital. Keterangan tulisan berupa hasil penelitian dari sumber dana tertentu dapat dibuat dalam bentuk catatan kaki. Fotocopy halaman pengesahan laporan penelitian tersebut harus dilampirkan pada draf artikel.

Nama-nama penulis ditulis lengkap tanpa gelar akademis.

Alamat instansi penulis ditulis lengkap berupa nama sekolah atau program studi, nama jurusan, nama perguruan tinggi, kabupaten/kota, dan provinsi. Penulis yang tidak berafiliasi pada sekolah atau perguruan tinggi dapat menyertakan alamat surat elektronik/email

Abstrak ditulis dalam 2 (dua) bahasa: Bahasa Inggris dan Bahasa Indonesia. Naskah berbahasa Inggris didahului abstrak berbahasa Indonesia. Naskah berbahasa Indonesia didahului abstrak berbahasa Inggris. Panjang abstrak tidak lebih dari 200 kata. Jika diperlukan, tim redaksi dapat menyediakan bantuan penerjemahan abstrak kedalam bahasa Inggris.

Kata kunci (key words) dalam bahasa yang sesuai dengan bahasa yang dipergunakan dalam naskah tulisan dan berisi 3-5 kata yang benar-benar dipergunakan dalam naskah tulisan.

Daftar Pustaka ditulis dengan berpedoman pada Pedoman Penulisan Karya Ilmiah Universitas Pendidikan Mandalika.

**JURNAL
REALITA**

**VOLUME
10**

**NOMOR
1**

**EDISI
April 2025**

**P ISSN : 2503 - 1708
E ISSN : 2722 - 7340**



Alamat Redaksi:

Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Universitas Pendidikan Mandalika
Gedung Dwitiya, Lt. 3 Jalan Pemuda No. 59A Mataram
Telp. (0370) 638991
Email : realita@undikma.ac.id
Web : e-journal.undikma.ac.id

ISSN 2722-7340

