

PENERAPAN TEKNIK CINEMA THERAPY DALAM LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR PESERTA DIDIK

Musdalifah^{1✉}, Abdullah Sinring², Fitriana³

^{1,2,3} Universitas Negeri Makassar, Makassar, Indonesia

✉ Corresponding author (mmus9031@gmail.com)

Received: February 1, 2026. Accepted: March 3, 2026. Published: March 14, 2026

This work is licensed under [CC BY-SA 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)



ABSTRAK

Penelitian ini berfokus menguji pengaruh penerapan teknik cinema therapy dalam layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik SMP Negeri 26 Makassar. Tujuan penelitian meliputi: (1) gambaran tingkat motivasi belajar peserta didik, (2) gambaran pelaksanaan teknik cinema therapy dalam layanan bimbingan kelompok, (3) pengaruh penerapan teknik cinema therapy dalam meningkatkan motivasi belajar. Pendekatan penelitian ini kuantitatif dengan jenis penelitian quasi-experimental design melalui desain pretest-posttest control group. Instrumen yang digunakan ialah skala motivasi belajar. Populasi penelitian berjumlah 50 peserta didik yang teridentifikasi memiliki motivasi belajar rendah. Sampel penelitian sebanyak 20 peserta didik kelas VIII yang dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, masing-masing terdiri dari 10 peserta didik. Teknik pengambilan sampel menggunakan proportional random sampling. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah observasi dan skala motivasi belajar. Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif, statistik inferensial, dan uji t-test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum intervensi, motivasi belajar peserta didik berada pada kategori rendah hingga sedang. Setelah intervensi, motivasi belajar kelompok eksperimen meningkat ke kategori tinggi, sedangkan kelompok kontrol tetap berada pada kategori rendah. Pelaksanaan teknik cinema therapy dilakukan secara sistematis selama enam sesi pertemuan dalam rentang waktu lima minggu, melalui tahapan disassociation, identification, internalization, dan transference. Hasil uji t-test menunjukkan nilai sig. (2-tailed) sebesar $0,002 < 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa teknik cinema therapy efektif dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik.

Kata Kunci: *Motivasi belajar; Teknik Cinema Therapy; Bimbingan Kelompok.*

ABSTRACT

This study focuses on testing the effect of the application of cinema therapy techniques in group guidance services in increasing the learning motivation of students at SMP Negeri 26 Makassar. The objectives of the study include: (1) an overview of the level of student learning motivation, (2) an overview of the implementation of cinema therapy techniques in group guidance services, (3) the effect of the application of cinema therapy techniques in increasing learning motivation. This research approach is quantitative with a quasi-experimental design through a pretest-posttest control group design. The instrument used is a learning motivation scale. The study population was 50 students identified as having low learning motivation. The study sample was 20 grade VIII students who were divided into two groups, namely the experimental group and the control group, each consisting of 10 students. The sampling technique used proportional random sampling. Data collection techniques used were observation and a learning motivation scale. Data were analyzed using descriptive statistics, inferential statistics, and t-tests. The results of the study showed that before the intervention, students' learning motivation was in the low to moderate category. After the intervention, the learning motivation of the experimental group increased to the high category, while the control group remained in the low category. The cinema

therapy technique was implemented systematically over six sessions over a five-week period, through the stages of disassociation, identification, internalization, and transference. The t-test results showed a sig. (2-tailed) value of $0.002 < 0.05$, so it can be concluded that the cinema therapy technique is effective in increasing students' learning motivation.

Keywords: Learning Motivation; Cinema Therapy Technique; Group Guidance

PENDAHULUAN

Setiap peserta didik diharapkan mampu berpartisipasi secara aktif dalam proses pembelajaran guna mencapai hasil belajar yang optimal. Namun, dalam praktiknya peserta didik sering mengalami dinamika psikologis, salah satunya adalah perubahan tingkat motivasi belajar. Motivasi belajar merupakan faktor psikologis penting yang berperan dalam mendorong aktivitas belajar, menjaga keberlangsungannya, serta mengarahkan perilaku belajar peserta didik untuk mencapai tujuan yang diinginkan.¹ Mengutip pendapat Mc. Donald “*Motivation is energy change within the person characterized by affective arousal and anticipatory goal reaction.*” Motivasi adalah sesuatu perubahan energi di dalam pribadi seseorang yang ditandai dengan timbulnya afektif dan reaksi untuk mencapai tujuan.²

Kondisi di lapangan menunjukkan bahwa motivasi belajar peserta didik masih menjadi permasalahan yang perlu mendapatkan perhatian serius. Hasil survei awal di SMP Negeri 26 Makassar melalui observasi, wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling, serta penyebaran angket motivasi belajar pada peserta didik kelas VIII menunjukkan bahwa motivasi belajar berada pada kategori rendah hingga sedang. Sebanyak 33,75% peserta didik memiliki motivasi belajar rendah, 61,25% berada pada kategori sedang, dan hanya 5,75% yang tergolong tinggi. Temuan ini diperkuat oleh rendahnya perhatian saat pembelajaran, kurangnya tanggung jawab dalam menyelesaikan tugas, kecenderungan menunda pekerjaan akademik, serta minimnya partisipasi aktif di kelas. Fenomena tersebut menunjukkan adanya kesenjangan antara tujuan pembelajaran dan realitas motivasi belajar peserta didik.

Salah satu pendekatan yang inovatif dan relevan untuk meningkatkan motivasi belajar adalah pemanfaatan media audio-visual, melalui teknik *cinema therapy*. *Cinema therapy* merupakan teknik intervensi yang menggunakan film sebagai media terapeutik untuk membantu individu memahami diri, memaknai pengalaman, serta mendorong perubahan sikap dan perilaku melalui penghayatan terhadap karakter dan alur cerita film.³ Melalui media film, emosi peserta didik dapat tersentuh secara mendalam, membuat mereka seolah terlibat dalam cerita, sehingga memengaruhi pikiran, perasaan, serta

¹ Asrori, *Psikologi Pendidikan Pendekatan Multidisiplines* (CV. Pena Persada, 2020).

² Suharni Suharni, “Upaya Guru Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa,” *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 6, no. 1 (2021): 172–84, <https://doi.org/10.31316/g.couns.v6i1.2198>.

³ Nely Mazidah Isna and Evi Winingsih, “Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik Cinema Therapy Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Karir Siswa,” *Jurnal BK UNESA* 13, no. 1 (2022): 760–71, <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/45717>.

mendorong perubahan sikap dan perilaku.⁴ Teknik ini efektif diterapkan dalam layanan bimbingan kelompok, yaitu layanan yang dilaksanakan dalam suasana kelompok dengan pemimpin kelompok berperan memfasilitasi diskusi, refleksi, serta penguatan nilai-nilai positif guna membantu anggota mencapai tujuan dan mengembangkan potensi diri.⁵

Pemberian video pada peserta didik mampu merangsang pemikiran dalam pembelajaran sehingga menjadi hal terbaru pada proses konseling untuk mengatasi rasa bosan.⁶ Secara tidak langsung film bisa memberikan dampak positif dalam menilai ide-ide dan perilaku alternatif. Josep menyatakan bahwa *cinema therapy* mampu meningkatkan fungsi kognitif dan emosional seseorang melalui empat tahapan yaitu *dissasosiation*, *identification*, *internalization*, dan *transference*.⁷

Tahap *dissasosiation* memungkinkan peserta didik melakukan pengamatan secara objektif terhadap karakter tanpa tekanan personal, sehingga membuka ruang refleksi kognitif. Tahap *identification* memicu keterlibatan emosional melalui proses modeling sosial, di mana peserta didik melihat kesamaan pengalaman dengan tokoh film. Tahap *internalization* memperkuat restrukturisasi kognitif terhadap makna belajar, sedangkan tahap *transference* mendorong terbentuknya komitmen perilaku baru. Integrasi keempat tahap ini menunjukkan bahwa *cinema therapy* tidak hanya bersifat hiburan, tetapi merupakan proses psikopedagogis yang sistematis dalam membangun motivasi belajar.

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa teknik *cinema therapy* dapat meningkatkan motivasi belajar peserta didik. Putri et al. menemukan bahwa penerapan *cinema therapy* dalam layanan bimbingan kelompok mampu meningkatkan antusiasme dan keterlibatan peserta didik dalam pembelajaran.⁸ Temuan serupa dikemukakan oleh Afifah & Annisa yang menunjukkan adanya peningkatan rata-rata skor motivasi belajar peserta didik berdasarkan hasil *pretest* dan *posttest* setelah penerapan teknik *cinema therapy*.⁹ Meskipun demikian, penelitian-penelitian tersebut masih memanfaatkan film

⁴ S. Buchori and N. Fakhri, "Terapi Film Dalam Mengembangkan Budaya Damai Siswa," *Prosiding Konvensi Nasional Bimbingan Dan Konseling (BK) Ke XX*, 2, no. 3 (2018): 1061–67, https://www.researchgate.net/publication/338036879_Terapi_Film_Dalam_Mengembangkan_Budaya_Damai_Siswa.

⁵ Jahju Hartanti, *Bimbingan Kelompok, Book*, 2022.

⁶ Endah Sulistyowati and Denok Setiawati, "Pemanfaatan Cinema Therapy Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Pemahaman Tentang Meningkatkan Perilaku Prososial Siswa Kelas VIII di SMP Negeri 2 Menganti," *Jurnal BK UNESA*, 2016, 1–10.

⁷ Cholidahanum Wieddar Syahriar, Wardatul Djannah, and Ulya Makhmudah, "Keefektifan Cinema Therapy Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Siswa SMK," *Jurnal Psikoedukasi Dan Konseling* 3, no. 1 (2022): 50, <https://doi.org/10.20961/jpk.v3i1.28962>.

⁸ Susi Liana Putri, Muhammad Nurwahidin, and Ratna Widiastuti, "Meningkatkan Motivasi Belajar Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Cinema Therapy Pada Siswa Kelas Viii Di Smp Negeri 4 Tulang Bawang Barat," *Sigma-Mu* 15, no. 1 (2023): 9–15, <https://doi.org/10.35313/sigamamu.v15i1.5316>.

⁹ Nandytha Meidiana Nur' Afifah and Dona Fitri Annisa, "Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik Cinematherapy Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik Kelas X Di SMK PGRI 3 Cimahi," *FOKUS (Kajian Bimbingan Dan Konseling Dalam Pendidikan)* 7, no. 2 (2024): 179–85, <https://doi.org/10.22460/fokusv7i2>.

sebagai media pendukung tanpa menguraikan tahapan terapi secara sistematis dan terstruktur, sehingga masih terdapat ruang pengembangan penelitian lanjutan.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat motivasi belajar peserta didik, mendeskripsikan pelaksanaan teknik *cinema therapy* dalam layanan bimbingan kelompok, serta menguji penerapan teknik *cinema therapy* dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik. Hipotesis penelitian ini adalah penerapan teknik *cinema therapy* dalam layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan motivasi belajar pada peserta didik SMP Negeri 26 Makassar.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, pendekatan kuantitatif memungkinkan peneliti untuk mengidentifikasi dan menguji hubungan sebab-akibat antar variabel yang diteliti.¹⁰ Jenis penelitian quasi-experimental dengan desain penelitian *pretest-posttest, nonequivalent control group design*. Model ini terdapat dua kelompok yang dilibatkan, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, kedua kelompok tersebut akan memulai tahapan pengukuran awal (*pretest*) serta pengukuran akhir (*posttest*), perlakuan atau intervensi hanya diberikan kepada kelompok eksperimen, sedangkan kelompok kontrol tidak menerima perlakuan khusus, sehingga berfungsi sebagai pembanding untuk mengevaluasi efektivitas perlakuan yang diberikan.¹¹

Variabel penelitian dapat dibedakan menjadi, variabel bebas (*independent variable*) yang mempengaruhi atau penyebab perubahan dalam variabel lain dan variabel terikat (*dependent variable*) yang dipengaruhi dari adanya variabel bebas.¹² Variabel dalam penelitian ini terdiri atas variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas ialah penerapan teknik *cinema therapy* dalam layanan bimbingan kelompok, sedangkan variabel terikat adalah motivasi belajar peserta didik.

Subjek penelitian merupakan peserta didik kelas VIII SMP Negeri 26 Makassar. Populasi penelitian berjumlah 50 peserta didik yang teridentifikasi memiliki motivasi belajar rendah. Sampel penelitian sebanyak 20 peserta didik yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*, kemudian dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, masing-masing terdiri atas 10 peserta didik. Untuk meminimalkan bias, kedua kelompok diberikan *pretest* dan *posttest* dalam waktu yang sama. Kelompok kontrol tidak diberikan intervensi khusus, melainkan hanya layanan informasi. Peneliti juga memastikan kesetaraan karakteristik awal melalui uji homogenitas. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui *pretest* dan *posttest* menggunakan skala motivasi belajar serta observasi selama proses intervensi. Analisis data dilakukan menggunakan statistik deskriptif dan statistik inferensial. Statistik

¹⁰ John W Creswell, *Research Design: Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, Dan Mixed* (Yogyakarta: Pustaka pelajar, 2010).

¹¹ Abdullah Pandang and Muhammad Anas, *Penelitian Eksperimen Dalam Bimbingan Konseling Konsep Dasar & Aplikasinya Tahap Demi Tahap*, Badan Penerbit UNM, 2019.

¹² Abdul Muin, *Metode Penelitian Kuantitatif* (Literasi Nusantara Abadi, 2023).

deskriptif digunakan untuk menggambarkan tingkat motivasi belajar peserta didik sebelum dan sesudah intervensi. Statistik inferensial digunakan untuk menguji hipotesis penelitian melalui uji *t-test* guna mengetahui penerapan teknik *cinema therapy* dalam layanan bimbingan kelompok terhadap peningkatan motivasi belajar peserta didik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

1. Gambaran Motivasi Belajar Peserta Didik

Gambaran tingkat motivasi belajar peserta didik dapat diketahui dengan menggunakan analisis deskriptif, yang diperoleh melalui penyebaran angket mengenai indikator motivasi belajar.

Tabel 1. Data tingkat motivasi belajar peserta didik kelompok eksperimen dan kelompok kontrol

Interval	Kategori	Kelompok Eksperimen		Kelompok Kontrol	
		<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>
96 – 112	Sangat Tinggi	-	-	-	-
79 – 95	Tinggi	-	6 (60%)	-	-
62 – 78	Sedang	4 (40%)	4 (40%)	6 (60%)	-
45 – 61	Rendah	5 (50%)	-	4 (40%)	-
28 – 44	Sangat Rendah	1 (10%)	-	-	-
Total		10 (100%)		10 (100%)	

Data pada Tabel 1. menunjukkan sebelum diberikan intervensi, 40% peserta didik berada pada kategori sedang, 50% peserta didik berada pada kategori rendah, dan 10% peserta didik pada kategori sangat rendah. Setelah pelaksanaan enam sesi pertemuan dengan teknik *cinema therapy* dalam layanan bimbingan kelompok, hasil *posttest* pada kelompok eksperimen sebanyak 60% berada pada kategori tinggi, 40% berada pada kategori sedang, tidak ada lagi yang berada pada kategori rendah. Sedangkan, pada kelompok kontrol menunjukkan tidak ada peningkatan motivasi belajar.

Tabel 2. Tingkat motivasi belajar peserta didik kelompok eksperimen

Kelompok	Jenis Data	Mean	Interval	Kategori	Gain Score
Eksperimen	<i>Pretest</i>	58,8	45 – 61	Rendah	21,3
	<i>Posttest</i>	80,1	79 – 95	Tinggi	
Kontrol	<i>Pretest</i>	62,6	62 – 78	Sedang	1,0
	<i>Posttest</i>	63,6			

Berdasarkan hasil pada Tabel 2. diketahui bahwa pada kelompok eksperimen nilai rata-rata (*mean*) *pretest* berada pada angka 58,8 dengan interval 45-61 yang termasuk kategori rendah. Hal ini menunjukkan sebelum diberikan intervensi, tingkat motivasi belajar peserta didik tergolong rendah. Setelah dilakukan intervensi dengan teknik *cinema therapy* dalam layanan bimbingan kelompok, terjadi peningkatan tingkat motivasi belajar, terlihat dari hasil *mean posttest* yang meningkat menjadi 80,1 dengan interval 79-95 sehingga berada pada kategori tinggi. Pada kelompok kontrol, nilai rata-rata skor

menunjukkan bahwa tingkat motivasi belajar peserta didik tidak mengalami peningkatan yang signifikan dan tetap berada dalam kategori sedang.

2. Gambaran Pelaksanaan Teknik *Cinema Therapy*

Penelitian ini dimulai pada tanggal 21 September 2025 sampai 20 November 2025. Pelaksanaan teknik *cinema therapy* dalam layanan bimbingan kelompok, dimulai pada saat pelaksanaan *pretest* dan diakhir dengan *posttest*. Rangkaian kegiatan selama proses intervensi dimulai dari persiapan, tahap persiapan dilakukan dengan tujuan memastikan segala kebutuhan untuk kelancara kegiatan telah dipersiapkan. Aktivitas yang dilakukan ialah merancang rencana pelaksanaan layanan, menyusun skenario pelaksanaan layanan, pemilihan film, dan menentukan jadwal pelaksanaan kegiatan.

Tahap inti kegiatan dilaksanakan secara sistematis melalui enam kali pertemuan, setiap pertemuan dilaksanakan mengikuti empat tahapan utama yaitu *disassociation*, *identification*, *internalization*, dan *transference*. Pada tahap *disasosiation*, peserta didik menyaksikan tindakan dan karakter dalam film. Selanjutnya, pada tahap *identification*, peserta didik mulai mengenali kesamaan antara alur film dan pengalaman pribadinya. Tahap *internalization*, yaitu proses ketika peserta didik mulai meresapi dan merasakan makna dari film. Terakhir, pada tahap *transference*, yaitu tahap di mana peserta didik memperoleh kesadaran melalui pemikiran dan perasaannya.¹³ Pertemuan pertama yang berfokus pada penanyangan film *3 Idiots* berfungsi sebagai tahap pengenalan konsep dasar *cinema therapy* dan stimulus awal.

Pertemuan ke-dua dengan tema “belajar untuk pemahaman, bukan sekedar nilai” diangkat dari adegan ketika tokoh Rancho mempertanyakan definisi “mesin” kepada dosen dan mengkritik sistem pembelajaran yang menekankan hafalan dibandingkan pemahaman konseptual. Adegan tersebut digunakan pada tahap *disassociation*, di mana peserta didik terlebih dahulu mengamati pola belajar tokoh dalam film. Pada tahap *identification*, peserta didik diajak merefleksikan pengalaman mereka sendiri yang mungkin lebih berorientasi pada nilai daripada pemahaman materi. Diskusi kemudian mengarah pada *internalization*, yaitu proses memaknai pentingnya belajar untuk memahami konsep secara mendalam. Pada tahap *transference*, peserta didik diminta merumuskan strategi konkret untuk mulai mengubah orientasi belajar mereka, seperti lebih aktif bertanya dan mencari pemahaman, bukan hanya mengejar nilai.

Pertemuan ke-tiga yang mengangkat tema “langkah kecil untuk mimpi besar” dikaitkan dengan adegan ketika Rancho dan teman-temannya tetap berusaha mengejar cita-cita meskipun menghadapi tekanan akademik dan sosial. Adegan tersebut digunakan untuk menstimulasi *identification*, terutama bagi peserta didik yang merasa kurang percaya diri terhadap kemampuan akademiknya. Melalui proses *internalization*, peserta didik menyadari bahwa keberhasilan tidak selalu dicapai secara instan, tetapi melalui konsistensi dan usaha bertahap. Pada tahap *transference*, peserta didik diarahkan untuk

¹³ Syahriar, Djannah, And Makhmudah, “Keefektifan Cinema Therapy Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Siswa SMK.”

menyusun target belajar jangka pendek yang realistis sebagai bagian dari upaya mencapai cita-cita jangka panjang.

Pertemuan ke-empat dengan tema “menghargai diri, menghargai proses” dikaitkan dengan adegan ketika tokoh menghadapi tekanan akademik dan kegagalan, serta bagaimana masing-masing karakter merespons situasi tersebut secara berbeda. Pada tahap *disassociation*, peserta didik terlebih dahulu mengamati dinamika emosi dan konsekuensi yang dialami tokoh dalam menghadapi kegagalan. Selanjutnya, pada tahap *identification*, beberapa peserta didik mulai mengaitkan adegan tersebut dengan pengalaman pribadi mereka. *Internalization* terjadi ketika peserta didik menyadari bahwa kegagalan merupakan bagian dari proses belajar, bukan akhir dari kemampuan diri. Pada tahap *transference*, peserta didik diarahkan untuk merumuskan sikap baru dalam menghadapi kesulitan belajar, seperti lebih sabar terhadap proses, tidak mudah menyerah, serta tetap menjaga kepercayaan diri.

Pertemuan ke-lima menekankan bahwa “belajar bisa menjadi menyenangkan”, yang dikaitkan dengan adegan ketika Rancho menunjukkan cara belajar yang kreatif dan tidak monoton, seperti menjelaskan konsep dengan pendekatan sederhana. Pada tahap *disassociation*, peserta didik mengamati perbedaan gaya belajar tokoh, tahap *identification* mendorong mereka mengenali kecenderungan belajar masing-masing. Melalui *internalization*, peserta didik memahami bahwa belajar dapat disesuaikan dengan minat dan strategi yang lebih kreatif, dan pada tahap *transference* mereka didorong mencoba strategi belajar baru yang lebih sesuai dengan karakteristik diri.

Pertemuan ke-enam dengan tema “tumbuh dalam lingkungan belajar yang mendukung” dikaitkan dengan adegan yang menunjukkan kuatnya persahabatan dan dukungan sosial antar tokoh dalam menghadapi tekanan akademik. Pada tahap *disassociation*, peserta didik mengamati bagaimana dukungan teman sebaya membantu tokoh bertahan dalam situasi sulit. Tahap *identification* muncul ketika peserta didik menyadari pentingnya peran teman, guru, dan keluarga dalam proses belajar mereka. Melalui proses *internalization*, peserta didik memahami bahwa lingkungan belajar yang suportif dapat meningkatkan rasa percaya diri dan ketekunan. Pada tahap *transference*, peserta didik diarahkan untuk membangun komitmen saling mendukung dalam kelompok belajar, seperti saling membantu memahami materi dan memberikan motivasi saat menghadapi kesulitan.

3. Pengaruh Teknik *Cinema Therapy* dalam Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Motivasi Belajar

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah teknik *cinema therapy* dalam layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan motivasi belajar peserta didik. Pengujian hipotesis dilakukan dengan merumuskan H_0 menyatakan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara skor *pretest* dan *posttest* motivasi belajar peserta didik setelah diberikan intervensi, sedangkan H_a menyatakan adanya perbedaan yang signifikan terhadap motivasi belajar peserta didik setelah diberikan intervensi tersebut.

Hasil analisis uji-t menunjukkan nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0,002. Karena nilai $0,002 < 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima.

Tabel 3. Hasil Uji-t

Kelompok	Rata-Rata (<i>Mean</i>)			t	Sig	Keterangan
	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<i>Gain Score</i>			
Eksperimen	58,80	80,10	21,30	-10,50	0,000	H_a diterima H_0 ditolak
Kontrol	62,60	63,60	1,00			

Berdasarkan Tabel 3. diperoleh nilai rata-rata *gainscore* pada kelompok eksperimen sebesar 21,30, sedangkan pada kelompok kontrol sebesar 1,00. Perbedaan nilai rata-rata tersebut menunjukkan bahwa peningkatan motivasi belajar kelompok eksperimen yang memperoleh intervensi berupa teknik *cinema therapy* dalam layanan bimbingan kelompok lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan intervensi. Temuan tersebut diperkuat oleh hasil uji t-test yang menunjukkan nilai signifikan sebesar 0,000, yang berarti lebih kecil dari pada taraf Sig. ($\alpha = 0,05$).

Penolakan H_0 ini menunjukkan bahwa intervensi yang diberikan memiliki pengaruh yang nyata terhadap perubahan motivasi belajar peserta didik. Sebaliknya, H_a yang menyatakan adanya perbedaan motivasi belajar peserta didik dinyatakan diterima, yang berarti bahwa pemberian teknik *cinema therapy* dalam layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan motivasi belajar peserta didik.

Pembahasan

Kondisi motivasi belajar peserta didik SMP Negeri 26 Makassar, sebelum diberikan intervensi menunjukkan kecenderungan yang belum optimal. Motivasi belajar peserta didik berada pada kategori rendah hingga sedang, baik pada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol. Secara teoritis, motivasi belajar merupakan faktor internal yang memiliki peranan penting dalam menentukan keberhasilan peserta didik dalam mencapai tujuan pembelajaran. Motivasi belajar berfungsi sebagai penggerak utama yang menumbuhkan semangat, memberikan arah, serta menjaga ketekunan peserta didik dalam belajar.¹⁴ Oleh karena itu, kondisi awal motivasi belajar peserta didik yang belum optimal menegaskan pentingnya intervensi yang mampu menyentuh aspek emosional dan kognitif peserta didik secara bersamaan.

Setelah diberikan intervensi berupa teknik *cinema therapy* dalam layanan bimbingan kelompok, hasil *posttest* menunjukkan adanya peningkatan motivasi belajar peserta didik pada kelompok eksperimen. Motivasi belajar peserta didik yang semula berada pada kategori rendah hingga sedang mengalami perubahan pada kategori tinggi. Sementara itu, kelompok kontrol yang hanya mendapatkan intervensi berupa layanan informasi tidak menunjukkan perubahan yang signifikan.

Pelaksanaan teknik *cinema therapy* dalam layanan bimbingan kelompok pada penelitian ini dilaksanakan secara sistematis dan terstruktur selama beberapa sesi

¹⁴ A M Sardiman, *Interaksi Dan Motivasi Belajar Mengajar (Cetakan 24)* (Jakarta: Rajawali Pers, 2018).

pertemuan. Keterlibatan peserta didik dalam layanan bimbingan kelompok menjadi salah satu faktor yang mendukung efektivitas penerapan teknik *cinema therapy*. Keterlibatan tersebut tercermin melalui adanya ruang diskusi, refleksi pengalaman belajar, serta proses pemaknaan terhadap alur cerita dan karakter film yang relevan dengan situasi belajar peserta didik. Kondisi ini menunjukkan bahwa teknik *cinema therapy* berkontribusi dalam menciptakan suasana layanan yang lebih menarik dan tidak bersifat monoton.

Film memiliki kemampuan untuk memfasilitasi proses identifikasi, refleksi, dan internalisasi nilai melalui karakter dan alur cerita yang ditampilkan.¹⁵ Media audiovisual juga mampu menghadirkan proses pembelajaran yang lebih menarik dengan melibatkan berbagai indera peserta didik, sehingga meningkatkan keaktifan belajar.¹⁶

Temuan penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Putri et al. Yang menyatakan bahwa penerapan penerapan teknik *cinema therapy* dalam layanan bimbingan kelompok mampu meningkatkan keterlibatan dan antusiasme peserta didik selama proses layanan.¹⁷ Penelitian Afifah & Annisa juga menegaskan bahwa layanan bimbingan kelompok berbasis *cinema therapy* berjalan efektif karena mampu menciptakan suasana layanan yang kondusif serta mendorong peserta didik untuk lebih terbuka dalam proses refleksi diri.¹⁸

Berdasarkan analisis data, penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan terhadap tingkat motivasi belajar peserta didik pada kelompok eksperimen setelah diberikan intervensi berupa teknik *cinema therapy* dalam layanan bimbingan kelompok. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa penerapan teknik *cinema therapy* dalam layanan bimbingan kelompok memberikan pengaruh positif yang signifikan terhadap peningkatan motivasi belajar peserta didik. Intervensi ini tidak hanya meningkatkan motivasi belajar, tetapi juga membantu peserta didik membangun kesadaran akan pentingnya belajar, menumbuhkan sikap positif terhadap proses pembelajaran, serta mendorong peserta didik untuk lebih bertanggung jawab terhadap pencapaian akademiknya.

KESIMPULAN

Motivasi belajar peserta didik SMP Negeri 26 Makassar sebelum diberikan intervensi berada pada kategori rendah hingga sedang, setelah intervensi dengan teknik *cinema therapy* dalam layanan bimbingan kelompok, motivasi belajar peserta didik pada

¹⁵ Aprilia Murdia Ningsih, Dede Rahmat Hidayat, and Endang Setiyowati, "Pengaruh Penggunaan Cinematherapy Terhadap Peningkatan Motivasi Belajar Siswa (Studi Kuasi Eksperimen Terhadap Siswa Kelas XI Di SMA Negeri 59 Jakarta)," *Insight: Jurnal Bimbingan Konseling* 5, no. 1 (2015): 1, <https://doi.org/10.21009/insight.051.01>.

¹⁶ Jauharotul Makniyah, Vica Miftahul Jannah, and Luthfatul Qibtiyah, "Media Audiovisual Sebagai Sarana Peningkat Motivasi Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Fiqh," *Tut Wuri Handayani : Jurnal Keguruan Dan Ilmu Pendidikan* 4, no. 1 (2025): 19–25.

¹⁷ Putri, Nurwahidin, and Widiastuti, "Meningkatkan Motivasi Belajar Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Cinema Therapy Pada Siswa Kelas Viii Di Smp Negeri 4 Tulang Bawang Barat."

¹⁸ Afifah and Annisa, "Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik Cinematherapy Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik Kelas X Di SMK PGRI 3 Cimahi."

kelompok eksperimen meningkat menjadi kategori tinggi, sementara kelompok kontrol tetap pada kategori sedang. Pelaksanaan teknik *cinema therapy* dilakukan secara sistematis melalui tahapan orientasi, penayangan film, diskusi kelompok yang mencakup tahapan *disassociation*, *identification*, *internalization*, dan *transference*, dan refleksi nilai positif, sehingga mampu menciptakan suasana layanan yang menarik dan mendorong keterlibatan aktif peserta didik. Secara keseluruhan, penerapan teknik *cinema therapy* dalam layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan motivasi belajar peserta didik, ditunjukkan oleh peningkatan yang signifikan pada kelompok eksperimen dibandingkan dengan kelompok kontrol.

Penerapan teknik *cinema therapy* dalam layanan bimbingan kelompok terbukti efektif meningkatkan motivasi belajar peserta didik secara signifikan. Secara praktis, teknik ini dapat menjadi alternatif inovatif bagi guru Bimbingan dan Konseling dalam merancang layanan yang lebih menarik dan berbasis pengalaman emosional peserta didik.

Keterbatasan penelitian ini terletak pada jumlah sampel yang relatif kecil dan belum adanya pengukuran tindak lanjut (follow-up) untuk melihat keberlanjutan efek intervensi. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan melibatkan sampel lebih luas serta melakukan pengukuran longitudinal untuk mengetahui daya tahan peningkatan motivasi belajar.

DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, Nandytha Meidiana Nur', and Dona Fitri Annisa. "Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik Cinematherapy Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik Kelas X Di SMK PGRI 3 Cimahi." *FOKUS (Kajian Bimbingan Dan Konseling Dalam Pendidikan)* 7, no. 2 (2024): 179–85. <https://doi.org/10.22460/fokusv7i2>.
- Asrori. *Psikologi Pendidikan Pendekatan Multidisiplines*. CV. Pena Persada, 2020.
- Buchori, S., and N. Fakhri. "Terapi Film Dalam Mengembangkan Budaya Damai Siswa." *Prosiding Konvensi Nasional Bimbingan Dan Konseling (BK) Ke XX*. 2, no. 3 (2018): 1061–67. https://www.researchgate.net/publication/338036879_Terapi_Film_Dalam_Mengembangkan_Budaya_Damai_Siswa.
- Creswell, John W. *Research Design: Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*. Yogyakarta: Pustaka pelajar, 2010.
- Hartanti, Jahju. *Bimbingan Kelompok. Book*, 2022.
- Isna, Nely Mazidah, and Evi Winingsih. "Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik Cinema Therapy Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Karir Siswa." *Jurnal BK UNESA* 13, no. 1 (2022): 760–71. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/45717>.
- Makniyah, Jauharotul, Vica Miftahul Jannah, and Luthfatul Qibtiyah. "Media Audiovisual Sebagai Sarana Peningkat Motivasi Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Fiqh." *Tut Wuri Handayani : Jurnal Keguruan Dan Ilmu Pendidikan* 4, no. 1 (2025):

19–25.

- Muin, Abdul. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Literasi Nusantara Abadi, 2023.
- Ningsih, Aprilia Murdia, Dede Rahmat Hidayat, and Endang Setiyowati. “Pengaruh Penggunaan Cinematherapy Terhadap Peningkatan Motivasi Belajar Siswa (Studi Kuasi Eksperimen Terhadap Siswa Kelas XI Di SMA Negeri 59 Jakarta).” *Insight: Jurnal Bimbingan Konseling* 5, no. 1 (2015): 1. <https://doi.org/10.21009/insight.051.01>.
- Pandang, Abdullah, and Muhammad Anas. *Penelitian Eksperimen Dalam Bimbingan Konseling Konsep Dasar & Aplikasinya Tahap Demi Tahap*. Badan Penerbit UNM, 2019.
- Putri, Susi Liana, Muhammad Nurwahidin, and Ratna Widiastuti. “Meningkatkan Motivasi Belajar Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Cinema Therapy Pada Siswa Kelas Viii Di Smp Negeri 4 Tulang Bawang Barat.” *Sigma-Mu* 15, no. 1 (2023): 9–15. <https://doi.org/10.35313/sigmamu.v15i1.5316>.
- Sardiman, A M. *Interaksi Dan Motivasi Belajar Mengajar (Cetakan 24)*. Jakarta: Rajawali Pers, 2018.
- Suharni, Suharni. “Upaya Guru Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa.” *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 6, no. 1 (2021): 172–84. <https://doi.org/10.31316/g.couns.v6i1.2198>.
- Sulistyowati, Endah, and Denok Setiawati. “Pemanfaatan Cinema Therapy Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Pemahaman Tentang Meningkatkan Perilaku Prososial Siswa Kelas VIII di SMP Negeri 2 Menganti.” *Jurnal BK UNESA*, 2016, 1–10.
- Syahriar, Cholidahanum Wieddar, Wardatul Djannah, and Ulya Makhmudah. “Keefektifan Cinema Therapy Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Siswa SMK.” *Jurnal Psikoedukasi Dan Konseling* 3, no. 1 (2022): 50. <https://doi.org/10.20961/jpk.v3i1.28962>.