



Model Konseling Islami Berbasis Neuro-Linguistic Programming sebagai Media Dakwah dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa MAN 16 Jakarta

Fathimah Zahra Aulia^{1*}, Mu'minatul Zanah² & Fathin Anjani Hilman³

¹²³UIN Sunan Gunung Djati, Bandung

*fazahr21@gmail.com

ABSTRACT

The low motivation of students, reflected in lack of concentration and disruptions during learning, can influence their career choices and future goals. This study applies Individual Counseling with Neuro Linguistic Programming (NLP) at MAN 16 Jakarta to enhance students' learning motivation. The research aims to comprehend the individual counseling program through NLP, its implementation process, and its impact on students' learning motivation. This approach adopts the perspectives of John Grinder and Richard Bandler on NLP as a study of the interaction between the brain, language, and actions to achieve life goals. A descriptive qualitative method is employed, utilizing data collection through unmodified observations and interviews. The research findings indicate that individual counseling with NLP has a significant positive impact not only on learning motivation but also on changes in students' attitudes and thought patterns.

Keywords : *Individual Counseling, Neuro-Linguistic Programming, Learning Motivation*

PENDAHULUAN

Tujuan pendidikan seharusnya mempersiapkan individu untuk cakap dalam kehidupannya di tengah seluruh perubahan dan kemungkinan perkembangan zaman. (Chodijah, 2016:130). Salah satu komponen penting dalam dunia pendidikan ialah proses belajar mengajar, dimana proses pembelajaran yang efektif membantu siswa mencapai tujuan pendidikan, mengembangkan keterampilan, dan meraih prestasi yang lebih baik. Keefektifan kegiatan belajar agar siswa mampu mencapai tujuan

pendidikan dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah motivasi.

Dalam kamus besar bahasa Indonesia, motivasi adalah dorongan yang timbul pada diri seseorang secara sadar atau tidak sadar untuk melakukan suatu tindakan dengan tujuan tertentu (Moeliono, 2005:759). Menurut Mc Donald, motivasi adalah perubahan energi dalam diri (pribadi) seseorang yang ditandai dengan munculnya *feeling* dan didahului dengan tanggapan terhadap adanya tujuan (Sadirman, 2010:73). Irwanto juga berpendapat bahwa motivasi adalah sebuah penggerak terhadap perilaku. Dari penjabaran diatas, dapat disimpulkan bahwa motivasi belajar adalah pendorong seseorang untuk belajar (Irwanto,1997:193)

Motivasi belajar yang tinggi akan menunjang siswa untuk berprestasi dan meraih tujuan yang ingin dicapainya. Sebaliknya, motivasi belajar yang rendah akan menghambat siswa dalam mencapai tujuan tersebut. Fakta di lapangan mengatakan bahwa terdapat beberapa siswa yang motivasi belajarnya rendah. Hal ini didasarkan pada fenomena data yang diperoleh dari observasi awal dan wawancara dengan salah satu wali kelas XII MAN 16 Jakarta, bahwa sebanyak dua siswa memiliki motivasi belajar yang rendah, ditandai dengan tidak mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru, tidak memperhatikan pelajaran yang disampaikan oleh guru, dan tidak fokus dalam proses pembelajaran. Motivasi belajar yang rendah inilah sudah seharusnya ditangani dengan oleh tenaga pendidik agar tujuan dari pembelajaran dapat tercapai secara maksimal, salah satu caranya yaitu dengan layanan konseling.

Konseling merupakan rangkaian pertemuan antara konselor dengan klien. Dalam pertemuan itu konselor membantu klien mengatasi kesulitan-kesulitan yang dihadapi. Tujuan konseling adalah untuk membantu individu agar menginterpretasikan kenyataan, mengeksplor agar klien dapat menyesuaikan dirinya, baik dengan diri sendiri maupun dengan lingkungan. Pada prinsipnya, konseling adalah suatu proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh orang yang ahli (guru pembimbing atau konselor) kepada individu yang sedang mengalami suatu masalah, yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi klien. Menurut Nurihsan yang dikutip oleh Sadiah (2017:9), Konseling bertujuan untuk membantu individu melakukan interpretasi terhadap fakta, menjelajahi makna nilai-nilai kehidupan pribadi, baik saat ini maupun di masa depan. Konseling membantu individu mengembangkan kesehatan

mental, sikap, dan perubahan perilaku.

Menurut Robinson yang dikutip oleh Syamsu Yusuf, LN dan A. Juntika Nurihsan (2010:7), bahwa konseling adalah semua bentuk hubungan antara dua orang, di mana seseorang yaitu klien dibantu untuk lebih mampu menyesuaikan diri secara efektif terhadap dirinya sendiri dan lingkungannya. Hubungan konseling bersifat pribadi yang menjadikan konseli nyaman dan terbuka untuk mengungkapkan permasalahan yang terjadi. Dalam prosesnya terdapat berbagai pendekatan dan metode yang digunakan dalam menjalankan konseling individu, salah satunya yaitu dengan pendekatan *Neuro Linguistic Programming* (NLP). NLP merupakan salah satu cara yang membuat seseorang mampu memetakan semua proses yang terjadi dalam otaknya (yang didasarkan pada pengalamannya) dengan memprogram fungsi otak dengan menggunakan bahasa, sehingga individu dapat mengubah aspek luar kehidupannya dengan cara mengubah sikap yang ada dalam pikiran mereka. Penggunaan pendekatan NLP memang belum banyak diterapkan di dunia konseling di Indonesia, atau bahkan penggunaannya dilakukan secara tidak sadar oleh tenaga pendidik bahwa hal tersebut merupakan pendekatan NLP.

Penelitian Prihatiningtia (2020) dengan judul “*Pengaruh Layanan Konseling Individu dengan Teknik Modelling untuk Meningkatkan Motivasi Belajar di SMA Negeri 1 Tambakboyo*”, ditemukan bahwa penerapan konseling individu dengan teknik modelling mampu meningkatkan motivasi belajar pada siswa di SMA Negeri 1 Tambakboyo. Hal ini dapat dibuktikan dengan perubahan yang signifikan antara hasil pretest (20%) dan hasil post-test (80%) terhadap siswa yang telah melakukan konseling individu dengan teknik modelling. Terdapat persamaan dari penelitian ini yaitu keduanya sama-sama berbicara tentang peningkatan motivasi belajar siswa dengan menggunakan konseling individu sehingga terdapat relevansi diantaranya. Hal yang membedakan kedua penelitian ini adalah teknik yang digunakan oleh Prihatiningtia merupakan teknik modelling, sedangkan penelitian ini menggunakan teknik yang terdapat pada metode NLP.

Penelitian Kurniawan (2019) dengan judul “*Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Teknik Cognitive Restructuring (CR) Terhadap Motivasi Belajar Siswa*”, ditemukan bahwa terdapat pengaruh dari layanan konseling kelompok untuk meningkatkan motivasi belajar pada siswa kelas IX IPS 3 SMA Negeri 1 Tawang Sari Sukoharjo. Persamaan penelitian Kurniawan dengan penelitian ini adalah sama-sama membicarakan tentang layanan konseling

untuk meningkatkan motivasi belajar siswa. Hal yang membedakan keduanya adalah penelitian Kurniawan, R. dkk. menggunakan layanan konseling kelompok, sedangkan penelitian ini menggunakan layanan konseling individu.

Penelitian Siraj & Wiryosutomo (2020) dengan judul “*Penerapan Konseling Neuro Linguistic Programming (NLP) untuk Menurunkan Perilaku Perundungan di SMA Wachid Hasyim 2 Sidoarjo*” ditemukan bahwa konseling dengan metode Neuro Linguistic Programming (NLP) efektif dalam menurunkan perilaku perundungan di SMA Wachid Hasyim 2 Sidoarjo. Hal ini dibuktikan dengan terdapatnya perbedaan yang signifikan pada siswa dengan perilaku perundungan sebelum dan sesudah diberikan konseling NLP. Hal yang menjadi relevansi antara penelitian ini dengan penelitian Siraj & Wiryosutomo adalah kedua penelitian ini sama-sama menggunakan metode yang sama yaitu *Neuro Linguistic Programming (NLP)*. Hal yang membedakan penelitian Siraj, M. & Wiryosutomo, H. dengan penelitian ini adalah titik berat fenomena yang dikajinya berbeda. Penelitian Siraj, M. & Wiryosutomo, menitikberatkan pada penurunan perilaku perundungan, sedangkan penelitian ini menitikberatkan pada peningkatan motivasi belajar siswa

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian untuk melakukan konseling individu melalui Neuro-Linguistic Programming untuk meningkatkan motivasi belajar siswa. Lokasi yang digunakan untuk penelitian ini adalah Madrasah Aliyah Negeri (MAN) 16 Jakarta yang terletak di Jl. Kamal Raya No.3 RT.6/RW.2, Tegal Alur, Kecamatan Kalideres, Jakarta Barat, Daerah Khusus Ibukota Jakarta.

Dari latar belakang yang telah dipaparkan diatas maka rumusan masalah yang dapat diambil yaitu pertama, bagaimana program konseling individu untuk menumbuhkan motivasi belajar siswa di MAN 16 Jakarta; kedua, bagaimana proses pelaksanaan konseling individu di MAN 16 Jakarta dengan menggunakan teknik Neuro Linguistic Programming; dan ketiga bagaimana hasil penerapan layanan konseling di MAN 16 Jakarta dengan menggunakan teknik Neuro Linguistic Programming untuk meningkatkan motivasi belajar siswa?

Dalam mendapatkan jawaban atas rumusan masalah diatas, metodologi yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif dengan pendekatan kualitatif dimana metode ini bertujuan untuk menyajikan data secara sistematis, akurat, faktual, dan mendalam tentang

konseling individu dengan teknik NLP untuk meningkatkan motivasi belajar siswa. Data dikumpulkan melalui observasi dan wawancara, kemudian data tersebut didokumentasikan tanpa melakukan perubahan, baik penambahan maupun pengurangan.

LANDASAN TEORITIS

Konseling merupakan sebuah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh dua orang atau lebih dalam keadaan profesional untuk mengentaskan masalah pada seorang individu agar tercapainya perubahan pada diri konseli berupa perubahan sikap, pandangan, keterampilan, yang memungkinkan klien mencapai potensi maksimal dalam dirinya. Konseling adalah usaha membantu konseli secara tatap muka dengan tujuan agar konseli dapat mengambil tanggung jawab sendiri terhadap berbagai persoalan atau masalah khusus (Nurlaela, 2020: 63)

Konseling individu menurut Tolbert yang dikutip oleh Yusuf (2016:49) mengatakan bahwa konseling individual adalah sebagai hubungan tatap muka antara konselor dengan klien, dimana konselor sebagai seseorang yang memiliki kompetensi khusus memberikan suatu situasi belajar kepada klien sebagai seorang yang normal, klien dibantu untuk mengetahui dirinya, situasi yang dihadapi dan masa depan sehingga klien dapat menggunakan potensinya untuk mencapai kebahagiaan pribadi maupun sosial, dan lebih lanjut klien dapat belajar tentang bagaimana memecahkan masalah dan memenuhi kebutuhan di masa depan.

Berdasarkan teori diatas, dapat dikatakan bahwa konseling individu merupakan hubungan tatap muka antara seorang ahli (konselor) dengan klien dalam situasi profesional yang bertujuan untuk membantu memberikan situasi belajar agar klien dapat mencapai perubahan pada dirinya dan mengembangkan potensinya secara maksimal. Dalam hal ini, konselor yang berperan dalam melakukan konseling adalah seorang guru pembimbing dan klien yang berperan dalam penelitian ini adalah siswa yang mengalami motivasi belajar yang rendah.

Wilis (2013: 206) menjelaskan bahwa susunan proses konseling yang dilakukan konselor secara sistematis terbagi menjadi tiga tahap, yaitu tahap awal, tahap pertengahan, dan tahap akhir. Tahap awal (pembukaan) pada tahap ini konselor menciptakan rapport, adanya kontrak, dan menemukan (bersama konseli) masalah atau isu sentral konseli. Tahap pertengahan

(tahap kerja) pada tahap ini konselor membawa konseli untuk meningkatkan partisipasi dan keterbukaan konseli dalam proses konseling, sehingga masalah konseli yang sudah ditemukan akan berkembang dan mengarah kepada tujuan konseling sebagaimana harapan konseli. Tahap akhir (tahap tindakan) pada tahap ini terjadi perubahan perilaku konseli kearah positif, konseli dapat membuat rencana hidup, stres konseli menurun, konseli mengevaluasi proses konseling, dan penutupan sesi oleh konselor atas persetujuan konseli.

Neuro Linguistic Programming (NLP) merupakan sebuah model yang mampu memetakan semua proses yang ada di dalam otak manusia (berdasarkan pada pengalamannya) dengan memprogram fungsi otaknya menggunakan bahasa sehingga individu dapat mengubah aspek luar kehiduannya dengan cara mengubah sikap yang ada dalam pikiran mereka. NLP pertama kali dikembangkan pada tahun 1970-an oleh Richard Bandler dan John Grinder di Universitas Santa Cruz, California. Pada dasarnya, kedua tokoh tersebut mengembangkan NLP berdasarkan pengamatan terhadap psikoterapi yang dilakukan oleh tiga terapis terkemuka pada masanya yaitu Virginia Satir (terapis keluarga), Milton Erickson (hypnotherapist), dan Fritz Perls (terapi Gestalt). NLP tidak hanya mencakup penggunaan bahasa, tetapi juga memperhatikan bagaimana pikiran, bahasa, dan pengalaman berinteraksi untuk membentuk perilaku dan pemikiran seseorang.

Menurut Harris dalam Makarao (2010:6), NLP merupakan keingintahuan, panduan pemikiran, pembelajaran hakikat pengalaman, dan perangkat lunak otak. Menurut Tad dalam Makarao (2010:5), NLP merupakan sebuah model yang menjelaskan bagaimana cara kerja otak agar individu bisa menjadi tuan dan bukan menjadi budaknya. Menurut Makarao (2010:5), secara bahasa *neuro* tertuju pada pikiran dan bagaimana individu mengorganisasikan kehidupan mentalnya. Proses neurologi adalah suatu proses tentang bagaimana manusia dapat menerjemahkan pengalaman-pengalaman yang diterima melalui mekanisme kerja otak ke dalam fungsi fisiologinya. Linguistic adalah bahasa baik verbal maupun nonverbal, dan bagaimana pengaplikasiannya dalam kehidupan. Proses linguistik adalah suatu pola kata-kata yang spesifik yang digunakan untuk menggambarkan suatu konsep atau objek. Sementara itu, *programming* mengacu pada upaya individu untuk belajar cara bereaksi terhadap situasi tertentu dan membentuk pola-pola otomatis atau program-program dalam sistem

neurologi dan bahasa seorang individu. Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa NLP merupakan sebuah model yang memprogram interaksi antara pikiran dan bahasa sehingga dapat menghasilkan pikiran dan perilaku yang diharapkan.

Dilts (2000) dalam Makara (2010:8) mendefinisikan tujuan dari NLP diantaranya adalah membantu manusia berkomunikasi lebih baik dengan diri mereka sendiri, mengurangi ketakutan tanpa alasan, mengontrol emosi negatif, stres, dan kecemasan. Selain itu, NLP membantu manusia menciptakan tujuan positif bagi masa depannya, membantu memformulasikan tujuan khusus dan rencana yang akan memimpin mereka pada masa depan yang lebih baik.

NLP mempunyai beberapa teknik, salah satunya adalah *Swish Pattern*. *Swish Pattern* adalah sebuah teknik yang bertujuan untuk membantu seseorang mengatasi respons perilaku yang tidak diinginkan terhadap stimulus tertentu dengan mengubah submodalities utama. Langkah-langkah penerapan NLP dimulai dari identifikasi perilaku yang akan diubah, kemudian membayangkan gambaran perilaku positif, penilaian dampak perilaku tersebut, penggantian perilaku negatif dengan perilaku positif secara cepat yang kemudian perilaku positif tersebut dapat dinikmati hingga berhasil, dan diakhiri dengan pengulangan dan tes serta koreksi agar NLP dapat diterapkan dengan maksimal. Penerapan teknik *Swish Pattern* dalam NLP dapat membantu individu mengatasi respons perilaku yang tidak diinginkan dengan mengubah submodalitas utama, dan jika dilakukan dengan kesungguhan dan kondisi yang tepat, dapat menghasilkan perubahan positif dalam waktu yang relatif singkat

Motivasi dapat dikatakan sebagai sebuah penggerak bagi individu untuk dapat mendorong individu tersebut melakukan sesuatu. Mc Donald dalam Nashar (2004:9) menjelaskan motivasi belajar adalah suatu perubahan tenaga di dalam diri seseorang yang ditandai dengan timbulnya perasaan dan reaksi untuk mencapai tujuan. Sardiman (2010:73) mendefinisikan motivasi dalam kegiatan belajar sebagai keseluruhan daya penggerak di dalam diri siswa yang menimbulkan kegiatan belajar, yang menjamin kelangsungan dari kegiatan belajar dan yang memberikan arah pada kegiatan belajar itu dapat tercapai. Sedangkan menurut Priansa (2015:133) motivasi belajar adalah perilaku dan faktor-faktor yang mempengaruhi peserta didik untuk berperilaku terhadap proses belajar yang dialaminya. Berdasarkan teori diatas, maka dapat disimpulkan bahwa

motivasi belajar merupakan penggerak atau pendorong dalam diri seorang siswa untuk melakukan kegiatan belajar.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada bagian ini peneliti akan menguraikan hasil penelitian berupa informasi mengenai layanan konseling individu melalui *Neuro Linguistic Programming* untuk meningkatkan motivasi belajar siswa di Madrasah Aliyah Negeri (MAN) 16 Jakarta. Penelitian dilakukan dengan melakukan wawancara dan observasi secara langsung kepada pihak-pihak yang bersangkutan dalam penelitian. Peneliti dapat menemukan poin penting yang dapat menjawab permasalahan yang sudah disampaikan sebelumnya, dengan disusun secara deskriptif sebagai berikut:

MAN 16 Jakarta merupakan lembaga pendidikan setingkat SLTA yang berciri khas Islam. Berdasarkan hasil observasi pada tanggal 7 Agustus 2023, secara geografis MAN 16 Jakarta beralamat di Jalan Kamal Raya 3, RT.6/RW.2, Tegal Alur, Kecamatan Kalideres, Kota Jakarta Barat, Daerah Khusus Ibukota Jakarta. Gedung MAN 16 Jakarta berdekatan dengan Kantor Kelurahan Tegal Alur dan Gedung Pusat Pelatihan Kerja Daerah (PPKD) Jakarta Barat, Provinsi DKI Jakarta.

Penelitian yang dilakukan di MAN 16 Jakarta melibatkan 2 siswa kelas XII jurusan agama dengan motivasi belajar yang rendah dan satu guru konselor/pendamping yang mempraktekkan layanan konseling individu dengan menggunakan teknik NLP. Kondisi motivasi belajar siswa yang rendah tidak semata-merta dipilih secara acak, namun diketahui dengan cara memantau hasil belajar siswa selama beberapa semester. Guru pembimbing yang mempraktekkan layanan konseling individu merupakan wali kelas XII Agama selama 3 tahun.

Program Konseling Individu untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa

Hal yang melatarbelakangi diadakannya konseling individu dengan teknik NLP yaitu didorong oleh sejumlah masalah yang teridentifikasi di lingkungan sekolah. Pertama-tama, keluhan dari para guru mata pelajaran terkait dengan sejumlah siswa yang seringkali kurang fokus dan terlihat mengalami gangguan seperti tertidur atau terlalu sibuk bermain dengan ponsel mereka selama proses pembelajaran. Hal ini jelas menjadi hambatan dalam pencapaian hasil belajar yang baik. Selain itu, masalah lainnya adalah

beberapa siswa yang tampak murung dan memiliki rendahnya rasa percaya diri di sekolah, sehingga menghambat motivasi belajar mereka.

Motivasi belajar merupakan salah satu faktor yang signifikan dalam penentuan jenjang karir siswa kelas XII di masa depan. Meningkatkan motivasi belajar siswa kelas XII pada semester pertama sangat penting karena semester pertama sering kali menentukan hasil akhir mereka di sekolah. Tingkat motivasi belajar dapat memengaruhi kemampuan siswa untuk memenuhi persyaratan masuk perguruan tinggi dan mempersiapkan diri untuk memilih program studi yang sesuai dengan minat dan tujuan karir mereka.

Motivasi merupakan sebuah kekuatan, baik dari dalam maupun dari luar yang mendorong seseorang untuk mencapai tujuan tertentu yang telah ditentukan sebelumnya (Sumantri, 2015:375). Motivasi juga dapat dikatakan sebagai proses transformasi energi yang dapat menggerakkan individu untuk melakukan tindakan tertentu dalam upaya mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Hal ini selaras dengan pendapat Mulyasa (2006:112) bahwa motivasi dapat dikonsepsikan sebagai kekuatan yang mendorong atau menarik individu menuju perilaku tertentu dengan tujuan yang jelas. Motivasi belajar seseorang dinamis dikarenakan banyak faktor yang mempengaruhinya.

Tinggi rendah motivasi belajar dapat terlihat dari sikap yang ditunjukkan siswa pada saat pelaksanaan kegiatan belajar mengajar seperti minat, semangat, tanggung jawab, rasa senang dalam mengerjakan tugas dan reaksi yang ditunjukkan siswa terhadap stimulus yang diberikan guru (Sudjana, 2013:61). Faktor yang mempengaruhi motivasi belajar individu berasal dari dalam (intrinsik) dan dari luar (ekstrinsik) individu itu sendiri. Astrid (2019) mengemukakan bahwa untuk membentuk motivasi belajar akan dipengaruhi dari faktor keinginan yang ada di dalam dirinya sendiri, seperti keinginan untuk berhasil maupun adanya rasa kebutuhan. Juga dipengaruhi faktor dari luar dirinya seperti dari lingkungan dan suasana belajar yang membentuk sebuah keinginan untuk belajar dan mendapatkan ilmu.

Siagian (2004:21) mengemukakan bahwa motivasi intrinsik berasal dari dalam individu yang meliputi kondisi psikis, kesehatan jasmani dan rohani, dan minat belajar. Sedangkan motivasi ekstrinsik dapat berupa perhatian dan lingkungan dari keluarga, keadaan dalam pertemanan, serta situasi dan kondisi lingkungan belajar. Pendapat diatas didukung juga oleh

hasil penelitian Rahmawati (2016) yang menyebutkan bahwa ada enam faktor yang dapat mempengaruhi motivasi siswa dalam belajar yaitu ketertarikan terhadap materi, cita-cita dan kondisi siswa, faktor lingkungan keluarga, peran guru, serta lingkungan berteman.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kondisi motivasi belajar siswa yang rendah dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya adalah faktor intrinsik berupa keinginan untuk mencapai tujuan pembelajaran yang telah ditentukan tidak tertanam dalam diri siswa. Kemudian terdapat faktor ekstrinsik berupa materi yang disampaikan kurang bervariasi dan cenderung membosankan sehingga timbul rasa kantuk yang menyebabkan siswa tertidur selama pelajaran berlangsung. Selanjutnya faktor latar belakang ekonomi juga berperan terhadap motivasi belajar siswa, dimana keluarga dengan latar belakang ekonomi yang menengah kebawah seringkali kurang memerhatikan pendidikan yang baik dan kurang menunjang sarana dan prasarana untuk kegiatan belajar. Hal ini disebabkan oleh keterbatasan yang dimiliki untuk memberikan sarana dan prasarana yang lebih baik.

Pemberian reward atau sanksi juga menjadi salah satu faktor yang berhasil meningkatkan atau bahkan dapat menurunkan motivasi belajar seseorang. Kompri (2016: 289) Reward artinya ganjaran, hadiah, penghargaan, atau imbalan. Reward sebagai alat pendidikan yang diberikan ketika seorang anak menunjukkan perilaku positif atau mencapai suatu tujuan tertentu. Dalam konsep pendidikan, reward merupakan salah satu alat untuk meningkatkan motivasi para peserta didik. Sedangkan punishment diartikan sebagai hukuman atau sanksi (Kompri, 2016: 291). Punishment umumnya diberlakukan ketika tujuan tertentu tidak tercapai atau terdapat perilaku anak yang tidak sejalan dengan norma-norma yang dianut oleh sekolah tersebut.

Bila seseorang diberi reward atas pencapaiannya dalam suatu hal, tentu akan membuatnya merasa dihargai karena telah berjuang. Tetapi apabila seseorang melakukan sebuah kesalahan yang tidak terlalu fatal, namun dikenai hukuman yang tidak setimpal dengan kesalahan yang di perbuatnya, maka hal tersebut dapat menyebabkan pola pikir siswa menjadi negatif, dimana siswa lebih memilih untuk membolos daripada menghadiri pelajaran dengan perasaan yang tidak menyenangkan.

Konseling individu hadir dalam bentuk layanan kepada para siswa agar mereka dapat merubah mindset mereka akan esensi pembelajaran. Konseling individu dengan teknik NLP dalam praktiknya menggunakan

media tatap muka. Tatap muka dapat dianggap sebagai media yang sangat efektif dalam proses konseling individu karena memungkinkan konselor memberikan respon langsung terhadap pernyataan dan pertanyaan siswa, mengamati ekspresi dan reaksi siswa dengan lebih baik, dan menciptakan keterlibatan yang lebih tinggi dengan siswa. Interaksi langsung dalam pertemuan tatap muka menciptakan ruang aman dan terpercaya, sehingga kesempatan untuk diskusi yang lebih dinamis dan produktif, serta pemahaman yang lebih mendalam tentang masalah dan tantangan yang dihadapi siswa terkait dengan kondisi motivasi belajar mereka.

Selain tatap muka, media online dengan menggunakan zoom pada proses konseling individu dengan teknik NLP pernah dilakukan saat kondisi pandemi covid-19. Media online sangat tidak efektif untuk mencapai tujuan dari konseling individu. Maka dari itu, dalam pelaksanaannya media yang digunakan dalam konseling individu dengan teknik NLP adalah tatap muka (*face to face*), dimana siswa memiliki kesempatan untuk berinteraksi langsung dengan konselor secara pribadi, berbicara tentang isu-isu dan hambatan yang mereka hadapi, dan juga bersama-sama menciptakan rencana perbaikan yang bertujuan untuk meningkatkan semangat belajar mereka.

Dalam pelaksanaan konseling individu, tentunya ada materi yang harus disampaikan oleh konselor untuk membantu klien menemukan jalan keluarnya sendiri. Materi yang disampaikan dalam konseling individu dengan teknik NLP adalah materi yang berkaitan dengan pentingnya belajar. Selama ini esensi yang terkandung dari proses menuntut ilmu bukanlah tentang sebuah nilai yang di dapatkan ketika telah menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru, melainkan tentang bagaimana proses dalam mendapatkan nilai tersebut apakah dengan mengasah otak secara sungguh-sungguh, atau dengan bertanya kepada yang lebih mengerti pelajaran, atau secara tidak jujur menyalin dan menjiplak jawaban temannya. Bukan hanya tentang proses yang ditempuh dalam mencapai nilai tersebut, tetapi bagaimana caranya mendapatkan pemahaman yang berkaitan dengan pembelajaran. Pemahaman bahwa bukan hanya sekadar pentingnya mencapai nilai atau prestasi, tetapi lebih pada bagaimana individu menjalani proses belajar tersebut dan sejauh mana mereka dapat menggali pemahaman mendalam dari materi yang dipelajari.

Proses Pelaksanaan Konseling Individu dengan Menggunakan

Teknik NLP

Mengenai tahapan-tahapan dalam pelaksanaan konseling individual, Wilis (2013: 206) menjelaskan bahwa susunan proses konseling yang dilakukan konselor secara sistematis adalah sebagai berikut:

Pertama, tahap awal (pembukaan). Pada tahap ini konselor menciptakan *rappor*t, adanya kontrak, dan menemukan (bersama konseli) masalah atau isu sentral konseli. *Kedua*, tahap pertengahan (tahap kerja). Pada tahap ini konselor membawa konseli untuk meningkatkan partisipasi dan keterbukaan konseli dalam proses konseling, sehingga masalah konseli yang sudah ditemukan akan berkembang dan mengarah kepada tujuan konseling sebagaimana harapan konseli. *Ketiga*, tahap akhir (tahap tindakan). Pada tahap ini terjadi perubahan perilaku konseli ke arah positif, konseli dapat membuat rencana hidup, stres konseli menurun, konseli mengevaluasi proses konseling, dan penutupan sesi oleh konselor atas persetujuan konseli.

Pada penelitian ini proses pelaksanaan konseling individu untuk meningkatkan motivasi belajar siswa menggunakan teknik Neuro Linguistic Programming (NLP), dimana NLP merupakan salah satu teknik yang memberdayakan individu untuk mengambil kendali atas pikiran, kata-kata, dan tindakan terhadap dirinya sendiri. Berdasarkan proses pelaksanaan konseling individu menggunakan teknik NLP yang telah dipaparkan pada pembahasan sebelumnya, terdapat tiga langkah utama, yaitu:

Tahap awal, merupakan tahap dimana konselor membangun hubungan kedekatan dengan konseli (*rappor*t), menggali data mengenai siswa, yang mencakup permasalahan yang mereka hadapi, konteks sosial, lingkungan, serta dinamika keluarganya, bersama dengan tujuan yang ingin mereka raih untuk memahami siswa agar dapat menemukan solusi atas permasalahan siswa bersama dengan konselor. Rogers dalam Lubis (2011:32) memaparkan bahwa konselor lebih banyak berperan sebagai partner konseli dalam memecahkan permasalahannya. Dalam hubungan konseling, konselor lebih banyak memberikan kesempatan pada konseli untuk mengungkapkan segala permasalahan, perasaan, dan persepsinya, kemudian konselor merefleksikan segala hal yang diungkapkan oleh konseli.

Tahap inti, merupakan tahap dimana konselor dan konseli terlibat secara aktif dan kooperatif dalam proses konseling. Konselor harus mampu mengeksplorasi lebih dalam permasalahan konseli dan melakukan

pemodelan terhadap konseli untuk merubah pola pikir atau perbuatan negatif menjadi pola pikir atau perbuatan positif. Pada tahap ini konselor aktif dalam memberikan instruksi kepada konseli dan konseli diharapkan mampu mengikuti instruksi pemodelan yang diberikan konselor agar penggunaan teknik NLP dalam konseling individu berjalan dengan lancar.

Tahap akhir, merupakan tahap dimana mulai terjadinya perubahan pola pikir atau perubahan sikap positif secara perlahan dan bertahap, kemudian konselor melakukan penjangkaran (*anchoring*) terhadap pola pikir positif konseli agar pola pikir negatif tidak mudah kembali menguasai diri konseli. Setelah itu, konselor menutup sesi konseling dengan persetujuan konseli, jika proses konseling dibutuhkan lebih dari satu kali pertemuan, maka konselor melakukan pengamatan lanjutan setelah konseling berakhir sebagai bahan evaluasi pada proses konseling selanjutnya.

Tahap pelaksanaan konseling individu menggunakan teknik NLP yang telah dijabarkan diatas merupakan penggabungan proses konseling individu yang di dalamnya terdapat teknik NLP. Berdasarkan langkah-langkah penerapan teknik NLP dengan metode *swish pattern* yang ditulis oleh Susilo (2021) dalam *neonlp.org*, proses pelaksanaan teknik NLP melalui 12 proses. Pada realitanya, tahapan pelaksanaan teknik NLP di MAN 16 Jakarta tidak sebanyak teori yang dijelaskan karena telah di sederhanakan oleh konselor agar lebih mudah dipahami oleh konseli.

Meskipun demikian, pada intinya penggunaan teknik NLP dalam konseling individu selaras dengan teori yang tercantum dalam *neonlp.org*, dimana teknik NLP bertujuan untuk mengubah pola pikir negatif menjadi pola pikir positif dengan melibatkan visualisasi yang kuat. Dalam proses ini, pola pikir negatif diwakili sebagai objek, warna, atau bentuk dalam pikiran individu. Melalui teknik ini, pola pikir negatif secara simbolis diubah menjadi sesuatu yang lebih positif, yang secara visual membantu individu untuk mengganti persepsi mereka terhadap situasi atau masalah yang mungkin telah menghambat motivasi mereka. Pola pikir negatif yang telah berubah menjadi pola pikir positif kemudian dilakukan penjangkaran untuk memastikan bahwa perubahan ini tidak hanya bersifat sementara, tetapi benar-benar mengakar dalam pikiran individu, sehingga pola pikir negatif tidak mudah menguasai mereka kembali di masa mendatang.

Hal ini selaras dengan pendapat Andreas (dalam Makara, 2010) bahwa NLP merupakan sebuah model yang memprogram interaksi antara pikiran dan bahasa sehingga dapat menghasilkan pikiran dan perilaku yang

diinginkan. NLP mempelajari pola-pola yang diciptakan dari hubungan otak, bahasa, dan kondisi tubuh, sehingga hubungan tersebut mampu mempengaruhi perilaku yang efektif dan tidak efektif.

Dalam NLP, terdapat empat pilar dasar yang dipaparkan oleh Sailendra (2014:38), diantaranya adalah; (1) *Outcome*, yang artinya adalah tujuan atau hasil spesifik yang ingin dicapai; (2) *Rapport*, atau dapat dikatakan dengan membangun kedekatan antara konselor dengan klien; (3) *Sensory Acuity*, atau dapat dikatakan sebagai kepekaan yang tinggi; dan (4) Fleksibilitas atau tidak kaku.

Pilar pertama adalah Outcome (tujuan atau hasil yang ingin dicapai). Penetapan tujuan khusus yang ingin dicapai dalam penerapan NLP sangat krusial karena hal ini akan membuat konsep dan teknik yang digunakan sesuai dengan situasi dan kondisi yang sedang dihadapi oleh konseli. Berdasarkan uraian pada bab-bab sebelumnya, penerapan NLP dalam penelitian ini ditujukan untuk meningkatkan motivasi belajar siswa yang rendah.

Melihat dari penjabaran pada hasil penerapan NLP untuk meningkatkan motivasi belajar siswa, didapatkan *outcome* yang sesuai pada subjek penelitian. NLP memberikan hasil berupa perubahan pola pikir dan perubahan perilaku ke arah positif kepada siswa, berupa penurunan intensitas dalam bermain Handphone, munculnya rasa tanggung jawab dalam belajar, dan berkurangnya perilaku tidur di kelas saat pelajaran tengah berlangsung.

Kedua, adalah rapport (membangun kedekatan). Rapport dapat diartikan dengan membangun hubungan keakraban antara konselor dengan siswa (konseli). Menurut Willis dalam Lubis (2011:76), rapport adalah hubungan yang ditandai dengan keharmonisan, kecocokan, dan saling tarik-menarik. Rapport diawali dari persetujuan, kesejajaran, kesukaan dan persamaan. Hal yang harus ditekankan pada rapport adalah persamaan bukan perbedaan. Persamaan akan membangun hubungan yang positif, sementara perbedaan cenderung akan memunculkan sikap resistensi dan perasaan egosentris.

Hubungan kedekatan yang terbentuk oleh konselor dengan siswa telah dibangun melalui *pacing*, *leading*, *mirroring*, dan *matching*. *Pacing* dilakukan dengan mencermati dan mencocokkan vibrasi perilaku, bahasa tubuh, dan/atau kata-kata yang digunakan oleh siswa selaras dengan apa yang diceritakannya, hal ini juga dapat menggambarkan apakah siswa nyaman

atau tidak berbicara dengan konselor. *Leading* dilakukan dengan mengarahkan konseli kepada outcome yang telah ditetapkan sebelumnya, yaitu untuk meningkatkan motivasi belajar siswa. *Mirrorirng* dilakukan dengan cara meniru gerakan tubuh, ekspresi wajah, atau bahasa tubuh siswa. Ketika siswa duduk dengan bersandar pada sofa, maka konselor juga duduk dengan bersandar pada sofa (meniru gerakan tubuh). Sedangkan *matching* dilakukan dengan cara mencocokkan komunikasi verbal, seperti mengikuti intonasi suara, kecepatan bicara, atau jenis kata yang digunakan.

Ketiga, *sensory Acuity* (Kepekaan yang tinggi). Kepekaan yang dimaksudkan dalam poin ini adalah kepekaan dalam mengamati secara teliti lawan bicara menggunakan seluruh indera tanpa membuat asumsi atau penilaian tertentu. Hal ini dilakukan konselor dengan cara memberikan pertanyaan, kemudian membiarkan siswa berbicara sampai selesai. Meskipun dalam pernyataan siswa terdapat hal yang salah, misalnya seperti siswa merasa belajar hanya untuk mendapatkan nilai, konselor tetap mendengarkan saja, untuk mengoreksi hal ini dapat dilakukan di tahap inti konseling ketika siswa sudah merasa dekat dan lebih menceritakan lebih mendalam alasannya berpikir seperti itu.

Keempat, *Fleksibilitas* (Fleksibel/tidak kaku). Pilar yang terakhir yaitu fleksibilitas atau tidak kaku dalam melakukan tahapan konseling, dilakukan dengan mencoba berbagai pendekatan. Karena pada dasarnya perubahan pada seorang individu membuahkan hasil yang berbeda dan waktu yang dibutuhkan seseorang untuk mengalami perubahan bersifat variatif. Sifat fleksibilitas yang digunakan oleh konselor dalam hal ini adalah tidak memaksakan siswa A harus berubah seperti ini, siswa B harus seperti ini, melainkan menruti cara perubahan siswa tersebut dan terus mendampingi selama siswa tersebut ingin berubah. Jika siswa tersebut mendapatkan prestasi, maka konselor memberikan reward, hal ini sangat berpengaruh pada proses perubahan yang dialami siswa karena siswa merasa dihargai ketika mencapai suatu hal yang telah ditargetkan.

Hasil Konseling Individu dengan Teknik NLP untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa

Setelah menjalani konseling individu dengan teknik *Neuro Linguistic Programming* (NLP) yang bertujuan untuk meningkatkan motivasi belajar, terdapat beberapa perubahan positif yang terlihat pada siswa sebagai hasil

dari layanan konseling ini. Hasil dari konseling individu dengan teknik NLP yang terlihat pada siswa kelas XII Agama akan dijabarkan sebagai berikut:

Pertama, terdapat peningkatan motivasi belajar. Setelah mengikuti sesi konseling individual dengan pendekatan NLP, siswa-siswa menunjukkan peningkatan motivasi dalam proses belajar. Mereka menjadi lebih semangat dalam menjalani proses belajar terlihat dari adanya keinginan siswa dalam mencapai keberhasilan dalam proses belajar, adanya tujuan yang ingin dicapai oleh siswa. Hal ini selaras dengan pendapat Handoko (dalam Herlin Febrina, 2011) yang dikutip oleh Elmirawati, dkk. (2013:1) bahwa indikator motivasi belajar meliputi kuatnya kemauan untuk belajar, jumlah waktu yang disediakan untuk belajar, kerelaan meninggalkan kewajiban atau tugas yang lain, dan ketekunan dalam mengerjakan tugas.

Kedua, terdapat perkembangan pada pola pikir. Siswa yang pada awalnya tidak memikirkan bahwa belajar itu penting, mulai menunjukkan bahwa pola pikirnya berubah secara perlahan. Siswa tersebut mulai memperjuangkan ilmu untuk masa depannya setelah sebelumnya ia sama sekali tidak peduli terhadap nilai dan esensi dari belajar itu sendiri. Menurut Dr. Ibrahim Elfiky yang dikutip oleh Satria (2015:29), pola pikir adalah sekumpulan pikiran yang menjadi berkali-kali di berbagai tempat dan waktu, serta diperkuat dengan keyakinan dan proyeksi, sehingga menjadi kenyataan yang dapat dipastikan di setiap tempat dan waktu yang sama.

Ketiga, adanya perubahan sikap dan perilaku. Perubahan sikap dan perilaku tentunya memerlukan waktu untuk berubah. Setelah melakukan konseling individu dengan teknik NLP perlahan-lahan siswa mulai menunjukkan perubahan sikap dan perilaku positif meskipun memerlukan waktu. Pada awalnya siswa seringkali tidur saat pelajaran berlangsung, setelah dilakukan konseling individu intensitas mereka tidur selama pelajaran berlangsung sangat berkurang bahkan mereka berusaha untuk melawan rasa kantuk tersebut.

Keempat, adanya peningkatan prestasi akademik. Sanjaya (2010:249) mengatakan bahwa proses pembelajaran motivasi merupakan salah satu aspek dinamis yang sangat penting. Seringkali terjadi bahwa siswa yang tidak mencapai prestasi maksimalnya bukan disebabkan oleh kurangnya kemampuan, melainkan karena kurangnya motivasi belajar yang dimilikinya, sehingga mereka tidak mendorong diri mereka sendiri untuk mengoptimalkan seluruh potensinya. Siswa yang sebelumnya kekurangan motivasi belajar dalam mencapai prestasi akademik, saat ini menunjukkan

perbaikan dalam capaian nilai mereka. Peningkatan motivasi belajar telah berkontribusi positif pada performa akademik mereka.

Perubahan positif yang terjadi kepada siswa selaras dengan pendapat Uno (2011:23) bahwa indikator motivasi belajar dapat dilihat dari; 1) adanya hasrat dan keinginan berhasil; 2) adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar; 3) adanya harapan dan cita-cita di masa depan; 4) adanya penghargaan dalam belajar; 5) adanya kegiatan menarik dalam belajar; 6) dan adanya lingkungan yang kondusif untuk menunjang siswa agar dapat belajar dengan baik.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat satu siswa yang berinisial AYP mengalami perubahan pola pikir positif secara signifikan dan maksimal, sedangkan perubahan pola pikir negatif siswa yang berinisial FF ditinjau kurang maksimal. Ciri-ciri dari orang yang pola pikirnya berkembang adalah memiliki keyakinan bahwa intelegensi, bakat, dan sifat bukan merupakan fungsi keturunan, belajar menerima tantangan dan bersungguh-sungguh dalam menjalankannya. Selain itu, Tetap berpandangan ke depan dari kegagalan. Belajar dari kritik dan menemukan pelajaran dan mendapatkan inspirasi dari kesuksesan orang lain agar bisa menemukan bakat alami yang dimiliki dan lebih mudah mencapai excellent (Hadisubrata, 2012:103). Hal ini dikarenakan siswa berinisial AYP melakukan konseling individu menggunakan teknik NLP dengan intensitas lima kali pertemuan, sedangkan FF melakukan konseling individu menggunakan teknik NLP dengan intensitas pertemuan sebanyak dua kali.

Intensitas konseling individu berperan sangat penting dalam proses perubahan pola pikir individu. Individu tidak dapat berubah sepenuhnya secara instan, namun memerlukan latihan dan waktu. FF melakukan konseling hanya sebatas dua kali karena kemauannya untuk berubah hilang-timbul. Semuanya kembali lagi kepada diri individu itu sendiri, apakah dirinya ingin berubah atau tidak. Perubahan diri seseorang tergantung pada mindset dirinya sendiri. Otani (dalam Gladding, 2012:154) menjelaskan klien yang datang dengan separuh hati atau enggan adalah orang yang tidak siap bahkan menolak untuk berubah. Ia mungkin saja aktif dalam proses konseling, tetapi tidak mempunyai keinginan untuk menjalani proses emosional yang menyakitkan dan perubahan perilakunya ke arah yang lebih baik. Ia akan mempertahankan kebiasaannya.

Ketika individu ingin berubah, maka NLP akan bekerja secara cepat. Namun ketika dia tidak mau berubah, sebanyak apapun teknik NLP

diterapkan kepada seorang individu sampai berapa kali pun prosesnya akan terhambat. Berbeda ketika seorang individu terdapat kemauan untuk berubah, namun tidak kuat, NLP akan bekerja dalam dirinya namun pola pikir negatifnya kemungkinan akan kembali di waktu yang mendatang. Karena pada intinya NLP itu adalah mengeluarkan kemampuan siswa dalam bentuk pemikiran, perasaan dan gambar yang di visualisaikan untuk mengingatkan kembali bahwa pemikiran, perasaan dan gambar yang di visualisasikan tersebut merupakan visualisasi bahwa dirinya mampu mencapai tujuan yang telah ditentukan.

PENUTUP

Konseling individu melalui *Neuro Linguistic Programming* (NLP) terbukti menjadi metode yang efektif dalam meningkatkan motivasi belajar siswa, khususnya pada siswa kelas XII yang menghadapi ujian akhir sekolah dan menentukan langkah selanjutnya dalam karir mereka. Tingkat motivasi belajar yang tinggi menjadi kunci keberhasilan dalam memenuhi persyaratan masuk perguruan tinggi atau memasuki dunia kerja. Motivasi, sebagai suatu proses transformasi energi yang mendorong individu untuk mengambil tindakan menuju tujuan yang telah ditetapkan. Hasil wawancara menunjukkan bahwa siswa kelas XII seringkali memiliki motivasi belajar yang rendah, ditandai dengan kurangnya semangat, partisipasi, dan fokus dalam proses belajar, bahkan hingga kecenderungan membolos.

Konseling individu dengan pendekatan NLP menjadi solusi yang diperlukan untuk membantu siswa mengatasi tantangan motivasi mereka. Ini memungkinkan mereka membangun motivasi yang lebih positif dan produktif, serta meraih keberhasilan dalam pendidikan dan persiapan karir. Proses konseling individu menggunakan teknik NLP terdiri dari tiga tahap utama. Tahap pertama melibatkan pembangunan hubungan dekat antara konselor dan konseli, dengan mengumpulkan data terkait permasalahan siswa dan tujuan yang ingin dicapai. Tahap kedua, inti dari konseling, melibatkan pemodelan positif dan instruksi kepada konseli untuk mengubah pola pikir dan perilaku negatif menjadi positif. Tahap akhir melibatkan perubahan pola pikir dan sikap positif secara bertahap, dengan menggunakan teknik penjangkaran untuk mengukuhkan pola pikir positif konseli.

Hasil dari konseling individu dengan teknik NLP pada siswa kelas

XII Agama menunjukkan beberapa perubahan signifikan. Pertama, terjadi peningkatan motivasi belajar, tercermin dalam semangat yang lebih besar untuk mencapai keberhasilan dalam pembelajaran. Kedua, terlihat perkembangan pola pikir yang mengalami perubahan perlahan, di mana siswa mulai memahami pentingnya pembelajaran dalam perjalanan menuju masa depan. Ketiga, perubahan sikap dan perilaku positif juga terjadi, seperti berkurangnya intensitas tidur saat pelajaran dan upaya melawan rasa kantuk. Peningkatan motivasi belajar juga berdampak positif pada peningkatan prestasi akademik siswa.

Sebagai saran akademis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dan dikembangkan lebih lanjut oleh peneliti selanjutnya. Fokus pada aspek yang lebih terperinci dan spesifik dapat menjadi langkah selanjutnya. Meskipun telah menggambarkan situasi, langkah-langkah, dan hasil konseling individu melalui NLP dalam meningkatkan motivasi belajar secara keseluruhan, peluang penelitian lebih lanjut masih terbuka. Penelitian selanjutnya dapat menjelajahi penerapan konseling individu dalam kerangka masalah-masalah lain yang memiliki relevansi dan signifikansi. Identifikasi beragam aspek kehidupan yang mendapat manfaat dari layanan konseling individu dengan teknik NLP, tidak hanya terbatas pada isu-isu remaja, tetapi juga mencakup peningkatan motivasi dalam berbagai aspek, penanganan fobia dan kecemasan, manajemen emosi, stres, perubahan kebiasaan buruk, dan sebagainya. Penelitian ini diharapkan dapat menyediakan informasi berharga mengenai literasi terhadap pemahaman teknik NLP dalam layanan konseling individu.

DAFTAR PUSTAKA

- Anton Moeliono. (2005). Kamus Bahasa Indonesia, Jakarta: Balai Pustaka.
- Cahyo Satria. (2015). *You Are What You Think You Are What You Believe*, Yogyakarta: Shira Media.
- Chodijah, Siti. (2016). Model Bimbingan dan Konseling Komprehensif dalam Meningkatkan Akhlak Mahasiswa. *Ilmu Dakwah: Journal for Homiletic Studies*. Vol. 10, (1)
- Elmirawati, dkk. (2013). Hubungan Antara Aspirasi Siswa dan Dukungan Orangtua dengan Motivasi Belajar Serta Implikasinya Terhadap Bimbingan Konseling. *Jurnal Ilmiah Konseling*, Vol. 2, (1).
- Gladding Samuel, T. (2012). *Konseling Profesi yang Menyeluruh*, Jakarta:

- PT Indeks.
- Hadisubrata, Robby. (2012). *Success Through The original You*, Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Irwanto. (1997). *Psikologi Umum*, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Kompri. (2016). *Motivasi Pembelajaran Perspektif Guru dan Siswa*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Kurniawan, dkk. (2019). Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Teknik Cognitive Retructuring (CR) Terhadap Motivasi Belajar Siswa. *Jurnal Advice*, Vol. 1 No. 1.
- Lubis, N.L. (2011). *Memahami Dasar-dasar Konseling Dalam Teori dan Praktik*, Jakarta: Kencana.
- Makara, N.R., (2010). *NLP (Neuro Linguistic Programming)*, Komunikasi Konseling (Aplikasi dalam Pelayanan Kesehatan,. Bandung: Alfabeta
- Mulyasa, E. (2006). *Menjadi Guru Profesional*, Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Nashar, H. (2004). *Peranan Motivasi Kemampuan Awal dalam Kegiatan Pembelajaran*, Jakarta: Delia Press.
- Nurlaela, dkk. (2020). Layanan Bimbingan Konseling Individual dalam Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Menghafal Al-Barjanji Pada Santri. *Irsyad : Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Konseling, dan Psikoterapi Islam*, 8 (1), 59-76.
- Priansa, D.J. .(2015). *Manajemen Peserta Didik Dan Model Pembelajaran*, Bandung: Alfabeta
- Prihatiningtia. (2020). Pengaruh Layanan Konseling Individu Dengan Teknik Modelling Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar di SMA Negeri 1 Tambakboyo. *Jurnal Nusantara of Research*, Vol. 7, No. 1.
- Rahmawati. R. 2016. *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Motivasi Belajar Siswa Kelas X Sma Negeri 1 Piyungan Pada Mata Pelajaran Ekonomi Tahun Ajaran 2015/2016*. Skripsi. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta
- Sadih, Dewi. *Counseling Guidance and Value Education to Prevent Radicalism and Terrorism*. *Ilmu Dakwah: Journal for Homiletic Studies*. Vol. 13, (2)
- Sadirman A.M. (2010). *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*, Jakarta: Rajawali Pers.
- Sailendra, Annie. (2014). *Neuro Linguistic Programming (NLP)*. Cet.II, Yogyakarta: Bhafana Publishing.

- Sanjaya, Wina. (2010). Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan. Jakarta : Prenada Media Group.
- Siagian, S.P. (2004). Teori Motivasi dan Aplikasinya, Jakarta: Rineka Cipta.
- Siraj, M. & Wiryosutomo, H. (2020). Penerapan Konseling Neuro-Linguistic Programming (NLP) untuk Menurunkan Perilaku Perundungan di SMA Wachid Hasyim 2 Sidoarjo. Jurnal BK UNESA Vol. 11 No.4
- Sumantri, M.S. (2015). Strategi Pembelajaran, Jakarta: Rajawali Pers.
- Susilo, M.H. (2021). Change Your Life with NLP : Aplikasi NLP Swish Pattern. Diakses di <https://neonlp.org/change-your-life-with-nlp-aplikasi-nlp-swish-pattern/> pada 2 Agustus 2023
- Syamsu Yusuf, LN dan A. Juntika Nurihsan. (2010). Landasan Bimbingan dan Konseling. Jakarta: Remaja Rosdakarya.
- Uno, H. B. (2011). Teori Motivasi & Pengukurannya Analisis di Bidang Pendidikan, Jakarta: Bumi Aksara.
- Yuliawan, T.P. (2014). NLP The Art of Enjoying Life: Kiat Sederhana Mengelola Pikiran untuk Hidup Bahagia. Jakarta: Serambi Ilmu Semesta.
- Yusuf LN, S. (2016). Konseling Individua: Konsep Dasar & Pendekatan. Bandung: PT Refika Aditama
- Wilis, S.S.(2013). Konseling Individual Teori dan Praktek. Bandung: Alfabeta.

