



## Keefektifan Konseling Kelompok Dengan Teknik *Strength Bombardment* Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Pasca Pandemi Pada Mahasiswa

Adetea Juliza. H\*, Suryati, Hartika Utami Fitri   
Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang, Indonesia

Corresponding Author:  [Adeteajuliza26@gmail.com](mailto:Adeteajuliza26@gmail.com)

### ABSTRACT

#### ARTICLE INFO

##### Article history:

Received  
May 29, 2023  
Revised  
June 21, 2023  
Accepted  
June 21, 2023

This research examines "the effectiveness of group counseling using the strength bombardment technique to increase post-pandemic learning motivation in college students". This study aims to describe the level of learning motivation of students in the Islamic guidance and counseling study program, and to help students with low learning motivation. This study used a quasi-experimental method with a total population of 139 people and a sample of 34 respondents. Sampling using purposive sampling technique, with a total of 12 respondents. Data collection techniques using questionnaires and documentation. The data analysis technique used the Wilcoxon test with the help of SPSS version 23. The results showed that the post-pandemic level of student learning motivation was in the moderate category of 74%, and the results of the Wilcoxon test showed a Z score (-3,088) with a value of  $0.002 < 0.05$ . It can be concluded that  $H_a$  is accepted and  $H_0$  is rejected, so that the implementation and application of group counseling using the strength bombardment technique is effective for increasing post-pandemic learning motivation in students.

**Key words:** *Strength Bombardment Technique, Learning Motivation, Post-Pandemic*

#### How to cite

H, A. J., Suryati, Fitri, H. U (2023). Keefektifan Konseling Kelompok Dengan Teknik Strength Bombardment Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Pasca Pandemi Pada Mahasiswa. *Journal of Society Counseling*. 1(2).

#### Journal Homepage

<https://journal.scidacplus.com/index.php/josc>

This is an open access article under the CC BY SA license

<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>

#### Published by

ScidacPlus

### PENDAHULUAN

Melandainya kasus COVID-19 (*Corona Virus Disease 2019*) di tahun 2022 membuat masyarakat dapat merasakan kehidupan normal kembali, namun dengan perubahan perilaku yang baru untuk mengantisipasi terpaparnya virus COVID-19 dalam menjalani kehidupan aktivitas sehari-hari, yang disebut dengan kehidupan new normal. Pola kehidupan *new normal* tersebut dapat dijalankan dengan melaksanakan kewajiban mematuhi protokol kesehatan dalam kehidupan sehari-hari, seperti mencuci tangan, menjaga jarak, dan menghindari kerumunan. Hal tersebut sesuai dengan surat edaran Nomor 20 Tahun 2022 tentang Protokol kesehatan pada pelaksanaan kegiatan berskala besar dalam masa pandemi *Corona Virus Disesase 2019* (COVID-19). Kehidupan *new normal* yang disertai melandainya kasus COVID-19 juga membuat pemerintah kembali mengizinkan sistem pembelajaran tatap muka yang dua tahun belakangan dilaksanakan

secara daring atau *online*. Hal tersebut sesuai dengan hasil keputusan empat Menteri yang memberikan efek yang cukup berpengaruh pada dunia pendidikan, terutama dalam pelaksanaan perubahan pembelajaran dari masa pandemi ke masa pasca pandemi. Mahasiswa yang sebelumnya terbiasa melaksanakan pembelajaran secara daring, kemudian berubah menjadi luring sesuai dengan edaran pemerintah akan memunculkan berbagai macam dampak, baik itu dampak positif maupun negatif.

Dampak positif yang dapat dirasakan terletak pada kondusifnya ruang lokal atau kelas pada saat pelaksanaan jam pelajaran, meningkatnya prestasi akademik, lebih mudah memahami materi karena terfokus terhadap pembahasan pelajaran, dan sebagainya. Pada sisi lain, terdapat juga dampak atau permasalahan terhadap pelaksanaannya, karena mahasiswa sulit untuk beradaptasi kembali dengan lingkungannya. (Lohr et al. 2021) menyarankan agar siswa menjadi lebih terlibat secara kognitif, dan karena itu belajar lebih baik, ketika mereka beralih dari pasif ke aktif, dari aktif ke konstruktif dan dari konstruktif ke kegiatan interaktif, apa yang dikenal sebagai kerangka pembelajaran digital ICAP (*interactive > constructive > active > passive*). Namun, karena kegiatan pembelajaran digital yang konstruktif dan interaktif membutuhkan lebih banyak waktu dan upaya oleh guru, yang terjadi pada akhirnya adalah prioritas kegiatan pembelajaran digital pasif, mengetahui bahwa ini adalah kegiatan yang kurang bermanfaat bagi siswa. Situasi paradoks ini sama dengan lingkungan belajar non-digital: meskipun otoritatif, non-interaktif, pengajaran resitasi tidak mengarah pada manfaat pembelajaran yang substansial (Mehan, 2013). Permasalahan yang dialami dapat terlihat dari gejala depresi dan kecemasan yang bervariasi yang menyebabkan turunnya motivasi belajar (Carolina, Azizah, Sholihah, Rosyidah & Purwanti, 2022). Hal ini sejalan dengan penelitian Febriady Huta Uruk yang menyatakan bahwa proses pembelajaran daring menimbulkan kejenuhan dan menurunnya motivasi belajar (Uruk, 2021).

Motivasi siswa untuk belajar dapat dikategorikan secara luas menjadi dua jenis berdasarkan sejauh mana tujuan tersebut didukung secara otonom: intrinsik dan ekstrinsik. Motivasi intrinsik akan dipupuk dalam lingkungan yang mendukung tiga kebutuhan psikologis dasar: otonomi (kemauan yang dirasakan oleh diri sendiri), kompetensi (Kemajuan yang dirasakan) dan *relatedness* (perasaan mutualitas kepedulian dengan individu dan masyarakat) (Deci & Ryan, 2000). Bentuk intrinsik dan otonom dari motivasi ekstrinsik, secara kolektif disebut 'motivasi otonom', memberikan serangkaian hasil positif untuk kreativitas (Deci & Ryan, 2000), kesejahteraan psikologis (Bailey & Phillips, 2016) dan keterlibatan kinerja akademik (Taylor et al., 2014). Sebaliknya, bentuk motivasi ekstrinsik yang kurang otonom, yang secara kolektif disebut 'motivasi terkontrol', menghasilkan penurunan prestasi dan kesejahteraan serta berkurangnya ketekunan dalam tugas-tugas akademik (Ryan & Deci, 2017). Motivasi merupakan bentuk dorongan internal dan eksternal yang menyebabkan individu berbuat dan bertindak untuk mencapai suatu tujuan. Motivasi belajar dapat bersumber dari dalam dan luar diri individu. Faktor intrinsik, berupa keinginan dan hasrat untuk berhasil dan didorong dengan kebutuhan akan belajar. Sedangkan faktor ekstrinsiknya berupa pemberian penghargaan, terciptanya lingkungan belajar yang kondusif, serta suasana pembelajaran yang menarik, dan pemberian penguatan yang positif (Uno, 2023). *Peer group* adalah suatu sistem pemberian dan penerimaan bantuan dengan rasa hormat, tanggung jawab bersama, dan kesepakatan bersama yaitu melalui dukungan, persahabatan, empati, saling berbagi, dan saling memberi bantuan (Nasution, 2018). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Buhrmester yang dikuatkan oleh Nickerson dan Nagle dalam jurnal *wardah* menunjukkan bahwa seseorang yang berperan penting dalam kehidupan selain keluarga ialah kelompok teman sebaya, karena pada masa remaja kepercayaan dan komunikasi

terhadap orang tua berkurang, karena beralih pada teman sebaya untuk memenuhi kebutuhan akan keakraban dan kelekatan diantara mereka (Noviza, 2011).

Hasil observasi dan wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang, menunjukkan terdapat mahasiswa yang mengalami penurunan motivasi didalam dirinya untuk mengikuti pembelajaran secara tatap muka, hal tersebut dapat dilihat dari ciri-ciri motivasi rendah, yakni (1) kurangnya rasa bertanggung jawab terhadap perkuliahan, meliputi tugas yang diberikan, dan sebagainya yang menyebabkan ketidakberhasilannya, (2) sulit berkonsentrasi dalam menyelesaikan tugas, mudah terlena dan menyebabkan tugas tidak terselesaikan tepat pada waktunya, (3) menunda waktu, yakni mengerjakan tugas dengan batas waktu yang sudah dekat, sehingga tugas tidak terselesaikan dengan maksimal, (4) belum memiliki tujuan akan pembelajaran yang diikuti, sehingga diri tidak merasa tertantang dalam menyelesaikan tugas (Sardiman, 2014).

Solusi yang dapat digunakan dalam meningkatkan motivasi belajar pasca pandemi pada mahasiswa ialah pelaksanaan konseling kelompok dengan menggunakan teknik strength bombardment. Konseling kelompok dapat menjadi salah satu layanan yang dapat membantu individu yang sedang menghadapi permasalahan dengan teknik tertentu, salah satunya ialah strength bombardment, yang merupakan salah satu cara untuk memberikan penguatan pada anggota kelompok yang mengalami permasalahan, sehingga memunculkan penguatan untuk diri sendiri yang disebut afirmasi diri. Individu yang dapat menginternalisasikan penguatan serta merubah gambaran terhadap diri sendiri menjadi lebih baik dapat digunakan sebagai kekuatan dalam menangani beragam macam permasalahan terhadap situasi, dan sebagainya yang sedang dialami atau mungkin ditemui di masa yang akan datang (Erford, 2016).

Kegunaan dari dilaksanakannya penelitian ini ialah secara teoritis, hasil penelitian yang dilakukan ini diharapkan bisa memberikan sumbangsi pemikiran dalam upaya pengembangan program studi Bimbingan dan Penyuluhan Islam, informasi bagi Fakultas Dakwah dan Komunikasi, serta dapat menjadi sumber rujukan bagi penelitian yang akan dilakukan selanjutnya. Selain itu, diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan edukatif (pembelajaran) bagi para insan akademis, terutama konselor atau penyuluh. Dan secara praktis, bagi penulis sendiri yakni untuk menambah serta meningkatkan pengetahuan, selain itu pula untuk memperluas wawasan keilmuan pada bidang ilmu bimbingan dan penyuluhan Islam, dan bagi program studi Bimbingan Penyuluhan Islam yakni sebagai sumbangsih dalam terwujudnya inovasi lain untuk meningkatkan motivasi diri mahasiswa dalam melakukan pembelajaran, baik melalui tatap muka atau daring.

Tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini ialah untuk mengetahui tingkat motivasi belajar pasca pandemi pada mahasiswa Bimbingan Penyuluhan Islam tahun 2020, dan untuk mengetahui keefektifan konseling kelompok dengan teknik strength bombardment untuk meningkatkan motivasi belajar pasca pandemi pada mahasiswa.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis eksperimen semu. Pendekatan kuantitatif yakni suatu pendekatan yang digunakan untuk meneliti populasi maupun sampel tertentu, kemudian data dikumpulkan menggunakan instrumen penelitian, dan dianalisis menggunakan angka-angka atau statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2019). Penelitian ini akan dilakukan di Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang yang beralamat di Jalan. Prof. K. H. Zainal Abidin Fikri No. 03, RW. 05,

Pahlawan, Kecamatan. Kemuning, Kota Palembang, Sumatera Selatan. Penelitian ini memiliki dua variabel, variabel X ialah konseling kelompok dengan teknik *strenght bombardment*, dan variabel Y ialah motivasi belajar pasca pandemi pada mahasiswa Bimbingan Penyuluhan Islam. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Bimbingan Penyuluhan Islam angkatan 2020 yang berjumlah 139 orang. Dalam menentukan sampel, dihitung menggunakan rumus Slovin, dengan presisi 15% dari total populasi yang berjumlah 139 orang, dapat diperoleh jumlah sampel sebanyak 34 orang setelah dilakukan pembulatan. Teknik pengumpulan data yang digunakan oleh penulis dalam penelitian ini terdiri atas beberapa metode, yakni angket dan dokumentasi. Teknik analisis data yang digunakan ialah statistik non-parametris, sering juga disebut dengan *distribution free* atau bebas distribusi, uji yang digunakan pada penelitian ini adalah *Wilcoxon Signed Rank Test* karena mengukur signifikansi perbedaan antara dua populasi yang didasarkan pada sampel-sampel dengan bantuan SPSS (*Statistical Statistical Package For Sosial Sciences*) 23 for Windows.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, dapat diketahui bahwa tingkat motivasi belajar mahasiswa berada pada kategori sedang. Data mengenai tingkat motivasi belajar terbagi menjadi tiga kategori, yakni kategori tinggi sebanyak 4 mahasiswa dengan persentase 12%, kategori sedang sebanyak 25 mahasiswa dengan persentase 74%, dan kategori rendah sebanyak 5 orang dengan persentase 14%. Hal tersebut dikarenakan beberapa faktor, baik faktor internal maupun eksternal.

Faktor internal yang dialami berupa rasa percaya diri di dalam diri individu, serta tidak terdapat tujuan yang jelas dalam melakukan kegiatan belajar. Hal tersebut sejalan dengan pendapat Asy'ari dalam Nur Fauziyatun, yang mengatakan bahwa motivasi belajar merupakan suatu usaha yang dilakukan oleh orang agar mencapai tujuannya. Sedangkan, salah satu faktor eksternalnya ialah keluarga yang kurang mendukung dan kurang memberikan kepedulian terhadap perkembangan dan kegiatan yang dilakukan oleh individu, sehingga mereka tidak mendapatkan dorongan untuk belajar dari orang terpenting dalam hidupnya.

Hal tersebut sejalan dengan pendapat Purwanto dalam Nur Fauziyatun yang mengatakan bahwa keadaan serta suasana yang ada didalam keluarga yang bermacam-macam turut menentukan perkembangan serta pencapaian anak-anak dalam belajar. Termasuk dalam keluarga ini, tersedia atau tidak tersedia fasilitas yang diperlukan untuk belajar oleh anak juga turut memegang peran yang penting juga. Menurut Catur Fathonah, proses belajar yang dipengaruhi oleh keluarga bentuknya berupa cara didikan orang tua, pola pengasuhan serta hubungan keakraban antar anggota keluarga, budaya yang dimiliki keluarga, serta keadaan sosial. Motivasi belajar yang rendah dalam diri individu menunjukkan urgensi untuk meningkatkannya, agar motivasi belajar dapat meningkat sesuai dengan tujuan yang diharapkan. Dalam upaya tersebut, hendaknya mengenali terlebih dahulu penyebab yang ada, sebagai tolak ukur untuk mengalami perubahan.

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan uji wilcoxon untuk mengetahui perbedaan sebelum dan setelah diberikan perlakuan terhadap mahasiswa Bimbingan Penyuluhan Islam yang dijadikan responden. Hasilnya menunjukkan bahwa terdapat perbedaan sebelum dan setelah diberikan perlakuan dengan mean 55,92 menjadi 58,08. Dengan hasil Z skor uji wilcoxon yakni -3.088 dengan nilai  $0,002 > 0,05$  yang menunjukkan bahwa konseling kelompok dengan teknik *strength bombardment* efektif untuk meningkatkan motivasi belajar pasca pandemi pada mahasiswa.

Motivasi belajar yang rendah dalam diri individu menunjukkan urgensi untuk meningkatkannya, agar motivasi belajar dapat meningkat sesuai dengan tujuan yang diharapkan. Dalam upaya tersebut, hendaknya mengenali terlebih dahulu penyebab yang ada, sebagai tolak ukur untuk mengalami perubahan.

Dalam membantu meningkatkan motivasi belajar, peneliti memberikan treatment berupa konseling kelompok, yang dilakukan selama beberapa kali pertemuan, dan dengan mahasiswa yang memiliki kriteria tertentu untuk diberikan treatment tersebut. Teknik strength bombardment efektif diberikan untuk meningkatkan motivasi belajar, karena bersifat memberikan penguatan berupa afirmasi ke dalam diri individu.

Hal tersebut sejalan dengan pendapat Steele yang menyatakan bahwa premis yang mendasar dari penggunaan teknik strength bombardment ialah persepsi tentang diri, suasana perasaan, serta gambaran tentang diri bisa menjadi lebih baik jika klien menerima komunikasi dari orang lain yang bersifat kekuatan, kemudian mengimplementasikan kata-kata yang diterima tersebut ke dalam dirinya sendiri, untuk dijadikan kekuatan batin. Konseling kelompok dengan teknik strength bombardment akan membantu individu untuk meningkatkan motivasi di dalam diri.

Konseling kelompok dengan teknik strength bombardment akan membantu individu untuk meningkatkan motivasi di dalam diri. Teknik strength bombardment disebut sebagai teknik afirmasi diri. Dalam menerapkan afirmasi diri, klien diminta untuk memikirkan peristiwa yang berhasil dilalui oleh klien di masa lalu. Setelah itu, bantu klien dalam mengidentifikasi dan mengumpulkan kekuatan yang dimiliki serta kesuksesan yang dilalui.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan 2 poin yang menjadi tujuan, yakni tingkat motivasi belajar pada mahasiswa Bimbingan Penyuluhan Islam pasca pandemi berada dalam kategori sedang dari total 34 orang. Kategori untuk melihat motivasi belajar terdiri dari tiga tingkatan, yakni kategori tinggi, sedang, dan rendah. Kategori tinggi dalam penelitian ini memiliki persentase 12%, kategori sedang memiliki persentase 74%, dan kategori rendah memiliki persentase 15%. Dan penerapan konseling kelompok dengan teknik strength bombardment efektif untuk meningkatkan motivasi belajar pasca pandemi pada mahasiswa dengan hasil Z skor = -3,088. Dalam penelitian ini, peneliti memberikan saran kepada peneliti selanjutnya yang tertarik dengan topik motivasi belajar dapat dilakukan menggunakan teknik yang lain dan berkaitan dengan konseling, untuk mengetahui lebih mendalam hasil dari variabel motivasi belajar yang lain, sehingga dapat membuat rujukan baru dalam bidang keilmuan.

## **REFERENSI**

- Bailey, T. H., & Phillips, L. J. (2016). The influence of motivation and adaptation on students' subjective well-being, meaning in life and academic performance. *Higher education research & development*, 35(2), 201-216. <https://doi.org/10.1080/07294360.2015.1087474>
- Carolina, N., Azizah, S. N., Sholihah, L. M. N., Rosyidah, U., & Purwanti, P. (2022, August). Analisis Pengaruh Transisi Pembelajaran Jarak Jauh ke Pembelajaran Tatap Muka terhadap Kesehatan Mental Pelajar Pasca Pandemi Covid-19. In *Seminar Nasional Psikologi UAD* (Vol. 1). [Google Scholar](#)
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological inquiry*, 11(4), 227-268. [https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104\\_01](https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01)

- Erford, B. (2016). T. 40 Teknik yang Harus Diketahui Setiap Konselor Edisi Kedua. [Google Scholar](#)
- Kurnanto, M, E. (2013). *Konseling Kelompok*. *Apress*. [OneSearch](#)
- Lohr, A., Stadler, M., Schultz-Pernice, F., Chernikova, O., Sailer, M., Fischer, F., & Sailer, M. (2021). On powerpointers, clickerers, and digital pros: Investigating the initiation of digital learning activities by teachers in higher education. *Computers in Human Behavior*, 119, 106715. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.106715>
- Lubis, N. L., Hasnida, (2016). *Konseling kelompok*. *Jakarta : Kencana*. [OPAC](#)
- Mehan, H. (1979). *Learning lessons: Social organization in the classroom*. Harvard University Press. <https://doi.org/10.4159/harvard.9780674420106>
- Nasution, N. C. (2018). Dukungan Teman Sebaya Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar. *Al-Hikmah: Jurnal Dakwah*, 12(2), 159-174. <https://doi.org/10.24260/al-hikmah.v12i2.1135>
- Noviza, N. (2011). Konseling teman sebaya (peer counseling) suatu inovasi layanan bimbingan konseling di perguruan tinggi. *Wardah*, 12(1), 83-98. <https://doi.org/10.19109/wardah.v12i1.213>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. Guilford publications. <https://doi.org/10.1521/978.14625/28806>
- Sardiman, A. M. (2014). *Interaksi & Motivasi Belajar Mengajar (cetakan ke 22)*. *Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada*. [Google Scholar](#)
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. *Bandung: Alfabeta*. [OPAC](#)
- Taylor, G., Jungert, T., Mageau, G. A., Schattke, K., Dedic, H., Rosenfield, S., & Koestner, R. (2014). A self-determination theory approach to predicting school achievement over time: The unique role of intrinsic motivation. *Contemporary educational psychology*, 39(4), 342-358. <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2014.08.002>
- Uno, H. B. (2023). *Teori motivasi dan pengukurannya: Analisis di bidang pendidikan*. Bumi Aksara. [Google Scholar](#)
- Uruk, F. H. (2021). Menguak Kondisi Motivasi Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 1(10), 2227-2234. <https://doi.org/10.47492/jip.v1i10.451>

---

**Copyright Holder :**

© H, A. J., Suryati, Fitri, H. U (2023).

**First Publication Right :**

© Journal of Society Counseling

**This article is under:**

