



**PELAKSANAAN KONSELING INDIVIDU DENGAN TEKNIK *NLP*  
(*NEURO LINGUISTIC PROGRAMMING*) UNTUK MENGATASI  
KECEMASAN BELAJAR MATEMATIKA  
SISWA DI MAN 1 MEDAN**

**SKRIPSI**

*Diajukan untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi  
Syarat-Syarat untuk Mencapai Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)  
dalam Ilmu Tarbiyah dan Keguruan*

**Oleh**

**NUR INTAN  
NIM. 33.16.1.065**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SUMATERA UTARA  
MEDAN  
2020**



**PELAKSANAAN KONSELING INDIVIDU DENGAN  
TEKNIK NLP (NEURO LINGUISTIC PROGRAMMING) UNTUK  
MENGATASI KECEMASAN BELAJAR MATEMATIKA  
SISWA DI MAN 1 MEDAN**

**SKRIPSI**

*Diajukan untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi  
Syarat-Syarat untuk Mencapai Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)  
dalam Ilmu Tarbiyah dan Keguruan*

**Oleh**

**NUR INTAN**  
**33.16.1.065**

**PEMBIMBING I**

**Dr. H. Candra Wijaya, M.Pd**  
**NIP. 197404072007011037**

**PEMBIMBING II**

**Afif Siregar, M.Pd.I**  
**NIP. 198607162015031002**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SUMATERA UTARA  
MEDAN  
2020**

## PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Nur Intan

Nim : 33.16.1.065

Prodi : Bimbingan Konseling Islam

Judul : “Pelaksanaan Konseling Individu Dengan Teknik *NLP (Neuro Linguistic Programming)* Untuk Mengatasi Kecemasan Belajar Matematika Siswa Di MAN 1 Medan”.

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya serahkan ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri, kecuali kutipan-kutipan dari ringkasan yang semuanya telah dijelaskan sumbernya. Apa bila kemudian hari atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil orang lain, maka gelar dan ijazah yang diberikan oleh universitas batal saya terima.

Medan, September 2020

Yang Membuat Pernyataan

**NUR INTAN**  
**NIM. 33.16.1.065**

## ABSTRAK

**Nama** : Nur Intan  
**NIM** : 33. 16. 10. 65  
**Fakultas** : Ilmu Tarbiyah dan Keguruan  
**Program Studi** : Bimbingan Konseling Islam  
**Pembimbing I** : Dr. H. Candra Wijaya, M.Pd  
**Pembimbing II** : Alfin Siregar, M.Pd.I  
**Judul Skripsi** : Pelaksanaan Konseling Individu Dengan Teknik *NLP (Neuro Linguistic Programming)* Untuk Mengatasi Kecemasan Belajar Matematika Siswa Di MAN I Medan

---

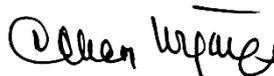
**Kata Kunci:** Konseling Individu, Teknik *NLP (Neuro Linguistic Programming)*, Kecemasan Belajar Matematika Siswa

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana pelaksanaan konseling individu dengan teknik *nlp (neuro linguistic programming)* untuk mengatasi kecemasan belajar matematika siswa di MAN 1 Medan.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif dan menggunakan subjek yang disebut informan yaitu kepala sekolah, guru BK, guru mata pelajaran dan siswa-siswi MAN I Medan. Dan adapun teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan pengamatan langsung seperti wawancara, observasi dan dokumentasi, terhadap pelaksanaan konseling individu dengan teknik *nlp (neuro linguistic programming)* untuk mengatasi kecemasan belajar matematika siswa di MAN 1 Medan. Teknik analisis data terbagi menjadi tiga diantaranya reduksi data, sajian data dan penarikan kesimpulan.

Hasil penelitian ini memberikan makna melalui pelaksanaan konseling Individu dengan teknik *nlp (neuro linguistic programming)* untuk mengatasi kecemasan belajar matematika siswa ini dilaksanakan ketika ada siswa yang mengalami kecemasan pada saat pelajaran matematika, dan hasilnya sangat memuaskan dan cara guru BK mengetahui perubahannya yang dialami siswa setelah melaksanakan layanan konseling inidividu dengan teknik *nlp (neuro linguistic programming)* yaitu guru mata pelajaran (matematika) memberikan laporan mengenai hasil siswa yang mengalami kecemasan kepada guru BK bahwa sudah ada perubahan pada siswa yang mengalami kecemasan saat berada dikelas dalam menghadapi pelajaran matematika.

**Pembimbing Skripsi I**



---

**Dr. H. Candra Wijaya, M.Pd**  
**NIP. 197404072007011037**

## KATA PENGANTAR



As'salamualaikum Wr. Wb.

Alhamdulillah puji dan syukur kita panjatkan atas kehadiran Allah SWT. Yang mana telah memberikan kita segala kenikmatan rahmat dan karunia yang tak terhingga sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Selanjutnya tak lupa pula shalawat berangkaikan salam kita hadiakan kepada baginda Nabi besar Muhammad SAW. Yang mana kita harapkan syafaatnya di hari akhir kelak.

Peneliti menyelesaikan skripsi ini dengan judul **“Pelaksanaan Konseling Individu Dengan Teknik NLP (*Neuro Linguistic Programming*) Untuk Mengatasi Kecemasan Belajar Matematika Siswa Di MAN I Medan”** guna memenuhi syarat dan melengkapi tugas-tugas dalam mencapai gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.

Peneliti menyadari sepenuhnya bahwa proses penyusunan skripsi ini terdapat banyak hambatan yang peneliti alami, dan peneliti tidak menafikkan partisipasi beberapa pihak yang turut membantu peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu, penelit mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak **Prof. Dr. Syahrin Harahap, M.A** selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan, dan seluruh Wakil Rektor I, II, dan III.
2. Bapak **Dr. Mardianto, M.Pd** selaku Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan.

3. Ibunda **Dr. Hj. Ira Suryani, M.Si** selaku Ketua Jurusan BKI Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sumatera U Medan.
4. Bapak **Dr. H. Candra Wijaya, M.Pd**, selaku Dosen Pembimbing Skripsi I yang telah memberikan bimbingan dan arahan kepada peneliti dalam menyusun Skripsi ini.
5. Bapak **Alfin Siregar, M. Pd.I**, selaku Dosen Pembimbing Skripsi II yang telah memberikan bimbingan dan arahan kepada peneliti dalam menyusun Skripsi ini.
6. Bapak **Drs. Mahidin, MA**, selaku Penasehat Akademik peneliti yang selalu memberikan semangat dan juga nasihat terbaiknya sehingga peneliti mampu menyelesaikan proposal ini dengan maksimal.
7. Ibunda **Maisaroh, S.Pd, M.Si**, selaku kepala sekolah MAN I Medan, dan seluruh Guru dan Staf MAN I Medan, yang sangat membantu penulis dalam menyelesaikan skripsinya
8. Teristimewa untuk kedua orang tua saya yang tidak dapat ternilai kasih sayangnya, Ayahanda **Kasno** dan ibunda **Saodah**, terima kasih banyak atas pengorbanannya selama ini dan memberikan dukungan dan semangat demi kesuksesan anak-anaknya. Dan selalu menjadi inspirasi, dan motivasi hidup saya dalam setiap langka untuk menyelesaikan skripsi ini. Semoga kedua orang tua saya selalu dalam lindungan Allah SWT dimanapun berada, dan penulis memohon do'a semoga pengorbanan kedua orang tua saya mendapat keridhoan dari Allah Amin.

9. Kepada Abang dan Kakak saya, **Irwan Syaputra, Abu Ayub Alansyari, Muammar Fahmi Alwi S.H, Irfan A.Md.KA, Nur Lili Linda Sari, S.Pd, Adea Sinta** dan adik tersayang saya **Muhammad Jamal** keponaan aunty, **Nur Zesika Claudiya Sari, Nur Tasya Auliah, Refan Rahmadani**, yang selalu mendo'a kan saya dari kejauhan untuk segera menyelesaikan skripsi ini dan mengingatkan dan memotivasi saya untuk terus berjuang dalam menyelesaikan skripsi ini sehingga bisa lulus cepat dan di waktu yang tepat.
10. Kepada kakak saya, **Elsyah Mawaddah S.E, Cahya Wulandari S.Pd, Gabby Angelia Ghajali S.Pd, Tri Ernawati S.Pd** yang selalu mendo'akan saya dan memberi dukungan dan motivasi kepada saya dalam menyelesaikan skripsi ini.
11. Kepada sahabatil janna saya, **Rizka Syafitri, Eka Arviani, Isnora Hasibuan, Delly Ardina, Shafiyah Simanullang, Aminah Luthfi Zakiyyah** yang selalu mendukung saya dalam menyelesaikan skripsi ini.
12. Kepada teman **BKI-1 Stambuk 2016** semoga kita berhasil untuk dunia dan akhirat amin ya rabbalalamin.

Peneliti menyadari masih terdapat kekurangan dalam penelitian skripsi ini, oleh karena itu peneliti sangat mengharapkan kritik dan saran dari pembaca agar kedepannya peneliti dapat memperbaikinya. Akhir kata peneliti berharap semoga skripsi ini dapat berguna dan semoga Allah SWT selalu melindungi kita semua Amin.

Medan, November 2020

Penulis

**Nur Intan**

**NIM: 33161065**

**DAFTAR ISI**

|                                                                        |           |
|------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>ABSTRAK .....</b>                                                   | <b>i</b>  |
| <b>KATA PENGANTAR.....</b>                                             | <b>ii</b> |
| <b>DAFTAR ISI.....</b>                                                 | <b>v</b>  |
| <b>BAB I : PENDAHULUAN.....</b>                                        | <b>1</b>  |
| A. Latar Belakang Masalah .....                                        | 1         |
| B. Fokus Masalah .....                                                 | 6         |
| C. Rumusan Masalah .....                                               | 6         |
| D. Tujuan Penelitian .....                                             | 6         |
| E. Manfaat Penelitian .....                                            | 7         |
| <b>BAB II : KAJIAN TEORI .....</b>                                     | <b>8</b>  |
| A. Konseling Individu.....                                             | 8         |
| 1. Pengertian Konseling Perorangan (Individual).....                   | 8         |
| 2. Komponen Konseling Perorangan (Individual).....                     | 8         |
| 3. Asas Konseling Perorangan (Individual).....                         | 10        |
| 4. Tujuan Konseling Perorangan (Individual).....                       | 13        |
| 5. Teknik Umum Konseling Perorangan (Individual).....                  | 14        |
| B. Teknik <i>NLP (Neuro Linguistic Programming)</i> .....              | 15        |
| 1. Pengertian Teknik <i>NLP (Neuro Linguistic Programming)</i> .....   | 15        |
| 2. Asumsi-Asumsi Dasar <i>NLP (Neuro Linguistic Programming)</i> ..... | 16        |
| 3. Model Neurologi.....                                                | 18        |
| 4. Model Linguistik.....                                               | 19        |
| 5. Model Programan.....                                                | 19        |
| 6. Alam Sadar Dan Alam Bawah Sadar.....                                | 20        |

|                                                                                |           |
|--------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 7. Pelaksanaan Teknik <i>NLP</i> ( <i>Neuro Linguistic Programming</i> ) ..... | 21        |
| C. Kecemasan Belajar Matematika.....                                           | 22        |
| 1. Pengertian Kecemasan.....                                                   | 22        |
| 2. Bentuk-Bentuk Kecemasan Dan Gejala Yang Di Timbulkan.....                   | 23        |
| 3. Pengertian Belajar Matematika.....                                          | 24        |
| D. Penelitian Yang Relevan.....                                                | 25        |
| <b>BAB III: METODOLOGI PENELITIAN.....</b>                                     | <b>28</b> |
| A. Metode Penelitian.....                                                      | 28        |
| B. Subjek Penelitian .....                                                     | 29        |
| C. Lokasi Penelitian .....                                                     | 29        |
| D. Teknik Pengumpulan Data.....                                                | 29        |
| 1. Observasi .....                                                             | 29        |
| 2. Wawancara.....                                                              | 30        |
| 3. Dokumentasi .....                                                           | 31        |
| E. Analisis Data .....                                                         | 31        |
| F. Pemeriksaan Pengecekan Keabsahan Data.....                                  | 34        |
| <b>BAB IV: TEMUAN DAN PEMBAHASAN PENELITIAN.....</b>                           | <b>36</b> |
| A. Temuan Umum.....                                                            | 36        |
| B. Temuan Khusus.....                                                          | 55        |
| C. Pembahasan Hasil Penelitian.....                                            | 73        |
| <b>BAB V: KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>                                        | <b>86</b> |
| A. Kesimpulan.....                                                             | 86        |
| B. Saran .....                                                                 | 86        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>                                                     | <b>88</b> |
| <b>LAMPIRAN.....</b>                                                           | <b>91</b> |

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Di dalam Undang-undang Nomor 2 Tahun 2003 tentang sistem pendidikan Nasional dijelaskan bahwa pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan Negara. Pendidikan adalah kegiatan yang dilakukan dengan sengaja dan terencana melalui proses kegiatan bimbingan, tuntunan kepada anak sehingga memiliki kecerdasan intelegensi, emosional dan spiritual dan menjadi insan kamil dalam hidupan kehidupannya kelak.<sup>1</sup>

Bimbingan dan konseling adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh orang yang ahli kepada seseorang atau beberapa orang individu guna mengembangkan potensi dirinya dan memecahkan masalah yang dihadapi klien.<sup>2</sup>

Dari penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa bimbingan dan konseling merupakan proses bantuan yang diberikan konselor kepada konseli untuk mengoptimalkan potensi yang dimiliki oleh konseli melalui kegiatan layanan bimbingan konseling seperti layanan orientasi yang diberikan guru BK untuk mengenalkan objek-objek baru kepada siswa agar dirinya mampu

---

<sup>1</sup> Rusdi Ananda, Dan Amiruddin. 2017. *Inovasi Pendidikan Melejitkan Potensi Teknologi Dan Inovasi Pendidikan*. (Medan: Perdana Publishing). Hal.2

<sup>2</sup> Prayitno Dan Erman Amti. 1999. *Dasar-dasar Bimbingan Dan Konseling*.(Jakarta: Rineka Cipta). Hal. 99

menyesuaikan diri, layanan informasi memberikan informasi yang penting namun jika siswa mengalami masalah maka konselor melakukan layanan konseling individu untuk membantu dalam mengentaskan masalah berupa alternatif pemecahan masalah namun keputusan tetap ditangan konseli.

Konseling perorangan berlangsung dalam suasana komunikasi atau tatap muka secara langsung antara konselor dengan klien (siswa) yang membahas berbagai masalah yang dialami klien. Pembahasan masalah dalam konseling perorangan bersifat holistik dan mendalam serta menyentuh hal-hal penting tentang diri klien (sangat mungkin menyentuh rahasia pribadi klien), tetapi juga bersifat spesifik menuju kearah pemecah masalah.<sup>3</sup>

Dapat disimpulkan bahwa konseling perorangan yang terdiri dari konselor dan klien yang saling tatap muka secara langsung dan disini klien membahas berbagai masalah yang dialaminya. Disini konselor hanya memberikan arahan dan solusi selebihnya klienlah yang menyelesaikan permasalahannya agar klien lebih bersikap dewasa dan mandiri dalam menyelesaikan suatu permasalahan.

Berdasarkan bahan bacaan penulis berkeinginan untuk memecahkan permasalahan yang dihadapi siswa dengan cara memberikan teknik *NLP (Neuro Linguistic Programming)* merupakan sistem komunikasi untuk meningkatkan kualitas komunikasi yang pada gilirannya untuk meningkatkan kualitas diri baik pikiran, perasaan dan tindakan dengan mengelolah sistem syaraf penghubung lima indera, kemampuan alami secara verbal dan nonverbal, pola pikiran perasaan dan tindakan.<sup>4</sup>

---

<sup>3</sup> Tohirin. 2013. *Bimbingan dan Konseling Islam di Sekolah dan Madrasah*. (Jakarta : RajaGrafindo Persada). Hal. 158

<sup>4</sup> Subiyono Dkk. 2015. *Afirmasi Visualisasi dan Kekuatan Pikiran Hypnosis Meta NLP*. (Yogyakarta: K-Media). Hal 36

Dari penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa teknik *NLP (Neuro Linguistic Programming)* merupakan sistem saraf yang mengacu pada pengolahan kemampuan bahasa manusia secara verbal berupa lisan dan nonverbal yang berupa gaya berpikir dan kepercayaan. Misalnya perilaku guru yang menyenangkan sebelum memberikan pembelajaran kepada siswa sehingga siswa akan mempersepsikan pelajaran tersebut dengan baik, tidak merasa bahwa pelajaran matematika merupakan hal yang sulit yang dirubah menjadi perasaan yang menyenangkan.

Proses *Nlp (Neuro Linguistic Programming)* di Madrasah Aliya Negeri 1 Medan (MAN 1 Medan) sudah dijalankan, dan teknik *NLP (Neuro Linguistic Programming)* ini sangat membantu siswa kedepannya dalam mengentaskan permasalahannya, contohnya seperti ada siswa yang kesulitan saat belajar matematika maka disitulah seorang siswa/klien berkonsultasi dengan seorang konselor atau guru BK maka seorang klien menceritakan masalahnya dan konselor memberikan arahan kepada klien seperti konseling individu dan dibarengi dengan teknik *nlp (Neuro Linguistic Programming)*. Dan yang lebih uniknya lagi sebelum melaksanakan teknik *nlp (Neuro Linguistic Programming)* siswa dan konselor ber Do'a terlebih dahulu setelah selesai baru konselor memberi terapi kepada klien seperti memberikan kata-kata yang positif, memberikan motivasi agar siswa tersebut lebih berani dan percaya diri dalam menghadapi suatu permasalahan.

Menurut Feni Etika Rahmawati dan Wiryo Nuryono dalam jurnal BK. O'Connor dalam setiawan menjelaskan bahwa *NLP (Neuro Linguistic Programming)* adalah suatu cara untuk mempelajari bagaimana seseorang dapat begitu sempurna dalam satu hal dan kemudian mengajarkan hal tersebut pada

orang lain. Lebih lanjut, ia menerangkan bahwa *NLP (Neuro Linguistic Programming)* adalah seni karena setiap orang membawa kepribadian dan keunikan masing-masing di dalam setiap hal yang mereka kerjakan, dan karenanya tidak mungkin dapat ditangkap secara utuh melalui kata-kata ataupun teknik. Sedangkan kecemasan memiliki berbagai dampak dalam kehidupan. Sukmadinata dalam Ratnasari mengungkapkan bahwa kecemasan dan kekhawatiran dengan intensitas yang sangat kuat akan bersifat negatif karena dapat menimbulkan gangguan baik secara fisik maupun secara psikis.<sup>5</sup>

Dapat disimpulkan bahwa teknik *NLP (Neuro Linguistic Programming)* dan kecemasan dapat membawa keunikan tersendiri, teknik *nlp (Neuro Linguistic Programming)* ini membawa kepribadian dan keunikan dari masing-masing individu, sedangkan kecemasan sendiri memiliki dampak yang negatif.

Kecemasan matematika merupakan sikap mental yang sering dialami oleh anak didik dalam belajar matematika di dalam kelas. Sementara itu Tobias mendeskripsikan kecemasan matematika sebagai kepanikan, ketidak berdayaan, kelumpuhan dan kekacauan mental yang datang pada seseorang ketika dia disuruh memecahkan permasalahan matematika.<sup>6</sup>

Dapat disimpulkan bahwa masih ada siswa yang mengalami kecemasan pada pelajaran matematika di kelas dan ini bisa terjadi karena siswa terlalu panik dan takut ketika saat belajar matematika dan hal ini juga bisa berpengaruh

---

<sup>5</sup> Feni Etika RahmaWati Dan Wiryo Nuryono. 2014. “Penerapan Terapi *NLP (Neuro Linguistic Programming)* Untuk Menurunkan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 2 Pare”. Jurnal BK, Vol. 04 No. 03. Hal. 678

<sup>6</sup> Ali Umar. 2017. “Implementasi Pendekatan Pembelajaran Kontektual Dengan *Hypnoteaching* Untuk Mereduksi Tingkat Kecemasan Matematika (*Mathematics Anxiety*) Siswa”. Jurnal As-Salam. Vol. 1 No. 3. Hal. 2

terhadap perkembangan fisikis siswa tersebut. Contohnya seperti stres dan tekanan saat belajar matematika.

Menurut Santrock rata-rata performa matematika laki-laki lebih tinggi dibandingkan dengan perempuan, namun tidak semua laki-laki memiliki performa yang lebih baik dibandingkan dengan perempuan.<sup>7</sup>

Berdasarkan fakta yang terjadi di MAN 1 Medan masih ada siswa yang mengalami kecemasan dalam pelajaran matematika, hal ini terlihat dari ketika siswa diminta oleh guru matematika untuk mengerjakan soal matematika, di depan kelas, ekspresi wajah siswa yang mengalami cemas matematika tersebut ekspresinya seperti kepanikan (keringat dingin), takut dan khawatir akan pelajaran matematika. Siswa tersebut panik karena ia malamnya tidak belajar dan tidak menguasai rumus dan dasar-dasar matematika. Hal ini dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal dari siswa yang kurang aktif dalam pembelajaran di kelas, kurangnya minat pembelajaran matematika, kemampuan belajar matematika yang masih rendah dan motivasi yang rendah.

Kecemasan matematika pada siswa dapat dilihat ketika siswa mengeluh, merasa tidak nyaman, dan tidak tenang ketika belajar matematika di dalam kelas. Kondisi ini sering mewarnai proses pembelajaran matematika sehingga dapat berpengaruh terhadap hasil yang diperoleh siswa. Dari beberapa peneliti (Anggreini, 2010, Anita, 2014, Leonard & Supardi, 2010) mengemukakan bahwa

---

<sup>7</sup> Irel Nofialdi Dan Maison Dkk. 2018. "*Tingkat Kecemasan Matematika Siswa SMA Negeri 2 Kerinci Kelas X MIA Sebelum Menghadapi Tes Matematika Berdasarkan Gender Dan Hubungan Dengan Hasil Belajar*". Jurnal Riset Pendidikan Matematika, Vol. 1 No. 2. Hal. 12

semakin tinggi tingkat kecemasan yang dialami oleh siswa maka semakin kecil hasil yang diperoleh oleh siswa dan berlaku sebaliknya.<sup>8</sup>

Berangkat dari latar belakang tersebut Peneliti tertarik dalam mengambil judul tentang

**PELAKSANAAN KONSELING INDIVIDU DENGAN TEKNIK *NLP* (*NEURO LINGUISTIC PROGRAMMING*) UNTUK MENGATASI KECEMASAN BELAJAR MATEMATIKA SISWA DI MAN 1 MEDAN**

**B. Fokus Masalah**

Berdasarkan latar belakang penelitian diatas maka yang menjadi fokus masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Pelaksanaan konseling individu dengan teknik *Nlp* (*Neuro Linguistic Programming*) untuk mengatasi kecemasan belajar matematika siswa di MAN 1 Medan

**C. Rumusan Masalah**

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana pelaksanaan konseling individu dengan teknik *NLP* (*Neuro Linguistic Programming*) untuk mengatasi kecemasan belajar matematika siswa di MAN 1 Medan?

**D. Tujuan Penelitian**

Adapun Penelitian ini bertujuan untuk:

1. Untuk mengetahui bagaimana pelaksanaan konseling individu dengan teknik *NLP* (*Neuro Linguistic Programming*) untuk mengatasi kecemasan belajar matematika siswa di MAN 1 Medan

---

<sup>8</sup> Hari Purnomo Susanto. 2016. "*Analisis Hubungan Kecemasan, Aktivitas, Dan Motivasi Berprestasi Dengan Hasil Belajar Matematika Siswa.*" *Jurnal Tadris Matematika*, Vol. 9 No. 2. Hal. 3

## **E. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini dapat ditinjau dari dua segi yaitu:

### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini dapat memberi manfaat yang bersifat positif pada ilmu pengetahuan khususnya di bidang pendidikan terutama yang berkaitan dengan konseling individu dengan teknik *NLP (Neuro Linguistic Programming)* untuk mengatasi kecemasan belajar matematika siswa di dalam dunia pendidikan.

### **2. Manfaat Praktis**

- a. Bagi siswa diharapkan mampu mengatasi kecemasan matematika
- b. Bagi guru BK dapat digunakan sebagai alternatif dalam memberikan pelayanan terhadap siswa, terutama yang berkaitan dengan konseling individu sebagai wadah untuk mengatasi kecemasan belajar matematika siswa dalam bersaing di dunia pendidikan.
- c. Bagi peneliti untuk memperbanyak wawasan penulis dalam memperoleh ilmu pengetahuan dan memahami bagaimana pelaksanaan konseling individu dengan teknik *NLP (Neuro Linguistic Programming)* untuk mengatasi kecemasan belajar matematika siswa
- d. Bagi kepala sekolah agar dapat menerapkan konseling individu dengan teknik *NLP (Neuro Linguistic Programming)* untuk mengatasi kecemasan belajar matematika siswa.

## BAB II

### KAJIAN TEORI

#### A. **Konseling Individual**

##### 1. **Pengertian Konseling Perorangan (Individual)**

Konseling individual adalah proses belajar melalui hubungan khusus secara pribadi dalam wawancara antara seorang konselor dan seorang konseli (siswa). Konseli mengalami kesukaran pribadi yang tidak dapat ia pecahkan sendiri, kemudian ia meminta bantuan konselor sebagai petugas yang profesional dalam jabatannya dengan pengetahuan dan keterampilan psikologi.<sup>9</sup>

Dapat disimpulkan bahwakonseling individu berlangsung dalam suasana komunikasi atau tatap muka secara langsung antara konselor dengan klien (siswa) yang membahas berbagai masalah yang dialami klien. Pembahasan masalah dalam konseling individu bersifat holistik dan mendalam serta menyentuh hal-hal penting tentang diri klien (sangat mungkin menyentuh rahasia pribadi klien), tetapi juga bersifat spesifik menuju kearah pemecahan masalah. Melalui konseling perorangan, klien akan memahami kondisi dirinya sendiri, lingkungannya, permasalahan yang dialami, kekuatan dan kelemahan dirinya, serta kemungkinan upaya untuk mengatasi masalah.

##### 2. **Komponen Konseling Perorangan (Individual)**

Dalam layanan konseling individual berperan dua pihak, yaitu seseorang konselor dan seorang klien.

---

<sup>9</sup> Achmad Juntika Nurihsan. 2007. *Strategi Layanan Bimbingan Dan Konseling*. (Bandung: Refika Aditama). Hal. 10

a. Konselor

Konselor adalah seorang ahli dalam bidang konseling, yang memiliki kewenangan dan mandat secara profesional untuk melaksanakan kegiatan pelayanan konseling. Dalam layanan konseling individual konselor menjadi aktor yang secara aktif mengembangkan proses konseling melalui dioperasionalkannya pendekatan, teknik dan asas-asas konseling terhadap klien. Dalam proses konseling, selain media pembicaraan verbal, konselor juga dapat menggunakan media tulisan, gambar, media elektronik, dan media pembelajaran lainnya, serta media pengembangan tingkah laku. Semua hal itu diupayakan konselor dengan cara-cara yang cermat, tetap dan berhasil demi terentaskannya masalah yang dialami klien.

b. Klien

Klien adalah seorang individu yang sedang mengalami masalah, atau setidaknya sedang mengalami sesuatu yang ingin ia sampaikan kepada orang lain. Klien menanggung semacam beban, uneg-uneg, atau mengalami suatu kekurangan yang ingin ia isi. Bisa juga ada sesuatu yang ingin atau perlu dikembangkan pada dirinya. Semua itu agar ia mendapatkan suasana pikiran atau perasaan yang lebih ringan, memperoleh nilai tambah, hidup lebih berarti, dan hal-hal yang positif lainnya dalam menjalani hidup sehari-hari dalam rangka kehidupan dirinya secara menyeluruh.

Klien datang dan bertemu konselor dengan cara yang berbeda-beda. Ada yang datang sendiri dengan kemauan yang kuat untuk menemui konselor. Ada yang datang dengan perantaraan orang lain. Bahkan ada yang datang mungkin terpaksa karena di dorong atau diprintah oleh pihak lain. Kedatangan

klien bertemu konselor disertai dengan kondisi tertentu yang ada pada diri klien itu sendiri. Dalam pada itu, apa pun latar belakang kedatangan klien dan bagaimana pun juga kondisi diri klien sejak paling awal pertemuannya dengan konselor, semuanya itu harus disikapi oleh konselor dengan penerapan asas kekinian dan prinsip “klien tidak pernah salah (KTPS)”.<sup>10</sup>

Dapat disimpulkan bahwa dalam pelaksanaan konseling individual terdapat dua komponen penting yaitu konselor dan klien dimana konselor ialah komponen yang penting dalam konseling individual. Dalam kegiatan konseling individual, konselor memiliki peran. Dan klien ialah salah satu unsur pokok dalam kehidupan individual. Tanpa adanya klien maka konseling individual tidak bisa berjalan.

### **3. Asas Konseling Perorangan (Individual)**

#### **a. Asas Kerahasiaan**

Tidak pelak lagi, hubungan interpersonal yang amat intens sanggup membongkar berbagai isi pribadi yang paling dalam sekalipun, terutama pada sisi klien. Untuk ini asas kerahasiaan menjadi jaminannya. Segenap rahasia pribadi klien yang terbongkar menjadi tanggung jawab penuh konselor untuk melindunginya. Keyakinan klien akan adanya perlindungan yang demikian itu menjadi jaminan untuk suksesnya pelayanan.

#### **b. Asas Kegiatan**

Kekhasan yang paling mendasar layanan konseling individual adalah hubungan interpersonal yang amat intens antara klien dan konselor. Hubungan ini benar-benar sangat mempribadi, sehinggalah boleh dikatakan antara kedua pribadi

---

<sup>10</sup> Prayitno. 2017. *Konseling Profesional Yang Berhasil (Layanan Dan Kegiatan Pendukung)*. (Jakarta: RajaGerapindo Persada). Hal. 110

itu “saling masuk-memasuki”.Konselor memasuki pribadi klien dan klien memasuki pribadi konselor. Proses layanan konseling dikembangkan sejalan dengan suasana yang demikian, sambil di dalamnya dibangun kemampuan khusus klien untuk keperluan kehidupannya. Asas-asas konseling memperlancar proses dan memperkuat bangunan yang ada di dalam layanan konseling individu.

c. Asas Kesukarelaan

Kesukarelaan penuh klien untuk menjalani proses layanan konseling individu bersama konselor menjadi buah dari terjaminnya kerahasiaan pribadi klien. Dengan demikian kerahasiaan-kesukarelaan menjadi unsur dwi tunggal yang mengantarkan klien ke arena proses layanan konseling individu. Asas kerahasiaan dan kesukarelaan akan menghasilkan keterbukaan klien.

Klien *self-referral* pada awalnya dalam kondisi sukarela untuk bertemu konselor. Kesukarelaan awal ini harus di pupuk dan dikuatkan. Apabila penguatan kesukarelaan awal ini gagal dilaksanakan maka keterbukaan tidak akan terjadi dan kelangsungan proses layanan konseling individu terencana kegagalan.

Menghadapi klien yang *non-self-referral*, termasuk klien yang dipanggil tugas konselor menjadi lebih berat, khususnya dalam mengembangkan kesukarelaan dan keterbukaan klien. Dalam hal ini, seberat apa pun pengembangan kesukarelaan dan keterbukaan itu harus dilakukan konselor, apabila proses konseling hendak dihidupkan dan berhasil.

d. Asas Kekinian

Asas kekinian diterapkan sejak paling awal konselor bertemu klien. Dengan nuansa kekinianlah segenap proses layanan dikembangkan dan atas dasar kekinian pulalah kegiatan klien dalam layanan dijalankan.

Klien dituntut untuk benar-benar aktif menjalani proses perbantuan melalui layanan konseling individu, dari awal dan selama proses layanan, sampai pada priode pasca layanan. Tanpa keseriusan dalam aktivitas yang dimaksud itu dikhawatirkan perolehan klien akan sangat terbatas atau keseluruhan proses layanan itu menjadi sia-sia.

e. Asas kenormatifan

Sege nap aspek teknis dan isi layanan konseling individu adalah noratif. Tidak ada satupun yang boleh terlepas dari kaidah-kaidah norma yang berlaku, baik norma agama, adat, hukum, ilmu, dan kebiasaan. Klien dan konselor terikat sepenuhnya oleh nilai-nilai dan norma yang berlaku yang menjadi spektrum nilai-nilai karakter-cerdas.

f. Asas Keahlian

Sebagai ahli dalam pelayanan Konseling, konselor mencurahkan keahlian profesionalnya dalam pengembangan konseling individu untuk kepentingan klien dengan menerapkan sege nap asas tersebut. Keahlian konselor itu diterapkan dalam suasana yang sukarela, terbuka dan aktif agar klien mampu mengambil keputusan sendiri dalam kondisi kenormatifan yang tinggi. Seluruh kegiatan itu bernuansa kekinian dan rahasia pribadi sepenuhnya dirahasiakan.

g. Keputusan Diambil Oleh Klien Sendiri

Inilah asas yang secara langsung menunjang kemandirian klien. Berkat rangsangan dan dorongan konselor agar klien berpikir, menganalisis, menilai dan menyimpulkan sendiri, mempersepsi, merasakan dan bersikap sendiri atas apa yang ada pada diri sendiri dan lingkungannya. Akhirnya klien mampu mengambil keputusan sendiri untuk bertindak dan mampu bertanggung jawab serta

menanggung resiko yang mungkin ada sebagai akibat keputusan tersebut. Dalam hal ini konselor tidak memberikan syarat apapun untuk diambilnya keputusan oleh klien, tidak mendesak-desak atau mengarahkan ssesuatu. Begitu juga tidak memberikan semacam persetujuan ataupun konfirmasi definitif atau sesuatu yang di kehendaki klien, meskipun klien memintanya kecuali mengaktifkan klien untuk ber-BMB3 secara positif terhadap materi keputusan yang diambilnya itu. Lebih jauh, mutu keberhasilan dan kenormatifannya harus dianalisis.

Konselor dengan tegas “membiarkan” klien tegak dengan sendirinya menghadapi tantangan yang ada. Dalam hal ini bantuan yang tidak putus-putusnya diupayakan konselor adalah memberikan semangat dalam arah “kamu pasti bisa” dan meneguhkan hasrat, memperkaya informasi, wawasan dan persepsi, memperkuat analisis atas antagonisme ataupun kontradiksi yang terjadi, melalui dinamika BMB3 dengan arah positif. dalam hal ini suasana yang “memfrustasikan klien” dan sikap “tiada maaf” merupakan cara-cara spesifik untuk membuat klien lebih tajam, kuat dan tegas dalam melihat dan menghadapi tantangan.<sup>11</sup>

Dapat disimpulkan bahwa asas dalam konseling individu adalah asas kerahasiaan, kegiatan, kesukarelaan, kekinian, kenormatifan, keahlian, dan keputusan di ambil oleh klien sendiri, dalam asas-asas tersebut klien harus lebih terbuka terhadap konselor, dan konselor harus bisa merahasiakan segenap data rahasia yang di ceritakan oleh kliennya.

#### **4. Tujuan Konseling Perorangan (Individual)**

Tujuan layanan konseling perorangan adalah agar klien memahami kondisi dirinya sendiri, lingkungannya, permasalahan yang dialami, kekuatan dan

---

<sup>11</sup> Ibid. Prayitno. Hal. 112

kelemahan dirinya sehingga klien mampu mengatasinya. Dengan perkataan lain, konseling perorangan bertujuan untuk mengentaskan masalah yang dialami klien.<sup>12</sup>

Tujuan konseling agar klien mencapai kehidupan berdaya guna untuk keluarga, masyarakat dan bangsanya. Satu hal yang paling penting dari tujuan konseling adalah agar meningkatkan keimanan dan ketaqwaan klien. Sehingga klien menjadi manusia yang seimbang antara pengembangan intelektual, sosial, emosional, dan moral, religius.<sup>13</sup>

Dapat disimpulkan bahwa tujuan konseling perorangan yaitu klien dapat memahami kondisi dirinya sendiri, dan mampu mengatasi permasalahannya. Dan konseling perorangan juga bertujuan untuk mengentaskan permasalahan yang dialami klien. Agar klien lebih meningkatkan keimanan dan ketaqwaan. Sehingga klien menjadi manusia yang berguna bagi siapa saja.

##### **5. Teknik Umum Konseling Perorangan (Individual)**

- a) Menerima klien, maksudnya menerima kedatangan klien dengan mesra dan penuh penghargaan.
- b) Penstrukturan, yaitu seorang konselor sering menemui klien yang belum mengetahui apa yang dimaksud dengan konseling atau masih ragu tentang beberapa aspek yang ada dalam konseling.
- c) Mendengar, memahami dan merespon (3M), jika klien diterima dengan baik keterampilan selanjutnya yang harus dimiliki konselor adalah keterampilan tiga M

---

<sup>12</sup> Ibid. Tohirin. Hal. 158

<sup>13</sup> Sopyan S. Willis. 2018. *Konseling Individual Teori Dan Praktek*. (Bandung: Alfabeta). Hal. 159

- d) Dorongan minimal, konseling kadang kala klien terhenti berbicara, sedangkan keinginan melanjutkan pembicaraan masih tampak pada diri klien
- e) Pertanyaan terbuka, klien lebih banyak mengutarakan isi pemikiran dan perasaannya.<sup>14</sup>

Dapat disimpulkan bahwa teknik umum konseling individual ialah seorang konselor harus bisa menerima keadaan kliennya dengan sebaik mungkin dan disini seorang konselor juga tidak boleh membedah-bedahkan kliennya baik dari segi fisiknya maupun agamanya.

## **B. Teknik *NLP (Neuro Linguistic Programming)***

### **1. Pengertian Teknik *NLP (Neuro Linguistic Programming)***

*Neuro* berbicara tentang otak dan bagaimana manusia berpikir. *Linguistic* membahas tentang bagaimana manusia menggunakan bahasa dan bagaimana dampaknya terhadap perilakunya. Sedangkan *Programming* menjelaskan tentang bagaimana seseorang memprogram atau mengurutkan tindakan-tindakannya yang dimulai di dalam pikirannya.<sup>15</sup>

*NLP (Neuro Linguistic Programming)* terdiri dari tiga kata, yaitu *neuro* yang makudnya setiap individu memiliki sistem penyaringan mental yang unik untuk memproses jutaan data yang diperolehnya melalui panca indra. Hasil proses penyaringan neurologis ini disebut peta metal pertama yang terdiri dari gambar internal, suara, sensasi. *Linguistic* kemudian memaknai secara pribadi informasi yang diterima dari dunia luar tersebut. Setiap pribadi akan menciptakan peta

---

<sup>14</sup> Abu Bakar M. Luddin. 2012. *Konseling Individual Dan Kelompok Aplikasi Dalam Praktek Konseling*. (Bandung: Citapustaka Media Printis). Hal. 62-64

<sup>15</sup> Salami. 2017. *Ada Apa Dengan Neuro Linguistic Programming (NLP)*. (Yogyakarta: Deepublish). Hal. 1

mental kedua dengan meletakkan bahasa pada gambar, suara, dan sensasi. Peta mental kedua ini biasa disebut *linguistic map*. Dan juga *programming* sebagai respon dalam bentuk perilaku yang terjadi sebagai hasil dari bekerjanya kedua peta mental tersebut.<sup>16</sup>

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa *nlp (neuro linguistic programming)* dapat membantu manusia berkomunikasi dengan baik dengan diri mereka sendiri. *Neuro* atau otak bisa dipengaruhi dengan kata-kata atau bahasa seseorang seperti dengan kata-kata bahasa yang positif. Dan *nlp (neuro linguistic programming)* juga dapat membantu manusia (individu) menciptakan tujuan positif bagi masa depannya, membantu memormalisasikan tujuan khusus dan rencana yang akan memimpin mereka pada masa depan yang lebih baik lagi.

## 2. Asumsi-Asumsi Dasar NLP (*Neuro Linguistic Programming*)

Asumsi-asumsi dasar atau cara berpikir *nlp (Neuro Linguistic Programming)* yang telah diakui oleh ilmuannya *nlp (Neuro Linguistic Programming)* adalah:

- a) Peta pikiran bukanlah wilayah yang sebenarnya, maksudnya disini adalah manusia merespond sesuai dengan pengalamannya, bukan sesuai dengan realita yang terjadi.
- b) Orang dengan fleksibilitas tinggi, lebih bebas dalam beradaptasi, maksudnya disini adalah setiap hari seseorang berkomunikasi dengan berbagai macam manusia. Banyak cara untuk selaras dengan orang lain.

---

<sup>16</sup> Nur Khumaidatuz Zahroh. 2017. "Pelatihan *Neuro Linguistic Programming (NLP)* Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri." *Jurnal Psikologi Indonesia*, Vol. 6 No. 1. Hal. 44

- c) Setiap orang berkata dan melakukan sesuatu sesuai dengan sumber daya yang dimilikinya pada saat itu, maksudnya adalah kadang ada seseorang pimpinan atau atasan yang selalu mengeluh karena bawahannya atau *officeboy* berbicara dengan bahasa yang kurang sopan.
- d) Menghargai cara orang lain dalam memahami dunia diluar dirinya, adalah salah satu cara untuk meraih kehidupan yang bahagia, maksudnya disini adalah setiap orang memiliki cara yang berbeda-beda dalam memfilter informasi yang diakses lewat lima indera.
- e) Semua tindakan memiliki tujuan, maksudnya disini adalah segala sesuatu yang dilakukan oleh seseorang memiliki tujuan yang ingin dicapai.<sup>17</sup>

Dapat disimpulkan bahwa asumsi-asumsi dasar atau cara berpikir *NLP* (*Neuro Linguistic Programming*) yang terdiri dari peta pikiran bukanlah wilayah yang sebenarnya, orang dengan fleksibilitas tinggi lebih bebas dalam beradaptasi, setiap orang berkata dan melakukan sesuatu sesuai dengan sumber daya yang dimilikinya pada saat itu, menghargai cara orang lain dalam memahami dunia diluar dirinya adalah salah satu cara untuk meraih kehidupan yang bahagia dan semua tindakan memiliki tujuan, dari asumsi-asumsi atau cara berpikir *nlp* (*Neuro Linguistic Programming*) inilah yang harus diterapkan agar klien lebih terbuka lagi dalam berpikir.

---

<sup>17</sup> Ibid. Salami. Hal.5- 6

### 3. Model Neurologi

Model yang berkaitan cara kerja saraf dalam merespond segala sesuatu yang terjadi diluar diri seseorang diantaranya adalah:

- a) Sistem representasi dan submodalitas, maksudnya ialah dalam *Nlp* dijelaskan bahwa gambar, suara, rasa, aroma, dan sesuai yang ada dalam pikiran seseorang disebut sebagai internal representasi dalam psikologi disebut dengan persepsi
- b) *Well-formed outcome*, maksudnya ialah pada pembahasan tentang pilar *nlp*, telah disebutkan bahwa salah satu pilarnya adalah *outcome* atau tujuan yang spesifik
- c) *Anchoring*, maksudnya ialah tindakan penjangkaran, penambatan, maupun pendekatan. Dalam *nlp* merupakan salah satu metode komunikasi yang menggunakan cara tertentu agar lawan bicara tetap fokus pada pokok pembicaraan
- d) *Rapport*, mksudnya ialah dalam psikologis sebagai prosedur untuk membangun keakraban dalam proses komunikasi agar pembicara dan pendengar memiliki pandangan yang sama tentang topik yang dikomunikasisehingga komunikasih berjalan dengan efektif.<sup>18</sup>

Dapat disimpulkan bahwa model neurologi yang terdiri dari sistem representasi dan sub modalitas, *Well-formed outcome*, *Anchoring*, dan *Rapport*, ke empat model neurogi tersebut sangat di butuhkan dalam cara kerja syaraf, dalam merespond sesuatu yang terjadi diluar diri seseorang. Seperti membangun

---

<sup>18</sup> Ibid. Salami. Hal.17-33

keakraban dalam proses komunikasi agar pembicara dan pendengar memiliki pandangan yang sama tentang topik yang di bicarakan.

#### 4. Model Linguistik

##### a) Meta Model

Meta model dalam *nlp* adalah meta model yang dikembangkan oleh Ricard Bandler dan Jhon Grinder berdasarkan pola-pola bahasa yang digunakan oleh trapis Virginia satir dan fritz Perls.

##### b) Milton Model: *The Reverse Meta Model*

Conscious mind disebut juga dengan pikiran sadar, sedangkan unconscious mind adalah pikiran tak sadar ada juga yang menyebutkan pikiran bawah sadar yang kehadirannya tidak disadari.<sup>19</sup>

Dapat disimpulkan bahwa pikiran sadar berarti ia menyadari akan terjadinya hal tersebut, contohnya seperti membaca buku tanpa terasa, pikiran bawah sadar pembaca tersebut telah selesai membacanya.

#### 5. Model Programan

##### a) Penerapan pola-pola *nlp* (*Neuro Linguistic Programming*), hal yang perlu diperhatikan dalam penerapan *nlp* adalah persoalan Modelling.

*Nlp* (*Neuro linguistic Programming*) tidak hanya mampu memodel perilaku *excellent* orang lain, tapi juga perilaku *excellend* diri sendiri. Proses terapi *NLP* (*Nuro Linguistic Programming*) tidak berfokus pada positif atau negatifnya sebuah perilaku.

##### b) *Submodality belief change*, dalam *nlp* (*Nuro Linguistic Programming*) adalah pengembangan dari submodality sekalipun ia sudah menjadi

---

<sup>19</sup> Ibid. Salami. Hal.55-60

sebuah bentuk yang baku. Dalam ilmu *nlp* (*Nuro Linguistik Programming*) membahas soal keyakinan, membahas soal bagaimana sebuah keyakinan kode dalam pikiran dan perasaan seseorang.

- c) *Swish pattern*, yaitu menyelesaikan hal yang menjadi pokok permasalahan.
- d) *Fast phobia cure*, adalah salah satu teknik yang sangat terkenal dalam *nlp* (*Neuro Linguistic Programming*). Tidak saja disebabkan oleh kemampuannya melainkan juga menjadi ikon dari pendekatan *nlp* (*Nuro Linguistic Programming*) yang begitu unik dalam mengatasi berbagai masalah.<sup>20</sup>

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa teknik *nlp* (*Neuro Linguistic Programming*) ini sifatnya sangat unik dalam mengatasi suatu permasalahan yang di alami kliennya.

## **6. Alam Sadar Dan Alam Bawah Sadar**

Tiga aspek utama alam bawah sadar diantaranya adalah:

- a) Aspek biologi, kita lahir ke dunia dilengkapi dengan apa yang disebut freud sebagai id atau jung sebagai alam bawah sadar kolektif.
- b) Aspek alam bawah sadar sosial, mengacu bahasa kebiasaan-kebiasaan yang telah membudayakan
- c) Aspek alam bawah sadar personal, aspek tidak sadar dari ego

Alam sadar yang memberi kita kebebasan untuk memilih pilihan-pilihan yang tersedia. Alam sadar sifatnya personal alam sadar adalah milik kita sendiri.

---

<sup>20</sup> Ibid. Salami. 79-90

Didalam alam sadar apapun yang anda rasakan, pikirkan dan lakukan didasarkan pada pandangan subjektif anda terhadap realitas.<sup>21</sup>

Cotohnya seperti mengemudi mobil, pikiran sadar bisa digunakan untuk berdiskusi, mendengar ceramah melalui radio, menghafal Al-Qur'an. Tanpa terasa pikiran bawah sadar sudah membawahi pengemudi tersebut ke tempat kerjanya dengan selamat.

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa alam sadar yang memberi kita kebebasan untuk memilih pilihan-pilihan yang tersedia maksudnya ialah klien berhak memilih buku atau pasangan hidup karena alam sadar ini sifatnya sadar.

### **7. Pelaksanaan Teknik *NLP (Neuro Linguistic Programming)***

Pelaksanaan teknik *NLP (Neuro Linguistic Programming)* yaitu dengan menggunakan layanan konseling individu dan dibarengi dengan teknik *NLP (Neuro Linguistic Programming)*, yang pertama siswa di konseling oleh guru Bk lalu setelah selesaidi konseling siswa di terapi dengan menggunakan teknik *NLP (Neuro Linguistic Programming)* karena teknik *NLP (Neuro Linguistic Programming)* ini memberikan kata-kata yang positif terhadap klien atau siswa yang mengalami masalah dalam pelajaran matemematika.

Adapun contoh dalam *NLP (Neuro Linguistic Programming)* adalah:

Ketika anak tersebut berjalan sendiri dan gelap gulita disitu anak tersebut sudah berangapan bahwa kalau gelap pasti ada hantunya dan itu sudah menjadi kebudayaan kalau mati lampu dan berjalan sendiri pasti ada hantunya, siswa sudah berangapan seperti itu pikannya sudah ditanamkan seperti itu. Tanpa disadari alam sadar siswa tersebut bahwa mati lampu dan berjalan sendiri tidak

---

<sup>21</sup> C George Boeree. 2009. *Personality Theoris*. (Jogjakarta: Priskasophie). Hal.410-411

ada apa-apa disini anak tersebut harus di rubah pola pikirnya agar tidak berangapan negatif saja.

Dapat disimpulkan bahwa teknik *NLP (Neuro Linguistic Programming)* dapat merubah perilaku siswa yang awalnya merasa takut dan cemas tetapi dengan adanya *NLP (Neuro Linguistic Programming)* siswa merasa lebih berani dan percaya diri lagi.

### C. Kecemasan Belajar Matematika

#### 1. Pengertian Kecemasan

Sullivan dalam buku Jess Feist dan Gregory J. Feist mengatakan bahwa kecemasan biasanya berakar dari situasi interpersonal yang kompleks dan hanya tampak samar dalam kesadaran, rasa takut lebih jelas dikenal dan alasannya lebih mudah diketahui. Kedua, kecemasan tidak memiliki nilai Positif. Hanya ketika kecemasan berubah bentuk menjadi ketegangan (contohnya rasa marah atau takut) maka ia dapat mendorong kearah tindakan yang menguntungkan. Ketiga, kecemasan menghambat terpenuhinya kebutuhan, sedangkan rasa takut kadang membantu manusia memenuhi kebutuhan-kebutuhan tertentu.<sup>22</sup>

Dapat disimpulkan bahwa kecemasan bisa terjadi karena adanya sesuatu yang membuat siswa tersebut merasa khawatir dan kepikiran terus, sehingga siswa tersebut merasa panik, takut dan cemas. Dan sebagaimana di jelaskan dalam AL-Qur'an surat (Al-Baqarah : 155) sebagai berikut:

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ  
وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ

<sup>22</sup>Jess Feist Dan Gregory J. Feist. 2010. *Teori Kepribadian Theories Of Personality*. (Jakarta Selatan: Salemba Humanika). Hal. 261

*Artinya: Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar.*<sup>23</sup>

Berdasarkan Tafsir Quran Surat Al-Baqarah Ayat 155 Sungguh Kami benar-benar akan menguji kalian dengan aneka musibah. Yakni dengan sedikit rasa takut kepada musuh, rasa lapar karena kekurangan makanan, kekurangan harta benda karena hilang atau sulit mendapatkannya, berkurangnya jiwa akibat bencana yang menelan korban jiwa atau gugur di medan jihad fi sabilillah, dan berkurangnya buah-buahan yang tumbuh di muka bumi. Dan berikanlah-wahai Nabi-kabar gembira kepada orang-orang yang sabar menghadapi musibah tersebut, bahwa mereka akan mendapatkan sesuatu yang menyenangkan hati mereka di dunia dan di akhirat.

## **2. Bentuk- Bentuk Kecemasan Dan Gejala Yang Ditimbulkan**

Menurut Freud ada tiga macam kecemasan:

- a) Kecemasan Realistik adalah ketakutan terhadap bahaya dari dunia eksternal, dan taraf kecemasan sesuai dengan ancaman yang ada. Dalam kehidupan sehari-hari kecemasan jenis ini disebut sebagai rasa takut. Contohnya seperti jika seseorang melempar seekor ular berbisa kedepan orang lain, maka orang tersebut pasti akan mengalami kecemasan.
- b) Kecemasan moral, kecemasan ini akan dirasakan ketika ancaman datang bukan dari dunia luar atau dunia fisik, tetapi dari dunia sosial

---

<sup>23</sup> Departemen Agama RI. 2009. Al-Qur'an dan Trjemah. (Bogor: PPPA Darul Qur'an). Hal. 24

super ego yang telah dinternalisasikan ke dalam diri seseorang. Kecemasan moral adalah kata lain dari rasa malu, rasa bersalah atau rasa takut mendapat sanksi. Kecemasan ini merupakan ketakutan terhadap hati nurani sendiri.

- c) Kecemasan *Neurotik*, perasaan takut jenis ini muncul akibat rangsangan-rangsangan ide, jika seseorang pernah merasakan kehilangan ide, gugup, tidak mampu mengendalikan diri, perilaku, akal dan bahkan pikiran, maka orang tersebut saat itu mengalami kecemasan *neurotik*. *Neurotik* adalah kata dari perasaan gugup.<sup>24</sup>

### 3. Pengertian Belajar Matematika

Abdurrahman dalam jurnal Novita Eka Indiyani dan Anita Listiara menyatakan bahwa dari berbagai bidang studi yang diajarkan di sekolah, matematika merupakan bidang studi yang dianggap paling sulit bagi para siswa, baik bagi mereka yang tidak berkesulitan belajar maupun bagi siswa yang berkesulitan belajar. Anggapan siswa bahwa matematika merupakan mata pelajaran yang sulit sudah melekat pada sebagian besar siswa, sehingga pada saat menghadapi pelajaran matematika siswa menjadi malas untuk berfikir.<sup>25</sup>

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa matematika merupakan bidang studi yang dianggap paling sulit bagi siswa, dan matematika juga dianggap bagi siswa sangat menegangkan dan menakutkan sehingga siswa merasa malas dan takut saat belajar matematika.

---

<sup>24</sup> Paulus Roy Saputra. 2014. "*Kecemasan Matematika Dan Cara Mengurangnya (Mathematic Anxiety And How To Reduce It)*". Jurnal *Phytagoras*, Vol. 3 No. 2. Hal. 78-79

<sup>25</sup> Novita Eka Indiyani dan Anita Listiara. 2006. "*Efektivitas Metode Pembelajaran Gotong Royong (Coverative Learning) Untuk Menurunkan Kecemasan Siswa Dalam Menghadapi Pelajaran Matematika*". Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro, Vol. 3 No. 1. Hal. 11

#### D. Penelitian Yang Relevan

1. M. Fahli Zatra Hadi dan Zubaidah. Hasil dari penelitian ini adalah memperjelas manfaat konseling *Neuro Linguistic Programming* dalam mengatasi kesulitan belajar siswa. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif kualitatif yang bertujuan untuk mengungkapkan sesuatu apa adanya. Yago Atma merupakan lembaga konsultasi dan konseling dengan memberikan tes psikologi sebagai alat ungkap masalah siswa. Populasi penelitian ini adalah konselor yang bertugas di lembaga konsultan psikologi Yoga Atma sebanyak 5 orang siswa sekolah dasar yang bermasalah yang telah mengikuti sesi konseling *NLP*, 2 orang konselor Yoga Atma, 5 orang tua siswa. Penentuan informan lanjutan dilakukan melalui teknik *Snowball sampling*. Hasil penelitian yang paling penting dari *NLP* penggolongan tipe manusia, tipe manusia menjadi 3 golongan sehingga mampu mengatasi masalah belajar siswa, yaitu *visual*, *auditory*, dan kinestetik yang nantinya digunakan dalam mengatasi kesulitan belajar siswa. *NLP* ini membuat klien merasa dihargai dan konselor menjadi sangat mengerti apa yang dirasakan klien sehingga kesulitan belajar yang dirasakan yang dikarenakan pemahaman yang salah terhadap diri mampu dihilangkan. Dalam *NLP* juga konselor penembusan faktor kritis dari pikiran sadar dan diikuti dengan diterimanya suatu saran tertentu, atau melihat suatu kejadian dengan sudut pandang yang lain atau yang akrab disebut *reframing*. Jadi konseling yang dilakukan setelah faktor kritis klien

berhasil ditembus atau klien telah masuk ke kondisi rileksasi mental yang dalam.<sup>26</sup>

2. Feni Etika Rahma Wati. Hasil dari penelitian ini adalah terdapat perubahan skor kecemasan berbicara di depan umum siswa kelas XI SMA Negeri 2 Pare antara sebelum dan sesudah diberikan penerapan terapi *NLP (Neuro Linguistic Programming)*.<sup>27</sup>
3. Wahyu Widyatmoko Dan Barep Hapit Surya Putra dkk. Hasil dari penelitian ini adalah *nlp(neuro linguistic programming)* merupakan program latihan yang memanfaatkan diri sendiri untuk menyelesaikan suatu permasalahan dengan melihat proses munculnya permasalahan tersebut. Hal ini sebagai mana fungsi konseling itu sendiri, yaitu memberikan perlakuan agar dapat berpikir rasional dan memiliki perasaan yang sesuai sehingga dapat merencanakan serta melaksanakan suatu tindakan yang produktif dan normatif. Oleh karena itu dengan proses *nlp (neuro linguistic programming)* dalam konseling dapat memudahkan individu dalam berpikir rasional dan memiliki perasaan yang tepat. Keberhasilan kalaborasi pendekatan dengan *nlp (neuro linguistic programming)* banyak ditentukan oleh penguasaan konselor terhadap prosedur dan teknik *nlp (neuro linguistic programming)* serta keterampilan memberikan layanan konseling pada umumnya beberapa teknik dalam *nlp (neuro linguistic*

---

<sup>26</sup> M. Fahli Zatra Hadi dan Zubaidah. 2015. "Pemanfaatan Konseling Neuro Linguistic Programming Dalam Mengatasi Kesulitan Belajar Siswa Sekolah Dasar." Jurnal Risalah, Vol. 26 No. 4. Hal.

<sup>27</sup> Feni Etika Rahma Wati Dan Wiryono Nuryono. 2014. "Penerapan Terapi NLP (Neuro Linguistic Programming) Untuk Menurunkan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 2 Pare". Jurnal BK, Vol. 04 No. 03. Hal. 7

*programming*) yang dapat diterapkan dalam layanan konseling diantaranya *reframing, anchoring* dan *building rapport*.<sup>28</sup>

4. Feri Weldani Dan Heryanto Nur Muhammad. Dapat disimpulkan bahwa terapi *nlp(neuro linguistic programming)* dapat digunakan untuk mengatasi masalah kecemasan melakukan lompat kangkang siswa kelas X MAN Mojosari dapat diterima.<sup>29</sup>
5. Nur Khumaidatuz Zahroh. Dapat disimpulkan bahwa pada saat pre tes tidak terdapat perbedaan kepercayaan diri pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, sedangkan pada saat post tes terdapat perbedaan kepercayaan diri yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, dimana rerata kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan dengan rerata kelompok kontrol. Hal ini menunjukkan bahwa pelatihan *nlp(neuro linguistic programming)* cukup efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri remaja yang mengalami hambatan dalam kepercayaan diri sehingga hipotesis diterima.<sup>30</sup>

---

<sup>28</sup> Wahyu Widyatmoko Dan Barep Hapit Surya Putra dkk. 2017. "*Neuro Linguistic Programming Dalam Layanan Konseling*." Jurnal Prosiding Seminar Bimbingan dan Konseling, Vol. 1 No. 1. Hal. 5

<sup>29</sup> Feri Weldani Dan Heryanto Nur Muhammad. 2015. "*Penerapan Terapi NLP (Neuro Linguistic Programming) Untuk Menurunkan Kecemasan Dalam Melakukan Lompat Kangkang Pada Siswa Kelas X*." Jurnal Pendidikan Jasmani. Vol. 03 No. 02. Hal. 5

<sup>30</sup> Nur Khumaidatuz Zahroh. 2017. "*Pelatihan Neuro Linguistic Programming (NLP) Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri*." Jurnal Psikologi Indonesia, Vol. 6 No. 1. Hal. 10

## BAB III

### METODOLOGI PENELITIAN

#### A. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif, metode yang digunakan peneliti dalam penelitian dengan judul Pelaksanaan Konseling Individu Dengan Teknik *Nlp (Neuro Linguistic Programming)* Untuk Mengatasi Kecemasan Belajar Matematika Siswa.

Penelitian kualitatif merupakan paradigma penelitian yang menekankan pada pemahaman mengenai masalah-masalah dalam kehidupan social berdasarkan kondisi realitas atau *natural setting* yang holistik, kompleks, dan rinci.<sup>31</sup>

Menurut Strauss dan Corbin penelitian kualitatif adalah suatu jenis penelitian yang prosedur penemuan yang dilakukan tidak menggunakan prosedur statistic atau kuantifikasi. Dalam hal ini penelitian kualitatif adalah penelitian tentang kehidupan seseorang, cerita, perilaku, dan juga tentang fungsi organisasi, gerakan sosial atau hubungan timbal balik.<sup>32</sup>

Penelitian kualitatif merupakan jenis penelitian yang menggambarkan sesuai dengan perilaku, persepsi, pengetahuan, dan lain-lain secara sistematis dan subjektif, peneliti menggunakan penelitian kualitatif deskriptif Responden dalam penelitian ini diambil dari berbagai pihak di MAN 1 Medan yang meliputi, siswa, guru BK, guru matapelajaran dan kepala sekolah.

---

<sup>31</sup> Jemmy Rumengan. 2013. *Metodologi Penelitian*. (Bandung: Cita Pustaka Media Printis). Hal. 11

<sup>32</sup> Salim dan Syahrur. 2012. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. (Bandung: Citapustaka Media). Hal.41

## **B. Subjek Penelitian**

Dalam penelitian kualitatif ini yang menjadi subjek penelitian ini adalah keseluruhan dari sumber informasi yang dapat memberikan data tentang penelitian ini yaitu guru BK, Guru, Kepala sekolah dan siswa MAN 1 Medan.

## **C. Lokasi Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di Madrasah Aliyah Negeri 1 Medan (MAN 1 Medan). Yang beralamatkan di Jalan Wiliem Iskandar No.7B, Kelurahan Siderejo, Kecamatan Medan Tembung, Kota Medan, Provinsi Sumatera Utara. Alasan memilih Madrasah Aliyah Negeri 1 Medan (MAN 1 Medan) karena sekolah ini memiliki guru BK yang melaksanakan kegiatan bimbingan dan konseling. Pemilihan lokasi ini dikarenakan peneliti mendapat kemudahan dalam memasuki sekolah tersebut sehingga dapat mempermudah peneliti dalam memperoleh data siswa.

## **D. Teknik Pengumpulan Data**

Dalam pengumpulan data penulis menggunakan teknik sebagai berikut:

### **1. Observasi**

Observasi mengadakan pengamatan secara langsung ke lokasi penelitian, observasi berperan serta dilakukan untuk mengamati objek penelitian. Seperti tempat khususnya suatu organisasi, sekelompok orang atau beberapa aktivitas suatu sekolah. Observasi tersebut dapat dilakukan oleh peneliti secara terbuka. Observasi tersebut dapat juga di catat dengan berbagai cara misalnya, membuat catatan dan lainnya. Pengamat (observasi) dalam berlangsungnya observasi dapat berperan sebagai pengamat yang hanya semata-mata mengamati dengan tidak ikut berpartisipasi dalam kegiatan subjek.

Dalam melakukan proses pengamatan yang harus diamati adalah semua hal yang berkaitan dengan kondisi dan upaya yang dilakukan oleh guru BK untuk mengatasi kecemasan belajar matematika siswa di MAN 1 Medan. Pengamatan sebagai teknik pengumpulan data yang mengandalkan mata dan telinga (melihat langsung) dapat dilakukan secara terlibat dan juga terkendali. Peneliti ingin menemukan konsep-konsep yang berkembang terkait dengan problematika tugas perkembangan siswa.

## **2. Wawancara**

Wawancara digunakan dalam penelitian ini ialah wawancara terstruktur. Wawancara terstruktur digunakan sebagai teknik pengumpulan data, bila peneliti atau pengumpul data telah mengetahui dengan pasti tentang informasi apa yang akan diperoleh. Dan oleh karena itu dalam melakukan wawancara, pengumpul data telah menyiapkan instrument penelitian berupa pertanyaan-pertanyaan tertulis yang alternatif jawabannya pun telah disiapkan.<sup>33</sup>

Wawancara yaitu suatu percakapan Tanya jawab lisan antara dua orang atau lebih yang duduk berhadapan secara fisik dan diserahkan pada suatu masalah tertentu. Dalam hal ini peneliti menanyakan pertanyaan yang sudah terstruktur kepada narasumber yang dianggap berkopeten dibidangnya diharapkan dapat memberikan jawaban dan data secara langsung, jujur, dan valid. Penelitian ini melakukan wawancara dengan:

- a. Guru BK MAN 1 Medan
- b. Guru MAN 1 Medan

---

<sup>33</sup> Sugiono.2006. *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif dan R&D*. (Bandung: Remaja Rosdakarya). Hal. 138

- c. Siswa yang cemas belajar matematika dijadikan anggota kelompok dalam pelaksanaan konseling individu dengan teknik *NLP (Neuro Linguistic Programming)*
- d. Kepala sekolah MAN 1 Medan

Dalam metode wawancara ini yang menjadi informasi primer adalah guru BK dan siswa yang cemas belajar matematika yang menjadi anggota kelompok dalam pelaksanaan konseling individu dengan teknik *NLP (Neuro Linguistic Programming)*. Dan informasi sekunder adalah guru dan kepala sekolah MAN 1 Medan.

### **3. Dokumentasi**

Dokumentasi ini digunakan untuk data sekunder dikumpulkan melalui dokumentasi yaitu informasi yang sumbernya bukan manusia. Informasi ini berupa dokumentasi dan rekaman *handphone (Hp)* yang telah tersedia hingga relatif mudah untuk mendapatkannya. Data yang digunakan adalah data siswa, catatan khusus, buku tamu, dan perkembangan siswa, data guru dan lain sebagainya.

Dapat disimpulkan bahwa penelitian ini untuk memudahkan data dan peneliti menggunakan alat bantu seperti: kamera, buku, pena catatan, maupun lembar-lembar catatan. Alat tersebut digunakan untuk merekam data setiap yang berkaitan dengan yang diteliti.

### **E. Analisis Data**

Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi dengan caramengorganisasikan data ke dalam kategori, menjabarkan kedalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun kedalam pola, memilih mana yang penting dan

yang akan di pelajari, dan membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami oleh diri sendiri maupun orang lain.<sup>34</sup>

Analisis data dalam kualitatif dilakukan sebelum memasuki lapangan, selama di lapangan dan setelah selesai dilapangan. Penelitian kualitatif sebagai prosedur penelitian yang menggunakan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati.<sup>35</sup>

Menurut Miles dan Huberman dalam buku Effi Aswita Lubis menjelaskan bahwa, Ada tiga unsur utama dalam proses analisis data pada penelitian kualitatif, yaitu reduksi data, sajian data (data display), dan penarikan kesimpulan atau verifikasi.

#### 1. Reduksi Data

Reduksi data adalah bagian dari proses yaitu bentuk analisis untuk mempertegas, memperpendek, membuat fokus, membuang hal yang tidak penting, untuk mengtaur data sehingga dapat dapat disimpulkan. Reduksi data merupakan proses seleksi, membuat fokus, menyederhanakan dan abstraksi dari data kasar yang ada dalam catatan lapangan. Proses ini berlangsung terus sepanjang pelaksanaan penelitian, berupa singkatan, pembuatan kode, memusatkan tema, membuat batasan persoalan, dan menulis memo.

maka yang direduksi dalam penelitian ini ialah data yang didapatkan atau diperoleh baik dari hasil observasi, wawancara dan dokumentasi yang berkenaan dengan pelaksanaan konseling individu dengan teknik *NLP (Neuro Linguistic*

---

<sup>34</sup> Sugiono. 2018. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, R&D*. (Bandung: Alfabeta). Hal. 335

<sup>35</sup> Burhan Bungin. 2002. *Analisis Data Penelitian Kualitatif*. (Jakarta: Rajawali Pers). Hal.

*Programming*) untuk mengatasi kecemasan belajar matematika siswa di MAN 1 Medan.

## 2. Sajian Data

Sajian data adalah suatu susunan informasi yang memungkinkan dapat ditariknya suatu kesimpulan penelitian. Dengan melihat sajian data, peneliti akan memahami apa yang terjadi serta memberikan peluang bagi peneliti untuk mengerjakan sesuatu pada analisis atau tindakan lain berdasarkan pemahamannya.

Dalam penelitian ini penulis menyajikan data dengan cara mendeskripsikan atau memaparkan semua data di dapatkan di lapangan baik yang berbentuk tabel, uarian kata, semua di sajikan dibagian hasil penelitian tanpa ada penyaringan yaitu data yang di peroleh baik dari hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi tentang pelaksanaan konseling individu dengan teknik *NLP (neuro Linguistic Programming)* untuk mengatasi kecemasan belajar matematika siswa.

## 3. Penarikan Kesimpulan

Kesimpulan akhir pada penelitian kualitatif, tidak akan ditarik kesimpulan keculai setelah proses pengumpulan data berakhir. Kesimpulan yang dibuat perlu diverivikasi dengan cara melihat dan mempertanyakan kembali, sambil meninjau secara sepintas pada catatan lapangan untuk memperoleh pemahaman yang lebih tepat.<sup>36</sup>

Dapat disimpulkan dalam penarikan kesimpulan penelitian ini dilakukan setelah penelitian hampir selesai. Yang dimana penarikan kesimpulan ini

---

<sup>36</sup> Effi Aswita. 2012. *Metode Penelitian Pendidikan*. (Medan: Unimed Press). Hal. 139-140

dilakukan untuk meninjau kembali data yang diperoleh dengan mempertanyakan kembali yaitu terkait data yang diperoleh dari hasil observasi, wawancara dan dokumentasi tentang pelaksanaan konseling individu dengan teknik *NLP (Neuro Linguistic Programming)* untuk mengatasi kecemasan belajar matematika siswa.

#### **F. Pemeriksaan Pengecekan Keabsahan Data**

Teknik pemeriksaan atau pengecekan kebebasan data dalam penelitian ini menggunakan teknik triangulasi. Triangulasi yaitu pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain (diluar data yang didapatkan) sebagai bahan pengecekan atau pembanding terhadap data yang telah didapatkan sebelumnya.

lainnya. Maksudnya ialah membandingkan dan mengecek kembali drajat kepercayaan suatu informasi yang telah diperoleh melalui waktu dan alat yang beda dengan penelitian kualitatif. Hal ini dapat dicapai dengan jalan:

- a. Membandingkan data hasil pengamatan dengan data hasil wawancara
- b. Membandingkan apa yang dikatakan oleh di depan umum, dengan apa yang dikatakan secara pribadi
- c. Membandingkan apa yang dikatakan orang tentang situasi penelitian dengan apa yang dikatakannya sepanjang waktu
- d. Membandingkan keadaan dan perspektif seseorang dengan berbagai pendapat dan pandangan orang seperti rakyatbiasa, orang yang berpendidikan rendah menengah, tinggi, orang berada, dan orang pemerintah.

- e. Membandingkan hasil wawancara dengan isi suatu dokumen yang berkaitan.<sup>37</sup>

Perbedaan-perbedaan konstruksi kenyataan yang ada dalam konteks suatu studi sewaktu mengumpulkan data tentang berbagai kejadian dan hubungan dari berbagai pandangan. Dengan menggunakan teknik ini akan memungkinkan diperolehnya hasil penelitian yang valid dan benar dari penelitian yang dilakukan. Hasil data yang diperoleh dituangkan dalam pembahasan penelitian setelah dikumpulkan semua data yang diperoleh dari lapangan.

---

<sup>37</sup> Lexy J. Meleong. 2012. *Metode Penelitian Kualitatif*. (Bandung: Remaja Rosdakarya). Hal. 330-331

## **BAB IV**

### **TEMUAN DAN PEMBAHASAN PENELITIAN**

#### **A. Temuan Umum**

##### **1) Sejarah Singkat Berdirinya Madrasah Aliyah Negeri 1 Medan**

Madrasah Aliyah Negeri 1 Medan pada awal berdirinya merupakan Madrasah persiapan Institut Agama Islam Negeri yang disingkat SPIAIN ini berdiri pada tanggal 1 Februari 1968, bertempat di gedung Sekolah hakim Jaksa Negeri di Jalan Imam Bonjol, selanjutnya SPIAIN ini pindah ke gedung Yayasan Pendidikan Harapan dengan peserta didik berjumlah 19 orang.

Direktur SPIAIN yang pertama adalah Drs. H. Mukhtar Ghaffar yang dikukuhkan dengan surat keputusan panitia Nomor: 08/SP-IAIN/1968 tertanggal, 27 Maret 1968. Terhitung tanggal 1april 1979 pemerintah serubah seluruh SPIAIN, PHIAIN, SGHA, PPPUA dan yang lainnya menjadi Madrasah Aliyah Negeri, SPIAIN Sumatera Utara juga berubah menjadi MAN dengan gedung tepatnya ada di komplek IAIN Sumut di jalan SutomoUjung Medan, pada tahun 1980 dan 1981 telah di bangun gedung MAN Medan Dijalan Willem Iskandar.

Pada tahun 1984 Bapak Drs. H. Mukhtar Ghaffar diangkat menjadi Pengawas Pendidikan Agama Kanwil Depag Provinsi Sumatera Utara. Sebagai penggantinya adalah Bapak Drs. H. Nurdin Nasution. Dan selanjutnya terjadi pergantian kepemimpinan di MAN Medan seperti diuraikan berikut:

Pada masa kepemimpinan Bapak Drs. H. Musa HD terjadilah perubahan MAN Medan menjadi MAN-1 Medan. Dan ketika terjadi perubahan tuntutan kebutuhan terhadap kualitas guru mata pelajaran Pendidikan Agama Islam dengan masyarakat lulusan Diploma II, maka PGAN 6 tahun diikuidasi oleh

Pemerintah menjadi MAN pada tahun 1992, maka sejak itulah MAN Meadan berubah menjadi MAN-1 Medan. Sampai saat sekarang ini MAN-1 Medan masih tetap eksis berada di jalan Willem Iskandar No.7B Kelurahan sidorejo hillir kecamatan Medan Tembung.

Perjalanan panjang yang telah dilalui MAN-1 Medan dari awal berdirinya hingga sekarang membuat MAN-1 Medan benar-benar mampu menjadi Madrasah yang maju, sesuai dengan usia dan pengalaman yang telah dilaluinya sehingga mampu melahirkan Siswa atau Siswi yang handal dan berbakat bagi masyarakat dan bangsa Republik Indonesia, dan menjad orang-orang penting, sukses dan berguna ditengah-tengah bagi masyarakat, Negara, bangsa, dan agama. Semua kesuksesan tersebut tidak lepas dari hasil jerih paya segenap guru-guru MAN-1 Medan yang ikhlas memberikan ilmunya dan mendidik siswa-siswinya sampai sekarang.

## **2) Profil/Identitas MAN I Medan**

- a. Nama Sekolah/Madrasah : Madrasah Aliyah Negeri 1 Medan
- b. Nomor Statistik Madrasah : 311127503010
- c. Nomor pokok Madrasah : 60725193
- d. Penyelenggara Madrasah : Pemerintah
- e. Satus : Negeri
- f. Alamat Madrasah :
  - 1) Jalan : Jalan Williem Iskandar No. 7B
  - 2) Kelurahan : Sidorejo
  - 3) Kecamatan : Medan Tembung
  - 4) Kota : Medan

- 5) Provinsi : Sumatera Utara
- g. Kode pos : 20222
- h. Nomor Telefon : (061) 4159623
- i. Nomor faksimile : (061) 4150057
- j. Website : [www.man1medan.sch.id](http://www.man1medan.sch.id)
- k. E-Mail : [Info@man1medan.sch.id](mailto:Info@man1medan.sch.id)
- l. Status : Milik Negara
- m. Luas Tanah : 4.704 M2
- n. Luas Bangunan : 3.748 M2
- o. Panjang Pagar : 100 M2

### 3) Keadaan Sarana dan Prasarana MAN 1 Medan

**Tabel 1**

| NO  | NAMA BANGGUNAN        | LUAS (M2) | JUMLAH | KEADAAN |
|-----|-----------------------|-----------|--------|---------|
| 1.  | Ruang Teori/Kelas     | 2, 580 M2 | 43     | Baik    |
| 2.  | Ruang Kepala          | 50 M2     | 1      | Baik    |
| 3.  | Ruang KTU             | 8 M2      | 1      | Baik    |
| 4.  | Ruang Administrasi TU | 20 M2     | 1      | Baik    |
| 5.  | Ruang Guru            | 120 M2    | 1      | Baik    |
| 6.  | Ruang Bendahaa Rutin  | 12 M2     | 1      | Baik    |
| 7.  | Laboratorium Biologi  | 64 M2     | 1      | Baik    |
| 8.  | Laboratorium Kimia    | 64 M2     | 1      | Baik    |
| 9.  | Laboratorium Fisika   | 64 M2     | 1      | Baik    |
| 10. | Laboratorium Komputer | 64 M2     | 5      | Baik    |
| 11. | Laboratorium Bahasa   | 64 M2     | 1      | Baik    |

|     |                                |            |    |      |
|-----|--------------------------------|------------|----|------|
| 12. | Ruang Band Syafarina/Seni      | 32 M2      | 1  | Baik |
| 13. | Ruang Keterampilan Tata Busana | 80 M2      | 1  | Baik |
| 14. | Ruang Perpustakaan             | 64 M2      | 1  | Baik |
| 15. | Aula/Serbaguna                 | 100 M2     | 1  | Baik |
| 16. | Ruang UKS                      | 64 M2      | 1  | Baik |
| 17. | Ruang Executiv                 | 32 M2      | 1  | Baik |
| 18. | Ruang BP/BK                    | 32 M2      | 1  | Baik |
| 19  | Ruang Pitnes/Olah Raga         | 32 M2      | 1  | Baik |
| 20. | Ruang Osis                     | 6 M2       | 1  | Baik |
| 21  | Ruang Pramuka                  | 6 M2       | 1  | Baik |
| 22. | Ruang Paskibraka               | 6 M2       | 1  | Baik |
| 23. | Ruang teater                   | 6 M2       | 1  | Baik |
| 24. | Ruang Pos Satpam               | 4 M2       | 1  | Baik |
| 25. | Ruang Merching Band            | 32 M2      | 1  | Baik |
| 26. | Rumah Ibadah/Masjid 2 Lantai   | 64 M2      | 1  | Baik |
| 27. | Gudang                         | 12 M2      | 3  | Baik |
| 28. | Kamar Mandi/WC Guru            | 8 M2       | 2  | Baik |
| 29. | Kamar Mandi/WC Pegawai         | 8 M2       | 1  | Baik |
| 30. | Kamar Mandi/WC Siswa Lk        | 12 M2      | 2  | Baik |
| 31. | Kamar Mandi/WC Siswa Pr        | 18 M2      | 2  | Baik |
| 32. | Tempat Berwuduh                | 12 M2      | 3  | Baik |
|     |                                | 795.664 M2 | 84 | Baik |

#### **4) Visi, Misi dan Moto MAN 1 Medan**

##### **a. Visi MAN 1 Medan**

Bertakwa, Berilmu Pengetahuan serta Populis dan Berwawasan lingkungan.

##### **b. Misi MAN 1 Medan**

1. Memiliki akhlakul karima
2. Mengamalkan dan menyampaikan ajaran islam
3. Mampu melanjutkan pendidikan kepeguruan Tinggi
4. Produktif mengisi pembangunan nasional
5. Meningkatkan profesional guru
6. Melaksanakan pembelajaran sistematis dan berteknologi
7. Meningkatkan peran serta orang tua siswa, masyarakat dalam pengelolaan pendidikan
8. Melestarikan lingkungan sekolah maupun lingkungan luar sekolah dan mencegah pencemaran serta menciptakan *green school*

##### **c. Moto MAN 1 Medan**

Menebar kebaikan dan pewaris kebajikan dan Berjuang menebar kejujuran niscaya akan menuai kemakmuran.

#### **5) Tujuan MAN 1 Medan**

- a. Terwujudnya pengembangan kreativitas peserta didik baik dalam bidang akademik maupun non akademik
- b. Terwujudnya lulusan yang beriman dan bertakwa, dan menguasai IMTAK dan juga mampu bersaing di era global dan dapat mempertahankan kan budaya bangsa.

- c. Tercapainya peningkatan ketrampilan menggunakan media teknologi informasi dan komunikasi (TIK)
- d. Tercapainya peningkatan kemampuan guru dalam pemahaman terhadap peserta didik
- e. Tercapainya peningkatan kedisiplinann dan ketertiban peserta didik dalam mewujudkan program kesiapsiagaan
- f. Tercapainya peningkatan kualitas dan kuantitas fasilitas/sarana prasarana di lingkungan Madrasah.
- g. Tercapainya peningkatan perolehan rata-rata ujian akhir Nasional.
- h. Tercapainya peningkatan jumlah kelulusan yang diterima di berbagai perguruan tinggi didalam kota Medan dan di Jawa yang terakreditasi
- i. Tercapainya peningkatan kerja sama Guru dengan Orang tua, Masyarakat, dan institusi lain.
- j. Tercapainya kegiatan 11K (Ketakwaan, Keindahan, Keamanan, Kerindangan, Ketertiban, Kekeluargaan, Keberhasilan, Keterbukaan, Keteladanan, Kedisiplinan, dan Kenyamanan).
- k. Tercapaiannya 5T (Tertib masuk, Tertib Kerja, Tertib Pulang, Tertib Belajar, Tertib Mengajar)
- l. Tercapainya kegiatan 5G (Gemar membaca, Gemar Menulis, Gemar meghapal, Gemar memahami dan Gemar mengamalkan).

#### **6) Jumlah Guru MAN 1 Medan**

Jumlah seluruh Guru Madrasa adalah sebanyak: 136 Orang yang terdiri dari:

- a. Guru Tetap/PNS : 62 Orang

- b. Guru Tidak Tetap/Honorer : 41 Orang
- c. Guru BP/BK : 5 Orang
- d. Pegawai PNS : 8 Orang
- e. Pegawai Administrasi : 5 Orang
- f. Pegawai Operator Komputer : 3 Orang
- g. Teknisi Lab Kom dan Bahasa : 2 Orang
- h. Laboran IPA : 2 Orang
- i. Ketrampilan tata Busana : 2 Orang
- j. Petugas UKS : 2 Orang
- k. Pustakawan : 2 Orang
- l. Petugas Kebersihan : 2 Orang
- m. Petugas Jaga Malam : 2 Orang
- n. Satpam : 4 Orang
- o. Petugas Photo Grafer : 1 Orang
- p. Teknisi/Petugas Air : 1 Orang
- q. Teknisi/Petugas Listrik : 1 Orang
- r. Teknisi/Tukang Mubelier : 1 Orang
- s. Petugas Tanaman : 1 Orang

#### 7) Nama dan Jabatan Guru

**Tabel 2**

**Daftar Nama dan Jabatan Guru MAN 1 Medan**

| <b>NO</b> | <b>NAMA</b>                    | <b>JABATAN/TUGAS</b> |
|-----------|--------------------------------|----------------------|
| 01        | Maisaroh, M.Si                 | Kepala Sekolah       |
| 02        | Dra. Hj. Dewi Apriyanti, M. Pd | WKM Kurikulum        |

|    |                                          |                                                                          |
|----|------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|
| 03 | Kurnia Senja Bahagia, S. Ag,<br>M.Sc     | WKM Hubungan Masyarakat                                                  |
| 04 | Dra. Syarifah Zaitu                      | WKM Kesiswaan                                                            |
| 05 | Drs. Hamdah Syarif, M.Pd.I               | WKM Sarana dan Prasarana                                                 |
| 06 | Rosmaidah Siregar, S.Pd                  | WKM MGMP/KKG                                                             |
| 07 | Asrul Yafizham Hrp, BBA, Couns,<br>C. Ht | WKM Litbang                                                              |
| 08 | Rahmad Jamil, S. Ag, M.Pd                | WKM Keagamaan                                                            |
| 09 | Dra. Murniati KS                         | Ketua UPT UKS                                                            |
| 10 | Dewi Arisanti, S. Pd                     | Kepala Laboratorium Fisika                                               |
| 11 | Siti Aminah Br Ginting, S.Pd             | Kepala Laboratorium, Staf<br>Sarana Prasarana dan Guru<br>Mata Pelajaran |
| 12 | Drs. Aidil, M. Si                        | Kepala Laboratorium Biologi                                              |
| 13 | Dewi Zakiah, S.Pd                        | Kepala Laboratorium<br>Komputer                                          |
| 14 | Dra. Aminah, S. Pd                       | Kepala Laboratorium Tata<br>Busana                                       |
| 15 | Latifah Hanum, S.Pd. I                   | Kepala Perpustakaan                                                      |
| 16 | Dra. Uzma                                | Penanggung Jawab<br>Lingkungan                                           |
| 17 | Siti Salmi, S. Pd, M. Hum                | Wali kelas X MIA 1                                                       |
| 18 | Muhammad Firdaus, S. Pd                  | Wali kelas X MIA 2                                                       |
| 19 | Nur Aisyah Siregar, S. Pd                | Wali kelas X MIA 3                                                       |
| 20 | Nur Khotimah Nasution, MA                | Wali kelas X MIA 4                                                       |
| 21 | Nur Ikhwan, S. Pd                        | Wali kelas X MIA 5                                                       |

|    |                               |                     |
|----|-------------------------------|---------------------|
| 22 | Miska Hayati Nasution, S. PdI | Wali kelas X MIA 6  |
| 23 | Yaumi Adlina Lubis, S.Pd      | Wali kelas X MIA 7  |
| 24 | Siti Aisyah Harahap, S. Pd    | Wali kelas X MIA 8  |
| 25 | Lusi Kurniati, S.Pd           | Wali kelas X MIA 9  |
| 26 | Hotnida Agusli Siregar, S. Pd | Wali kelas X MIA 10 |
| 27 | Elvi Melinda, S. Pd           | Wali kelas X MIA 11 |
| 28 | Drs. Lahaman Hasibuan         | Wali kelas X MIA 12 |
| 29 | Dra.Hj.Syariah lubis          | Wali kelas X IIS 1  |
| 30 | Minarni Nasution, S. Pd       | Wali kelas X IIS 2  |
| 31 | Sri Rahayu Anggraini, S. Pd   | Wali kelas X IIS 3  |
| 32 | Imam Siddiq Siregar, S. Pd    | Wali kelas X IIS 4  |
| 33 | Dra.Marwiyah                  | Wali kelas X IIK 1  |
| 34 | Nurul Chairiza Fasya, S. Pd   | Wali kelas X IIK 2  |
| 35 | Rendi Syah Putra, S. Pd I     | Wali kelas X IIK 3  |
| 36 | Fitrihelena Pulungan, S.PdI   | Wali kelas X IBB    |
| 37 | Dra.Nurafrida, S.Pd           | Wali kelas XI MIA 1 |

|    |                                 |                                         |
|----|---------------------------------|-----------------------------------------|
| 38 | Dra.Ernita siregar              | Wali kelas XI MIA 2                     |
| 39 | Nurkodrah, S.Pd                 | Wali kelas XI MIA 3                     |
| 40 | Adelia Fadhilah, S. Pd I        | Wali kelas XI MIA 4                     |
| 41 | Dra.Hj.Maisyarah MG             | Wali kelas XI MIA 5                     |
| 42 | Ahmad Yaser Daulay, S.Pd        | Wali kelas XI MIA 6                     |
| 43 | Lisna Sari Sormin, S. Ag        | Wali kelas XI MIA 7                     |
| 44 | Drs. H. Samsul Bahri Nst, M.Pd  | Wali kelas XI MIA 8                     |
| 45 | Iradatul Hasanah Ritonga, S. Pd | Wali kelas XI MIA 9                     |
| 46 | Muhammad Yamin, S.S, S.Pd       | Wali kelas XI MIA 10 Dan Staf Kesiswaan |
| 47 | Yuni Hartati Harahap, S.Pd      | Wali kelas XI MIA 11                    |
| 48 | Widya Nurilahi, S. Pd I         | Wali kelas XI MIA 12                    |
| 49 | Sri Indah, S. Pd                | Wali kelas XI IIS 1                     |
| 50 | Nurainun Damanik, S. Ag         | Wali kelas XI IIS 2                     |
| 51 | Mulhady Putra, S. Pd, . Sc      | Wali kelas XI IIS 3                     |
| 52 | Muisah Farhani Lubis, S. Pd     | Wali kelas XI IIS 4                     |
| 53 | Husni Ishaq, S. THi, M.TH       | Wali kelas XI IIK I dan setaf kesiswaan |

|    |                               |                                                                           |
|----|-------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|
| 54 | M. Choiruddin, MA             | Wali kelas XI IIK 2 dan setaf keagamaan                                   |
| 55 | Adi Efendi Alamsyah S. Fil I  | Wali kelas XI IIK 3                                                       |
| 56 | Vera Andriyani, S.Sos, M.Pd   | Wali Kelas XI IBB dan Koordinator Olimpiade Geografi                      |
| 57 | Herry Afandi, S.Si, M. Pd     | Wali Kelas XII MIA 1 dan Koordinator Olimpiade Fisika                     |
| 58 | Juliana, S. Pd, M. Pmat       | Wali Kelas XII MIA 2, staf Kurikulum dan Koordinator Olimpiade Matematika |
| 59 | Suryani, S.Pd                 | Wali Kelas XII MIA 3                                                      |
| 60 | Umi Kalsum, S. Ag             | Wali Kelas XII MIA 4                                                      |
| 61 | Puspa Elidar, M. Si           | Wali Kelas XII MIA 5 dan Koordinator Olimpiade Biologi                    |
| 62 | Muhammad Razali, S.Pd         | Wali Kelas XII MIA 6 dan Staf Sarana Prasarana                            |
| 63 | Dra.Hj.Zaidar Fithriana, S.Pd | Wali Kelas XII MIA 7                                                      |
| 64 | Khoiri Pusanto, S. Pd. I      | Wali Kelas XII MIA 8 dan staf Kurikulum                                   |
| 65 | Khairun Nisa' Br Manik, S.Ag  | Wali Kelas XII IIS 1                                                      |
| 66 | Lestari Dara, S. S, M. A      | Wali Kelas XII IIS 2                                                      |
| 67 | Dra.Hj.Firmawati              | Wali Kelas XII IIS 3 dan Koordinator Olimpiade Ekonomi                    |

|    |                                  |                                    |
|----|----------------------------------|------------------------------------|
|    |                                  |                                    |
| 68 | Elly Suniaty Harahap, S. Ag      | Wali Kelas XII IIK 1               |
| 69 | Nur Azizah, S.Ag                 | Wali Kelas XII IIK 2               |
| 70 | Guru Mata Pelajaran              | Guru Mata Pelajaran                |
| 71 | Elly Damayanti Pulungan, S. Pd   | Guru Mata Pelajaran                |
| 72 | Iqbal Effendi, S. Pd I           | Guru Mata Pelajaran dan Staf Humas |
| 73 | Drs. Mustafa Matondang           | Guru Mata Pelajaran                |
| 74 | Sri Baniah, S. Ag                | Guru Mata Pelajaran                |
| 75 | Ernawati, S. Pd. I               | Guru Mata Pelajaran                |
| 76 | Astri Intan Harahap, S. Sos      | Guru Mata Pelajaran                |
| 77 | Sri Wahyuni Harahap, S. Pd       | Guru Mata Pelajaran                |
| 78 | Arsyad Sofyan Lubis, S. Pd, S. H | Guru Mata Pelajaran                |
| 79 | Hasmita Maya, M.Pd               | Guru Mata Pelajaran                |
| 80 | Miswanto, SS, S. Pd.             | Guru Mata Pelajaran                |
| 81 | Irhas Pulus, S. Pd I             | Guru Mata Pelajaran                |
| 82 | Dra.Hj.Yusnah                    | Guru Mata Pelajaran                |

|    |                                |                     |
|----|--------------------------------|---------------------|
| 83 | Khairunnisa, S. Pd I           | Guru Mata Pelajaran |
| 84 | Nurul Fadhilah, S. Pd          | Guru Mata Pelajaran |
| 85 | Robiatul Adawiyah, S. Pd       | Guru Mata Pelajaran |
| 86 | Hambali Hasibuan, M.Pd         | Guru Mata Pelajaran |
| 87 | Maulida Hafni, S. Pd           | Guru Mata Pelajaran |
| 88 | Chairani Sinaga, S.Si.         | Guru Mata Pelajaran |
| 89 | Trisna Utami Putri, S. Pd.     | Guru Mata Pelajaran |
| 90 | Yusrah Hasibuan, S.Ag          | Guru Mata Pelajaran |
| 91 | Azwan Aqsha, S. Ag             | Guru Mata Pelajaran |
| 92 | Juni Herawati Tanjung, S. Pd   | Guru Mata Pelajaran |
| 93 | Syair Tumanggor, M. Si         | Guru Mata Pelajaran |
| 94 | Syair Tumanggor, M. Si         | Guru Mata Pelajaran |
| 95 | Juliana Wahyuni Siregar, S. Pd | Guru Mata Pelajaran |
| 96 | Muhammad Nur Lubis             | Guru Mata Pelajaran |
| 97 | Yunita Indah Pratiwi, S. Pd    | Guru Mata Pelajaran |
| 98 | Sriani Lubis, S.Ag             | Guru Mata Pelajaran |

|     |                                       |                     |
|-----|---------------------------------------|---------------------|
| 99  | Khairil Rizki Tanjung, S. Pd I        | Guru Mata Pelajaran |
| 100 | Nikmah Fadhilah Nst, S.Pd             | Guru Mata Pelajaran |
| 101 | Zakaria, S. Pd                        | Guru Mata Pelajaran |
| 102 | Suci Purnanda, S. Pd                  | Guru Mata Pelajaran |
| 103 | Alfian Azhar Sitorus, S. Pd           | Guru Mata Pelajaran |
| 104 | Mhd. Syafi'i, S. Pd I                 | Guru Mata Pelajaran |
| 105 | Mirna Ningsih, S.Pd                   | Guru Mata Pelajaran |
| 106 | Rosnida Nasution, S.T                 | Guru Mata Pelajaran |
| 107 | Rahmadhani Fitri, S. Pd               | Guru Mata Pelajaran |
| 108 | Edin Effendi Nasution, S. Pd          | Guru Mata Pelajaran |
| 109 | Khairunnisya Daulay, S.Pd             | Guru Mata Pelajaran |
| 110 | Nelvi Arianti, S. Pd                  | Guru Mata Pelajaran |
| 111 | Nurhani, S.Pd                         | Guru Mata Pelajaran |
| 112 | Hj. Herawati Dongoran, S.Ag, M.<br>Pd | Guru Mata Pelajaran |
| 113 | Elvi Choiriyah Nasution S. Pd         | Guru Mata Pelajaran |

|     |                                  |                                                    |
|-----|----------------------------------|----------------------------------------------------|
| 114 | Mardiani Pane, S. Pd             | Guru Mata Pelajaran                                |
| 115 | Asnali Putra, ST                 | Guru Mata Pelajaran dan Kordinator Olimpiade Kimia |
| 116 | Anitya Santri R Harahap, S. Pd   | Guru Mata Pelajaran                                |
| 117 | Ramlah Khairani Harahap, M. Pd   | Guru Mata Pelajaran                                |
| 118 | Harna Winanda, S. Pd             | Guru Mata Pelajaran                                |
| 119 | Ahmad Sabili, S. Ag              | Guru Mata Pelajaran                                |
| 120 | Intan Laila Kusuma               | Guru Mata Pelajaran                                |
| 121 | Drs. H. Amir Husin P. M.Kons     | Guru Bimbingan Konseling                           |
| 122 | Khairatul Fuady Nur Ritonga      | Guru Bimbingan Konseling                           |
| 123 | Khairunnisa Mahdea Lubis, S. PDI | Guru Bimbingan Konseling                           |
| 124 | Ratna, S.PDI                     | Guru Bimbingan Konseling                           |
| 125 | Doli Martua Syarif, S. Pd        | Guru Bimbingan Konseling                           |
| 126 | Isra Meriana Hasibuan, S. PDI    | Piket                                              |
| 127 | Dion Tri Handoko, SE             | Piket                                              |
| 128 | Eka Hayana Hasibuan, S. Kom      | Piket                                              |

|     |                               |                         |
|-----|-------------------------------|-------------------------|
| 129 | Ikhwanul Hakim Dasopang, S.Pd | Ka.Urs.Tata Usaha       |
| 130 | Hj.Nurenam,S.Ag               | Bend Rutin              |
| 131 | Masniari Ritonga,S.Pd         | Pegawai                 |
| 132 | Tiolom Harahap.Sag            | Staf Bagian Kepegawaian |
| 133 | Ariansyah,Se                  | Staf Perpustakaan       |
| 134 | Mhd.Ali Hanafiah Srg          | Staf Operator Keuangan  |
| 135 | Nuril Hamna, Se               | Staf Operator           |
| 136 | Chairul Anwar Hrp,Se          | Staf Operator Keuangan  |
| 137 | Kiki Wahyudi                  | Penjaga Sekolah         |
| 138 | Edy Syahputrasiregar          | Penjaga Malam           |
| 139 | Mhd Yusuf Lubis               | Scurity/Driver          |
| 140 | Ahmad Saukani                 | Scurity                 |
| 141 | Rosmaulina Harahap            | Petugas Taman           |
| 142 | Maswarni Lubis                | Petugas Kebersihan      |
| 143 | Muhammad Ihsan Siregar        | Staf Tata Usaha         |
| 144 | Umar Habibi Daulay            | Staf Administrasi       |

|     |                           |                    |
|-----|---------------------------|--------------------|
| 145 | Jemy Kasidi,Se            | Staf Operator      |
| 146 | Wiki Selvika Dewi,Amd     | Staf Perpustakaan  |
| 147 | Safaruddin Lintang        | Petugas Kebersihan |
| 148 | Nur Sari Rizky Nst, Amd   | Staf Litbang       |
| 149 | Muhammad Nur              | Security           |
| 150 | Mutya Siregar, St         | Staf Bend.Komite   |
| 151 | Adela Arianti, Sh         | Staf Perpustakaan  |
| 152 | Muhammad Aqil Azizi Hrp   | Security           |
| 153 | Nurhanifah Siregar, S.Sit | Staf Uks           |
| 154 | Mulyono                   | Petugas Kebersihan |
| 155 | Honorer                   |                    |
| 156 | Dion Tri Handoko, Se      | Staf Perpustakaan  |
| 157 | Iskandar Dalimunthe       | Driver             |
| 158 | Juraida                   | Petugas Kebersihan |
| 159 | Surya Damayanti           | Petugas Kebersihan |
| 160 | Abdul Hadi Nasution       | Teknisi Listrik    |
| 161 | Leli                      | Pengelola Taman    |

Dapat disimpulkan bahwa jumlah guru di Madrasah Aliyah Negeri 1 Medan secara keseluruhan berjumlah 161 orang personil, dan diantaranya sudah PNS yang berjumlah 62 orang, sedangkan guru honorer berjumlah 41 orang dan berbagai bidang studi yang dijabatnya.

#### 8) Jumlah Peserta Didik

**Tabel 3**

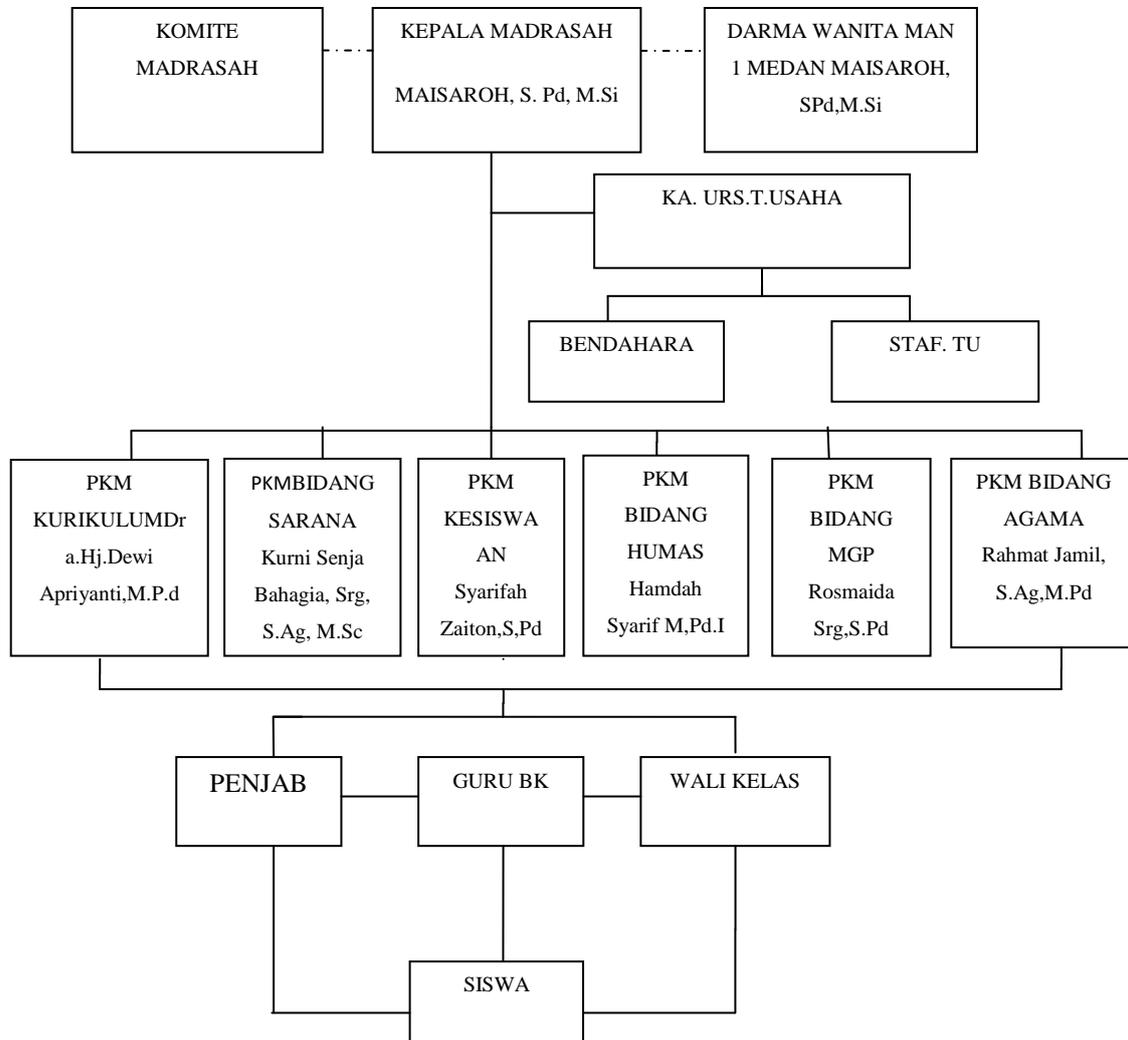
**Jumlah Peserta Didik Tahun Pembelajaran 2019/2020**

| Jumlah Peserta didik | L   | P     | Jumlah |
|----------------------|-----|-------|--------|
| Kelas X              | 331 | 365   | 696    |
| Kelas XI             | 369 | 462   | 831    |
| Kelas XII            | 241 | 317   | 558    |
| Jumlah               | 941 | 1.144 | 2.085  |

Berdasarkan tabel 3 diatas dapat disimpulkan bahwa jumlah iswa dan siswi MAN 1 Medan keseluruhanya berjumlah 2.085 orang, dan diantaranya jumlah laki-laki ada 941 sedangkan jumlah perempuan 1.144 orang. Dan penjabarannya dapat dijelaskan bahwa kelas X berjumlah 696 orang, sedangkan kelas XI sebanyak 831 orang, dan kelas XII sebanyak 558 orang. Dapat dilihat bahwa mayoritas siswa MAN 1 Medan lebih banyak siswa perempuan ketimbang siswi laki-laki, hal ini terlihat dari perbedaan tabel diatas tersebut.

## 9) Struktur Organisasi MAN 1 Medan

**Gambar 4**Bagian Struktur Organisasi MAN 1 Medan



Setiap organisasi tentunya memiliki kepala madrasah agar pelaksanaan yang ada di sekolah Madrasah Aliyah Negeri 1 Medan tersebut dapat terlaksanakan dan berjalan dengan baik, tanpa pemimpin seorang anggota tidak akan bisa berjalan dengan baik begitupun sebaliknya tanpa anggota seorang pemimpin tidak bisa, dan setiap organisasi pastinya memiliki seorang pemimpin atau kepala madrasah agar tujuan yang diinginkan dapat tercapai.

## **B. Temuan Khusus**

### **1. Kondisi Siswa MAN 1 Medan**

Hari senin, tanggal 07 September 2020, pukul 14.30 WIB saya menemui ibu Maisaroh, S.Pd, M.Si selaku kepala sekolah MAN 1 Medan di lapangan sekolah pada saat itu saya mewawancarai ibu Maisaroh yang isinya tentang.

#### **Bagaimana keadaan siswa dan siswi MAN 1 Medan?**

Jawaban dari kepala sekolah ibu Maisaroh:

*Keadaan siswa dan siswi MAN 1 Medan semuanya baik, siswa perempuan maupun siswi laki-laki mereka wajib mengikuti peraturan yang ada di sekolah, contohnya bagi siswa perempuan wajib menggunakan seragam sekolah yang panjang dan memakai rok yang tidak ketat, dan untuk siswi laki-laki wajib memasukan seragam sekolah dan celana sekolah tidak boleh ketat karena kan kita Madrasah Aliyah Negeri jadi harus memberikan contoh yang baik ke pada orang-orang.*

Hasil wawancara dengan Bapak Amir Husin Pangaribuan, M.Pd, Kons guru BK di MAN 1 Medan yang juga memberikan informasi yang sama pada hari rabu, tanggal 09 September 2020 pukul 09.00 WIB diruangan BK, yang pertanyaanya sebagai berikut.

#### **Bagaimana kondisi siswa dan siswi di MAN 1 Medan?**

Jawaban dari guru BK Bapak amir Husin Pangaribuan:

*Menurut bapak kondisi siswa dan siswi MAN 1 Medan semuanya muslim semua, bagi siswa perempuan diwajibkan menggunakan pakaian seragam sekolah yang panjang tidak boleh di masukan dan tidak boleh ketat, dan menggunakan jilbab yang syari (panjang) dan memakai sepatu berwarna hitam dan kaus kaki yang panjang, dan ada juga siswa yang memakai hand sock agar auratnya tidak kelihatan. Sedangkan siswi laki-laki memakai peci dan seragam sekolah harus dimasukan tidak boleh dikeluarkan dan, celana sekolah yang digunakan tidak boleh ketat dan harus menggunakan sepatu berwarna hitam dan kaus kaki yang panjang.*

Hasil observasipeneliti dilakukan pada tanggal 03 September 2020, peneliti berangkat dari kost jam 07.00 WIB menaiki kendaraan sepeda motor, dan

peneliti sampai ke sekolah pada jam 07.25 WIB. Fakta kenyataan yang terjadi di lapangan di MAN 1 Medan ialah siswa dan siswi di sekolah MAN 1 Medan ini terdiri berbagai macam sifat, ada yang siswanya pendiam (pemalu) ada yang siswanya ramah dan ini terlihat dari ketika saya sedang berada di depan gerbang sekolah, mereka maumenyapa saya dan pada saat itu banyak siswa dan siswi yang baru berdatangan kesekolah. Di sekolah MAN 1 Medan ini lebih banyak siswa perempuannya yaitu berjumlah 1.144 siswa sedangkan siswi laki-laki berjumlah 941 siswi, dan ini terlihat dari perbedaan antar siswa perempuan dengan siswi laki-laki. Dan ketika saya perhatikan siswa yang datang ke sekolah mereka lebih banyak menaiki kendaraan sepeda motor, dibandingkan angkutan umum, dan ada juga siswa dan siswi yang diantar pergi pulang balik oleh orang tuanya menaiki mobil. Siswa dan siswi MAN 1 Medan siwanya sopan-sopan. Hal ini dilihat dari ketika siswa mau masuk ke ruangan, setiap pagi sebagian guru berdiri didepangerbang mau masuk keruangan mereka menyalami semua guru yang berdiri dan mereka juga sedikit menundukan kepalanya. Siswa dan siswinya juga ramah-ramah hal ini terlihat dari ketika saya berjalan keruangan guru, mereka mau menyapa. Siswa saat di kelas kondisinya tidak sama dengan yang diluar kelas, siswa yang dikelas mereka lebih pendiam dibandingkan diluar kelas, dan peneliti amati ada beberapa siswa dan siswi yang memang memiliki wajah-wajah yang bermasalah dilihat dari raut wajah mereka ada yang panik dan takut akan pelajaran matematika, pelajaran menghafal mereka panik karena mereka belum hafal dan belum memahami isi materi yang disampaikan oleh guru pelajaran tersebut, Sedangkan siswa dan siswi yang tidak bermasalah raut wajahnya mereka selalu ceria tanpa beban mereka lebih santai dalam menyikapi hal apapun dan

pembawaan diri mereka juga lebih tenang. Apa yang disuru guru kerjakan mereka mengerjakannya dengan senang hati dan ikhlas karena mereka berangapan bahwa tugas yang diberi guru tersebut merupakan tugas yang menyenangkan.

Berdasarkan wawancara dan observasi kondisi siswa di Madrasah Aliyah Negeri Medan semuanya baik, mereka juga mematuhi peraturan yang ada disekolah, siswanya juga ramah-ramah dan sopan-sopan hal ini terlihat dari ketika saya berjalan keruangan guru, mereka mau menyapa.

## **2. Siswa Yang Mengalami Kecemasan Belajar Matematika di MAN 1 Medan**

Hasil wawancara dengan Bapak Amir Husin Pangaribuan, M.Pd, Kons guru BK di MAN 1 Medan pada hari rabu, tanggal 09 September 2020 pukul 09.00 WIB diruangan BK, yang pertanyaanya sebagai berikut.

**Bagaimana upaya bapak dalam mengatasi siswa yang cemas pada saat pelajaran matematika?**

Jawaban dari guru BK Bapak amir Husin Pangaribuan:

*Upaya bapak dalam mengatasi siswa yang cemas dengan cara memberikan semangat kepada siswa, memberikan masukan yang baik-baik kepada siswa dan motivasi siswa tersebut agar tidak lagi merasa cemas saat pelajaran matematika.*

Hasil wawancara dengan ibu Pauziah S.Pd guru Mata Pelajaran di MAN 1 Medan yang juga memberikan informasi yang sama pada hari kamis, tanggal 10 September 2020 puku 15.32 WIB di depan kelas, yang pertanyaanya sebagai berikut.

**Bagaimana upaya ibu dalam mengatasi siswa yang cemas pada saat pelajaran matematika?**

Jawaban dari guru Mata Pelajaran ibu Pauziah:

*Mengatasinya dengan cara ibu kasih motivasi kalau matematika itu mudah kalau kita mau berusaha benar-benar ngerjainnya pelan-pelan ngerjainnya yang penting jangan putus asa dan kalau nemukan jawaban dari soal yang di kasih atau ada materi yang kurang dipahami jangan takut atau ngerasa koksaya ngak bisa ya, tapi teruslah belajar karena matematika itu akan bisa dipahami apabila sering berlatih.*

Pada wawancara diatas dapat disimpulkan bahwa mengatasi siswa yang mengalami kecemasan belajar matematika harus memberikan semangat dan motivasi agar siswa tersebut lebih percaya diri lagi dengan dirinya. Terlaksanakannya konseling individu dengan teknik *NLP (Neuro Linguistic programming)* untuk mengatasi kecemasan belajar matematika siswa di MAN 1 Medan diharapkan dapat membantu siswa yang mengalami kecemasan pada saat pelajaran matematika.

Hasil wawancara dengan ibu Pauziah S.Pd guru Mata Pelajaran di MAN 1 Medan pada hari kamis, tanggal 10 September 2020 puku 15.32 WIB di depan kelas, yang pertanyaanya sebagai berikut.

**Faktor apa sajakah yang menyebabkan siswa menjadi takut saat belajar matematika?**

Jawaban dari guru Mata Pelajaran ibu Pauziah:

*Menurut ibu faktor yang menyebabkan siswa menjadi takut saat belajar matematika adalah :*

- 1) Tidak paham konsep matematika*
- 2) Tidak paham dengan rumus-rumus yang ada di matematika*
- 3) Ngerasa matematika itu sulit dan susah dipahami (mindsetnya udah mikir sulit aja) padahal belum dihadapin*
- 4) Dasar-dasar pelajaran matematikanya masih belum di pahami, misalnya operasi pecahan*
- 5) Soalnya sulit dipahami.*

Pada wawancara diatas dapat disimpulkan bahwa yang menjadi faktor penyebab siswa menjadi takut saat belajar matematika iyalah tidak paham dengan konsep matematika menganggap matematika merupakan pelajaran yang sulit

diingat dan dimengert, adapun beberapa faktor pelaksanaan konseling individu dengan teknik *NLP (Neuro Linguistic Programming)* untuk mengatasi kecemasan belajar matematika siswa di MAN 1 Medan ini di harapkan mampu membantu siswa dalam mengatasi masalahnya seperti masalah dalam kecemasan belajar matematikanya.

Hasil wawancara dengan ibu Pauziah S.Pd guru Mata Pelajaran di MAN 1 Medan pada hari kamis, tanggal 10 September 2020 puku 15.32 WIB di depan kelas, yang pertanyaanya sebagai berikut.

**Bentuk kecemasan bagaimana yang sering terjadi pada siswa?**

Jawaban dari guru Mata Pelajaran ibu Pauziah:

*Menurut ibuk Bentuk kecemasan yang sering terjadi pada siswa adalah cemas waktu ngadepin soal yang menurut mereka sulit dan waktu mereka (siswa) menemukan permasalahan yang tidak bisa mereka atasi siswa cenderung malas mencoba dan jika seperti itu guru matematika atau ibuk membantunya menanyakan bagian mana yang kurang paham. Agar mereka (siswa) menyelesaikan soalnya dan ibuk juga memberikan stimulus kepada siswa agar terus berpikir mencari jawabannya.*

Hasil observasi peneliti lakukan sesuai dengan fakta yang terjadi di lapangan, di MAN 1 Medan siswa yang mengalami kecemasan belajar matematika memiliki perilaku seperti takut, khawatir, bingung dan gugup, bahkan ada siswa yang tidak menyukai pelajaran tertentu. Seperti pelajaran matematika, seperti halnya siswa diminta untuk maju kedepan kelas untuk mengerjakan soal dari guru pelajaran tersebut seharusnya siswa harus lebihberani dan bisa percaya diri lagi dengan mengerjakan soal di depan kelas.

Setiap orang pasti pernah merasa kecemasan, dan kecemasan yang dialami siswa seperti kecemasan dalam menjelang ujian yang menurut mereka sulit, dan sebagian besar siswa merasa gugup dan takut saat mereka harus

mempersentasikan pelajaran yang telah dipersiapkan didepan teman sekelasnya. Ada beberapa siswa yang memang mengalami kecemasan pada situasi yang sebenarnya tidak susah, bahkan situasi yang tidak membahayakan, misalnya ada beberapa siswa yang sangat gugup atau panik pada tugas matematika paling mudah, dan ada siswa yang menunjukkan atau merespon dengan kecemasan.

Kecemasan yang dialami siswa adalah kecemasan ketika menghadapi mata pelajaran yang dianggap susah yaitu contohnya seperti pelajaran matematika mereka menganggap bahwa pelajaran matematika merupakan pelajaran yang sulit yang susah dipahami ditambah lagi dengan soal dan rumus yang mungkin menurut mereka susah, mereka mengatakan susah karena mereka kurang mengerti dan kurang paham akan dasar-dasar pelajaran matematika, kecemasan ini merupakan kondisi yang hampir pernah dialami oleh semua orang yang berbeda hanya saja tingkatannya yang berbeda-beda.

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang telah dilakukan berkaitan dengan kecemasan belajar matematika masih ada beberapa sebagian siswa dikelas yang memang memiliki kecemasan akan pelajaran matematika, hal ini disebabkan karena siswa merasa pelajaran matematika merupakan pelajaran yang susah dan memiliki banyak rumus sehingga siswa merasa malas dengan pelajaran matematika.



### 3. Urgensi Guru BK Di MAN 1 Medan

Hasil observasi yang peneliti lakukan sesuai dengan fakta yang terjadi di lapangan di MAN 1 Medan, kegiatan guru BK setiap hari di sekolah yaitu membimbing dan mengadakan konsultasi kepada siswa yang mengalami masalah, membantu siswa dalam menyelesaikan permasalahannya. Guru BK juga masuk keruangan kelas dan memberikan layanan informasi kepada siswa yang memang membutuhkan informasi seperti informasi mengenai perkuliahan maupun pendidikan. Guru BK juga menyusun dan melaksanakan program apa saja yang harus diberikan kepada siswa mulai dari program bulanan, semesteran dan tahunan, melaksanakan program bimbingan konseling, menilai hasil pelaksanaan program layanan bimbingan konseling, lalu guru BK juga menganalisis hasil pelaksanaan bimbingan konseling dan menindak lanjuti hasil dari penilaian bimbingan konseling dan guru BK juga memberikan layanan yang sesuai dibutuhkan oleh siswa mulai dari konseling individu, bimbingan kelompok maupun konseling kelompok, guru BK juga harus berkerjasama dengan wali kelas maupun guru bidang studi agar pelaksanaannya berjalan dengan lancar.

Hari senin, tanggal 07 September 2020, pukul 14.30 WIB saya menemui ibu Maisaroh, S.Pd, M.Si selaku kepala sekolah MAN 1 Medan di lapangan sekolah pada saat itu saya mewawancarai ibu Maisaroh yang isinya tentang.

#### **Sejak kapan diterapkan bimbingan dan konseling di MAN 1 Medan?**

Jawaban dari kepala sekolah ibu Maisaroh:

*Bimbingan dan Konseling ini diterapkan Sejak berdirinya MAN 1 Medan terus mengikuti perkembangan jaman sehinggalah pada tahun ini Guru BK ada 5 orang, tetapi seharusnya setiap guru BK menangani 150 orang siswa dan ini belum terpenuhi tetapi ibu selaku kepala sekolah tetap akan berusaha semaksimal mungkin agar bisa terpenuhi.*

Hari senin, tanggal 07 September 2020, pukul 14.30 WIB saya menemui ibu Maisaroh, S.Pd, M.Si selaku kepala sekolah MAN 1 Medan di lapangan sekolah pada saat itu saya mewawancarai ibu Maisaroh yang isinya tentang.

**Bagaimana pelaksanaan Bimbingan dan Konseling di MAN 1 Medan?**

Jawaban dari kepala sekolah ibu Maisaroh:

*Pelaksanaan Bimbingan dan Konseling di MAN 1 Medan sudah bagus, karena memiliki guru BK yang profesional di bidangnya masing-masing sehingga proses pelaksanaan bimbingan dan konseling berjalan dengan sangat bagus dan Konselornya juga suda ada jadi tetap kita membena-benahi bagaimana Bimbingan dan Konseling ini lebih baik lagi untuk kedepanya.*

Hari senin, tanggal 07 September 2020, pukul 14.30 WIB saya menemui ibu Maisaroh, S.Pd, M.Si selaku kepala sekolah MAN 1 Medan di lapangan sekolah pada saat itu saya mewawancarai ibu Maisaroh yang isinya tentang.

**Apakah kinerja dan upaya guru Bimbingan dan Konseling di sekolah sudah terlaksanakan dengan baik dalam mengatasi kecemasan belajar matematika siswa?**

Jawaban dari kepala sekolah ibu Maisaroh:

*Sudah karena kita ada ruang Konsultasi, ada ruang konsultasi BK dan kemudian Konselornya juga sudah ada karena guru BK di MAN 1 Medan ini kan tugasnya bukan menghukum tetapi memberikan motivasi kepada siswa, termasuk motivasi belajar dan memotivasi siswa.*

Pada wawancara diatas dapat di simpulkan bahwa peran guru BK sangat dibutuhkan di sekolah untuk mengatasi siswa yang bermasalah contohnya seperti masalah dalam belajar, tugas seorang guru BK bukan menghukum tetapi tugas seorang guru BK memberikan semangat dan motivasi kepada siswa yang memang membutuhkan, termasuk motivasi dalam belajar agar para siswa lebih giat atau semangat lagi dalam belajar.

#### **4. Pelaksanaan Konseling Individu Dengan Teknik *NLP* (*Neuro Linguistic Programming*) Untuk Mengatasi Kecemasan Belajar Matematika Siswa Di MAN 1 Medan**

Hasil observasi yang peneliti lakukan sesuai dengan fakta yang terjadi di lapangan di MAN 1 Medan, pelaksanaan konseling individu dengan teknik *nlp* (*neuro linguistic programming*) untuk mengatasi kecemasan belajar matematika siswa ini dilaksanakan ketika ada siswa yang mengalami kecemasan pada saat pelajaran matematika, dan hasilnya sangat memuaskan dan guru BK mengetahui perubahan yang dialami siswa setelah melaksanakan layanan konseling individu dengan teknik *nlp* (*neuro linguistic programming*) yaitu dari guru mata pelajaran (matematika) memberikan informasi mengenai perubahan siswa yang mengalami kecemasan kepada guru BK bahwa sudah ada perubahan pada siswa yang mengalami kecemasan saat berada dikelas dalam menghadapi pelajaran matematika contohnya seperti siswa sudah berkurang cemas dan takutnya terhadap pelajaran matematika hal ini terlihat dari ketika siswa disuruh mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru pelajaran tersebut saat di depan kelas.

Rabu tanggal 09 September 2020 pukul 09.00 WIB saya menemui bapak Amir Husin Pangaribuan, M.Pd, Kons yang sedang berada di ruangan BK pada saat itu saya mewawancarai pak Amir yang isinya tentang.

#### **Apasaja layanan yang telah bapak berikan kepada siswa?**

Jawaban dari guru BK Bapak amir Husin Pangaribuan:

*Sebagai Guru BK bapak menggunakan BK 17+ yang terdiri dari 10 layanan dan 6 bidang dan 6 kegiatan pendukung, jadi bapak menggunakan layanan ini sesuai dengan kebutuhan siswanya, dan yang sering bapak gunakan adalah layanan orientasi, informasi, konseling individu dan BKP dan penguasaan konten.*

Pada wawancara diatas dapat di simpulkan bahwa pelaksanaan layanan konseling di MAN 1 Medan sudah berjalan dengan baik dan layanan yang sering dibutuhkan oleh siswa yaitu layanan konseling individu, layanan informasi dan BKP semua layanan tersebut sudah terlaksanakan dengan baik.

Rabu tanggal 09 September 2020 pukul 09.00 WIB saya menemui bapak Amir Husin Pangaribuan, M.Pd, Kons yang sedang berada di ruangan BK pada saat itu saya mewawancarai pak Amir yang isinya tentang.

**Dimana guru BK melaksanakan konseling individu dengan teknik *nlp* (*neuro linguistic programming*) untuk mengatasi kecemasan belajar matematika siswa?**

Jawaban dari guru BK Bapak amir Husin Pangaribuan:

*Guru Bimbingan dan Konseling melaksanakan layanan konseling individu dengan teknik *nlp* (*neuro linguistic programming*) untuk mengatasi kecemasan belajar matematika siswa ialah di ruangan Bimbingan dan Konseling atau di ruangan konsultasi yang memang sudah ada di sediakan ruangan khusus untuk siswa yang menagalami masalah dalam belajar.*

Hal yang sama dikemukakan oleh beberapa siswa konseling individu dengan teknik *nlp* (*neuro linguistic programming*) yang peneliti wawancara ada RD siswi kelas XI Mia dan AL siswa kelas XI Mia MAN 1 Medan yang mengenai tempat melaksanakan layanan konseling individu dengan teknik *nlp* (*neuro linguistic programming*) di MAN 1 Medan mereka menjawab.

Jawaban dari RD siswi MAN 1 Medan:

*Tempat yang digunakan dalam melaksanakan layanan konseling individu dengan teknik *nlp* (*neuro linguistic programming*) tempatnya baik dan nyaman, yang terhindar dari suara brising atau keramaian yaitu di ruangan Bimbingan dan Konseling, ruangan konsultasi.*

Jawaban dari AL siswa MAN 1 Medan:

*Tempat yang digunakan dalam melaksanakan layanan konseling individu dengan teknik nlp (neuro linguistic programming) tempatnya nyaman dan tenang yang terhindar dari suara brising atau keramaian yaitu di ruangan Bimbingan dan Konseling, ruangan konsultasi.*

Pada wawancara diatas dapat di simpulkan bahwa tempat pelaksanaan konseling individu yaitu di ruangan bimbingan dan konseling atau ruangan konsultasi untuk menghindari dari suarakeberisingan dan keramaian. Agar pelaksanaan konseling individu dan teknik *nlp (neuro linguistic programming)* berjalan dengan lancar.

Rabu tanggal 09 September 2020 pukul 09.00 WIB saya menemui bapak Amir Husin Pangaribuan, M.Pd, Kons yang sedang berada di ruangan BK pada saat itu saya mewawancarai pak Amir yang isinya tentang.

**Kapan konseling individu dan teknik *nlp (neuro linguistic programming)* inidilakukan?**

Jawaban dari guru BK Bapak amir Husin Pangaribuan:

*Konseling individu dan teknik nlp (neuro linguistic programming) dilakukan ketika ada siswa yang mengalami masalah seperti masalah dalam pelajaran matematika, dan setiap bapak mengkonseling siswa dengan konseling individu pasti bapak selalu menggunakan Tenik (neuro linguistic programming) karena menggunakan ucapan-ucapan yang baik-baik yang mudah diterima olehkonseli atau siswa.*

Pada wawancara diatas dapat di simpulkan bahwa pelaksanaan konseling individu dengan teknik *nlp (neuro linguistic programming)* ini dilakukan ketika ada siswa yang mengalami masalah yaitu masalah dalam pelajaran matematika.

Hari Rabu tanggal 09 September 2020 pukul 09.00 WIB saya menemui bapak Amir Husin Pangaribuan, M.Pd, Kons yang sedang berada di ruangan BK pada saat itu saya mewawancarai pak Amir yang isinya tentang.

**Siapa yang melaksanakan teknik *nlp* (*neuro linguistic programming*)**

**dalam konseling individu?**

Jawaban dari guru BK Bapak amir Husin Pangaribuan:

*Dalam pelaksanaan teknik nlp (neuro linguistic programming) dalam konseling individu yang melaksanakannya adalah guru BK yang sudah kons atau yang sudah mengambil pendidikan profesi karena yang melaksanakan teknik nlp (neuro linguistic programming) dalam konseling individu yaitu orang yang sudah ahli di bidangnya.*

Hal yang sama dikemukakan oleh beberapa siswa yang melaksanakan teknik *nlp* (*neuro linguistic programming*) dalam konseling individu yang peneliti wawancarai ada SFM siswa kelas XI Mia, FMA siswa kelas XI Mia dan AP kelas XI Mia MAN 1 Medan mengenai pelaksanaan teknik *nlp* (*neuro linguistic programming*) dalam konseling individu di MAN 1 Medan mereka menjawab.

Jawaban dari SFM siswa MAN 1 Medan:

*Yang melaksanakan teknik nlp (neuro linguistic programming) dalam konseling individu kak guru BK MAN 1 medan kak yaitu pak amir, karena kalau kami yang bermasalah selalu keseringan yang menangani pak amir kak karena pak amir kordinator atau guru BK yang sudah memiliki gelar pendidikan kons kak.*

Jawaban dari FMA siswi MAN 1 Medan:

*Melaksanakan teknik nlp (neuro linguistic programming) dalam konseling individu kak guru BK MAN 1 medan yaitu pak amir .*

Jawaban dari AP siswa MAN 1 Medan:

*Melaksanakan teknik nlp (neuro linguistic programming) dalam konseling individu adalah guru BK MAN 1 medan kak yaitu pak amir kak karena kalau kami yang bermasalah selalu keseringan yang menangani pak amir kak karena pak amir guru BK yang sudah memiliki gelar pendidikan kons kak. Dan terkadang kalau kami bermasalah kak ada juga guru BK yang menangani atau membantu pak amir.*

Pada wawancara di atas dapat disimpulkan bahwa yang melaksanakan teknik *nlp* (*neuro linguistic programming*) dalam konseling individu adalah guru BK yang sudah ahlinya dibidangnya seperti bapak Amir yang sudah terbiasa dalam menangani siswa yang bermasalah contohnya seperti siswa yang cemas akan pelajaran matematika dan pelajaran lainnya.

Rabu tanggal 09 September 2020 pukul 09.00 WIB saya menemui bapak Amir Husin Pangaribuan, M.Pd, Kons yang sedang berada di ruangan BK pada saat itu saya mewawancarai pak Amir yang isinya tentang.

**Mengapa guru BK memilih teknik *NLP* (*neuro linguistic programming*) dalam pelaksanaan konseling individu Untuk mengatasi kecemasan belajar matematika siswa?**

Jawaban dari guru BK Bapak amir Husin Pangaribuan:

*Alasan bapak memilih teknik *nlp* (*neuro linguistic programming*) dalam pelaksanaan konseling individu untuk mengatasi kecemasan belajar siswa, karena teknik ini memiliki tujuan yang sangat bagus dalam membantu permasalahan yang dialami oleh siswa yaitu masalah dalam kecemasan matematika, tujuan dari teknik *nlp* (*neuro linguistic programming*) ini adalah untuk membantu siswa agar lebih berani dan percaya diri lagi dalam belajar matematika. Tanpa bantuan guru bimbingan dan konseling potensi atau kemampuan yang dimiliki siswa khususnya yang mengalami kecemasan belajar tidak pernah muncul. Bapak sebagai guru bimbingan dan konseling mencari solusi agar siswa yang mengalami kecemasan pada pelajaran matematika bisa teratasi. Dalam pelaksanaan konseling individu bapak selaku guru BK memakai salah satu teknik yaitu teknik *nlp* (*neuro linguistic programming*) dan pelaksanaan konseling individu yang sudah dilaksanakan hasilnya cukup bagus, siswanya sudah ada peningkatan atau kemajuan sudah tidak terlalu cemas lagi dalam pelajaran matematika hal ini dibuktikan dari laporan guru mata pelajaran (matematika) kepada guru BK.*

Pada wawancara diatas dapat disimpulkan bahwa alasan guru BK memilih konseling individu dengan teknik *nlp* (*neuro linguistic programming*) untuk mengatasi kecemasan belajar matematika adalah tujuan dari teknik *nlp* (*neuro*

*linguistic programming*) sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai dalam pelaksanaan konseling individu salah satunya adalah memberikan semangat atau motivasi kepada siswa yang mengalami kecemasan.

Rabu tanggal 09 September 2020 pukul 10.00 WIB saya menemui bapak Amir Husin Pangaribuan, M.Pd, Kons yang sedang berada di ruangan BK pada saat itu saya mewawancarai pak Amir yang isinya tentang.

**Bagaimana guru BK melaksanakan konseling individu dengan teknik *NLP (Neuro Linguistic Programming)* untuk mengatasi kecemasan belajar matematika siswa?**

Langka-langka pelaksanaan konseling individu dan teknik *nlp (neuro linguistic programming)* terbagi menjadi tiga diantaranya sebagai berikut:

a) Pra (perencanaan)

Persiapan yang dilakukan guru BK sebelum melaksanakan konseling individu dengan teknik *nlp (neuro linguistic programming)* untuk mengatasi kecemasan belajar matematika siswa yaitu misalnya persiapan mengenai tempat pelaksanaan, sebelum melaksanakan konseling individu dan teknik *nlp (neuro linguistic programming)* guru BK harus mempersiapkan tempat dan keadaan apakah sudah memungkinkan untuk pelaksanaannya atau belum, dan disini siswa juga harus bisa mempersiapkan dirinya dengan sebaik mungkin dalam pelaksanaan konseling individu dengan teknik *nlp (neuro linguistic programming)*.

b) Kegiatan inti

Proses pelaksanaan konseling individu dengan teknik *nlp (neuro linguistic programming)* disini siswa sedikit merasa takut ketika pelaksanaan

konseling individu dengan teknik *nlp* (*neuro linguistic programming*) siswa merasa takut karena siswa bingung harus menceritakan permasalahannya dari mana.

c) Paska evaluasi

Setelah melaksanakan konseling individu dengan teknik *nlp* (*neuro linguistic programming*) bahwa sudah ada perubahan pada siswa yang mengalami kecemasan pada saat pelajaran matematika hal ini terlihat dari ketika siswa diminta oleh guru mata pelajaran tersebut untuk mengerjakan tugas matematika di depan kelas, dengan pembawaan diri yang begitu tenang dan tidak gugup saat di depan kelas.

Jawaban dari Guru BK Bapak Amir Husin Pangaribuan :

*Pelaksanaan yang bapak lakukan yaitu dengan menggunakan layanan konseling individu dan dibarengi dengan Teknik NLP (Neuro Linguistic Programming) sebelum melakukan pelaksanaannya bapak memimpin do'a terlebih dahulu agar pelaksanaannya berjalan dengan lancar. Setelah selesai ber do'a maka bapak memulai pelaksanaannya yang pertama siswa bapak konseling secara individual dan siswa juga menceritakan permasalahannya mengenai kecemasan saat belajar matematika, siswa menganggap bahwa pelajaran matematika merupakan pelajaran yang sangat sulit, susah di mengerti dan pahami apalagi pelajaran matematika banyak rumusnya sehingga siswa menjadi malas dan takut saat belajar matematika. Setelah siswa menceritakan permasalahannya baru bapak barengi dengan teknik NLP (Neuro Linguistic Programming) ini memberikan kata-kata yang positif, seperti kata-kata semangat kata-kata motivasi kepada siswa agar siswa mau bangkit dan semangat lagi dalam belajar matematika. Teknik NLP (Neuro Linguistic Programming) ini dapat merubah pola pikir siswa dengan kata-kata yang baik dan positif, contohnya siswa berangapan bahwa pelajaran matematika itu pelajaran yang sulit dan menakutkan maka bapak beri penjelasan atau pengertian pada siswa bahwa pelajaran matematika pelajaran yang tidak menakutkan apabila kamu mau merubah minset atau pola pikir kamu bahwa pelajaran teresbut pelajaran yang menyenangkan tanamkan dalam pikiran positif kamu bahwa saya bisa pasti bisa.*

Pada wawancara diatas dapat disimpulkan bahwa proses pelaksanaan konseling individu dengan teknik *NLP* (*Neuro Linguistic Programming*) untuk mengatasi kecemasan belajar matematika siswa sudah dilakukan dengan

maksimal. Pelaksanaan bimbingan dan konseling di MAN 1 Medan diharapkan mampu dapat membantu siswa dalam menyelesaikan permasalahannya.

Beberapa siswa dari konseling individu dengan teknik *nlp (neuro linguistic programming)* yang peneliti wawancarai ada RD siswa kelas XI Mia dan AL siswa kelas XI Mia MAN 1 Medan yang mengenai perubahan yang dialami oleh RD dan AL setelah pelaksanaan konseling individu dengan teknik *nlp (neuro linguistic programming)* pada hari rabu, tanggal 09 September 2020, pukul 11.30 WIB di MAN 1 Medan.

Jawaban dari RD siswi MAN 1 Medan:

*Tanggapan saya kak ketika diberikan teknik nlp (neuro linguistic programming) tadi kak agak lumayan enak, karena sudah ada dorongan untuk mulai berubah dari diri riyanda kak, yang awalnya riyanda merasacemas saat pelajaran matematika kak, tetapi dengan diberikanya teknik nlp (neuro linguistic programming) tadi kak, riyanda merasa ada perubahan dalam diri riyanda kak, lebih termotivasi lagi dalam belajar matematika kak.*

Jawaban dari AL siswa MAN 1 Medan:

*Aqilah kak, untuk diri aqilah sendiri, sangat membantu aqila dalam belajar matematika, karena aqila lebih termotivasi lagi dalam belajar matematika dan sudah ada dorongan seperti yang dikatakan riyanda tadi kak, aqilah sekarang lebih berani dan percaya diri aja kak setelah di konseling oleh Guru BK tadi kak.*

Pada wawancara diatas dapat disimpulkan bahwa perubahan yang dialami siswa setelah melaksanakan konseling individu dengan teknik *nlp (neuro linguistic programming)* untuk mengatasi kecemasan belajar matematika siswa ini sudah banyak yang mengalami perubahan siswa yang awalnya ngerasa cemas akan pelajaran matematika kini dengan dilaksanakannya konseling individu dengan teknik *nlp (neuro linguistic programming)* sudah mulai berkurang cemasnya. Pelaksanaan bimbingan dan konseling di MAN 1 Medan diharapkan mampu dapat membantu siswa dalam menyelesaikan permasalahannya.

**5. Dampak Pasca Pelaksanaan Konseling Individu dengan Teknik *NLP* (*Neuro Linguistic Programming*) Untuk Mengatasi Kecemasan Belajar Matematika Siswa Di MAN 1 Medan.**

Rabu tanggal 09 September 2020 pukul 09.00 WIB saya menemui bapak Amir Husin Pangaribuan, M.Pd, Kons yang sedang berada di ruangan BK pada saat itu saya mewawancarai pak Amir mengenai dampak pelaksanaan yang dialami siswa dalam pelaksanaan konseling individu untuk mengatasi kecemasan belajar matematika, sudah ada perubahan yang awalnya siswa merasa cemas akan pelajaran matematika kini dengan dilaksanakannya konseling individu dengan teknik *nlp* (*neuro linguistic programming*), siswa merasa sudah ada perubahan dalam diri mereka tersebut seperti berkurang rasa cemasnya hal ini dilihat dari ketika guru menyuruh siswa untuk mengerjakan tugas matematika di depan kelas, siswa tersebut lebih tenang pembawaan dirinya tidak terlalu cemas seperti biasanya.

Dampak pelaksanaan konseling individu dengan teknik *nlp* (*neuro linguistic programming*) terhadap guru pelajar dapat mengatasi masalah yang dialami oleh siswa dan guru juga harus lebih bisa memahami kondisi siswa mulai dari kondisi fisiknya hingga sampai kondisi emosionalnya. Guru juga harus bisa memotivasi siswa agar siswa lebih giat dan semangat lagi dalam belajar matematika.

**6. Faktor Pendukung Pelaksanaan Konseling Individu dengan Teknik *NLP* (*Neuro Linguistic Programming*) Untuk Mengatasi Kecemasan Belajar Matematika Siswa Di MAN 1 Medan.**

Rabu tanggal 09 September 2020 pukul 09.00 WIB saya menemui bapak Amir Husin Pangaribuan, M.Pd, Kons yang sedang berada di ruangan BK pada saat itu saya mewawancarai pak Amir yang isinya tentang. Faktor pendukung pelaksanaan konseling individu dengan teknik *nlp (neuro linguistic programming)* untuk mengatasi kecemasan belajar matematika siswa ialah dengan memberikan motivasi atau semangat kepada siswa yang mengalami masalah seperti masalah dalam belajar matematika. Adapun Faktor pendukung dalam Pelaksanaannya yaitu sebelum melaksanakan konseling individu dengan teknik *nlp (neuro linguistic programming)* siswa harus bercermin terdahulu agar siswa lebih pede dan percaya diri lagi dan didalam ruangan konseling terdapat dua kursi dan satu meja yang saling berhadapan, hanya siswa yang bermasalah saja yang boleh masuk. Pelaksanaan konseling individu dan teknik *nlp (neuro linguistic programming)* dilaksanakan apabila siswa mengalami masalah.

#### **7. Faktor Penghambat Pelaksanaan Konseling Individu dengan Teknik NLP (Neuro Linguistic Programming) Untuk Mengatasi Kecemasan Belajar Matematika Siswa Di MAN 1 Medan.**

Rabu tanggal 09 September 2020 pukul 09.00 WIB saya menemui bapak Amir Husin Pangaribuan, M.Pd, Kons yang sedang berada di ruangan BK pada saat itu saya mewawancarai pak Amir yang isinya tentang. Faktor penghambat pelaksanaan konseling individu dengan teknik *nlp (neuro linguistic programming)* ini lebih ke siswa ada sebagian beberapa siswa yang memang lupa akan pelaksanaan konseling individu dengan teknik *nlp (neuro linguistic programming)* terkadang dalam pelaksanaan konseling individu dengan teknik *nlp (neuro linguistic programming)* ini siswa harus mesti diingatkan kembali lagi oleh

guru BK. Agar siswa tersebut tidak lupa dalam pelaksanaan *nlp (neuro linguistic programming)* tersebut.

### C. Pembahasan Hasil Penelitian

1. Bagaimana Pelaksanaan Konseling Individu Dengan Teknik *NLP (Neuro Linguistic Programming)* Untuk Mengatasi Kecemasan Belajar Matematika Siswa Di MAN 1 Medan.

Dalam buku Syafaruddin Lengeveld mengemukakan bahwa pendidikan adalah memberi pertolongan secara sadar dan sengaja kepada seorang anak (yang belum dewasa) dalam pertumbuhannya menuju ke arah kedewasaan dalam arti dapat berdiri sendiri dan bertanggung jawab sulit atas segala tindakannya menurut pilihannya sendiri.<sup>38</sup>

Bimbingan dan Konseling merupakan terjemahan dari kata *guidance* dan *counseling* dalam bahasa Inggris. Arti dari kedua istilah itu baru dapat ditangkap dengan tepat, bila ditinjau apa yang dimaksudkan dengan kedua kata asli dalam bahasa Inggris. Dalam kamus bahasa Inggris *Guidance* dikaitkan dengan kata *guide*, yang artinya menunjukkan jalan, memimpin, menuntun, memberikan petunjuk, mengatur dan mengarahkan, atau memberikan nasihat.

Dalam buku Syafaruddin Rochman Natawidjaja mengemukakan bahwa Bimbingan dan Koseling bertujuan untuk membantu siswa agar memiliki kemampuan untuk mengembangkan potensi dirinya, atau menginternalisasi nilai-nilai yang terkandung dalam tugas-tugas perkembangan yang harus dikuasainya. Kemampuan menginternalisasi itu meliputi kepada tiga tahapan,

---

<sup>38</sup> Syafaruddin Dkk. 2017. *Sosiologi Pendidikan*. (Medan: Perdana Publishing). Hal. 49

diantaranya yaitu: (1) pemahaman (*awereness*), (2) sikap (*accommodation*), dan keterampilan atau tindakan (*action*).<sup>39</sup>

Bimbingan dan Konseling merupakan sebuah usaha psikologis yang bertujuan untuk mengembangkan kemampuan individu menjadi pribadi yang mandiri dalam menata, mengelola diri, sehingga mampu beradaptasi dengan diri, masyarakat dan lingkungannya, seperti yang disampaikan Supriadi bahwa bimbingan dan konseling sangat terkait erat dengan kegiatan pendidikan, yang muaranya mengarahkan dan menyiapkan individu yang memiliki mental yang sehat dengan ditandai lingkungannya.<sup>40</sup>

Dari penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa Bimbingan dan Konseling dapat membantu individu atau siswa menjadi pribadi yang lebih baik lagi dan mandiri dalam menata, dan individu juga harus mampu beradaptasi dengan dirinya sendiri maupun dengan lingkungannya.

Hallen dalam buku Syafaruddin mengungkapkan bahwa konseling individu yaitu layanan bimbingan dan konseling yang mungkin peserta didik mendapat layanan langsung tatap muka dengan guru BK. Konseling individu merupakan salah satu pemberian bantuan secara perorangan dan secara langsung. Pemberian bantuan dilakukan secara *face to facerelationship* (hubungan muka kemuka atau hubungan empat mata) antara konselor dengan individu yang terjadi ketika seorang konselor bertemu secara pribadi dengan klien untuk tujuan konseling. Ini adalah interaksi antara konselor dan konseli dimana banyak yang berfikir bahwa ini adalah esensi dari pekerjaan konselor.

---

<sup>39</sup> Syafaruddin Dkk. 2019. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling Telaah Konsep, Teori dan Praktik*. (Medan: Perdana Publishing). Hal. 16-18

<sup>40</sup> Tarmizi. 2018. *Bimbingan Konseling Islami*. (Medan: Perdana Publishing). Hal. 19

Konseling individu merupakan bentuk layanan yang paling utama dalam pelaksanaan fungsi pengentasan masalah klien. Dengan demikian konseling perorangan merupakan “jantung hati”. Implikasi lain pengertian “jantung hati” adalah seorang konselor telah menguasai dengan baik apa, mengapa dan bagaimana pelayanan konseling itu (memahami, menghayati dan menerapkan wawasan, pengetahuan dan keterampilan dengan berbagai teknik dan teknologinya), maka diharapkan ia dapat menyelenggarakan layanan-layanan bimbingan lainnya tanpa mengalami banyak kesulitan.

Banyak peserta didik (siswa) yang tidak mau membicarakan masalah pribadi atau urusan pribadi mereka dalam diskusi kelas dengan guru. Beberapa dari mereka ragu untuk berbicara di depan kelompok-kelompok kecil. Oleh karena itu, konseling individu dalam sekolah-sekolah, tidak terlepas dari psikotripsi, didasarkan pada asumsi bahwa klien itu akan lebih suka berbicara sendirian dengan seorang konselor. Selain itu kerahasiaan selalu dianggap sebagai dasar konseling.

Akibatnya, muncul asumsi bahwa siswa membutuhkan pertemuan pribadi dengan seorang konselor untuk mengungkapkan pikiran mereka dan untuk menyakinkan bahwa pengungkapan mereka akan dilindungi. Tidak ada yang lebih aman dari pada konseling individu.

Secara menyeluruh dan umum, proses konseling individu dari kegiatan paling awal sampai kegiatan akhir, terdapat lima tahap yaitu: (1) tahap pengantaran (*introduction*), (2) tahap penjajakan (*insvention*), (3) tahap penafsiran (*inter pretation*), (4), tahap pembinaan (*intervention*) dan (5), tahap penilaian (*inspection*).

Dalam proses layanan konseling individu, konselor harus menyadari posisi dan peran yang sedang dilakukannya.

Menurut Gysbers strategi dalam layanan perencanaan individu meliputi:

- a. *Individual appraisal*, individu diminta oleh konselor untuk menginterpretasi tentang bakat, minat, keterampilan, dan prestasi yang ada dalam dirinya sendiri.
- b. *Individual advisement*, konselor meminta individu yang bersangkutan untuk mempertimbangkan tentang pendidikan, karir, sosial dan pribadi,. Kemudian bagaimana individu tersebut untuk merealisasikan.
- c. *Transition planning*, konselor bekerja sama dengan pihak guru yang lain membantu individu untuk membuat rencana apakah akan melanjutkan sekolah, bekerja, atau mengikuti training/kursus.
- d. *Follow up*, konselor bekerja sama dengan pihak guru yang lain menindak lanjuti dari data yang di peroleh untuk kemudian dievaluasi.<sup>41</sup>

Dapat disimpulkan bahwa konseling individu berlangsung dalam suasana tatap muka secara langsung antara konselor dengan klien, dan klien membutuhkan pertemuan pribadi dengan seorang konselor untuk mengungkapkan pikiran mereka dan untuk menyakinkan bahwa pengungkapan mereka akan dilindungi, tidak ada yang lebih aman dari pada konseling individu. Dan pembahasan masalah dalam konseling individu bersifat holistik dan mendalam serta menyentu hal-hal

---

<sup>41</sup> Ibid. Syafaruddin Dkk. Hal. 61-62

penting tentang diri klien sangat mungkin menyentus rahasia pribadi klien, tetapi juga bersifat spesifik menuju kearah pemecahan masalah.

Kondisi siswa saat di kelas kondisinya tidak sama dengan yang diluar kelas, siswa yang dikelas mereka lebih pendiam dibandingkan diluar kelas, dan peneliti amati ada beberapa siswa dan siswi yang memang memiliki wajah-wajah yang bermasalah dilihat dari raut wajah mereka ada yang panik dan takut akan pelajaran matematika, pelajaran menghafal mereka panik karena mereka belum hafal dan belum memahami isi materi yang disampaikan oleh guru pelajaran tersebut, Sedangkan siswa dan siswi yang tidak bermasalah raut wajahnya mereka selalu ceria tanpa beban mereka lebih santai dalam menyikapi hal apapun dan pembawaan diri mereka juga lebih tenang. Apa yang disuru guru kerjakan mereka mengerjakannya dengan senang hati dan ikhlas karena mereka berangapan bahwa tugas yang diberi guru tersebut merupakan tugas yang menyenangkan.

Menurut Atkinson kecemasan adalah perasaan tidak menyenangkan, yang ditandai dengan istilah-istilah seperti kekhawatiran, keperhatinan, dan rasa takut yang kadang-kadang dialami dalam tingkatan yang berbeda-beda.<sup>42</sup>

Siswa yang mengalami kecemasan bisa mengakibatkan kepatalan seperti stres yaitu situasi dan peristiwa yang mengancam dan melebihi kemampuan mereka untuk mengatasinya, stres berpusat pada respons tubuh terhadap stres, khususnya kelelahan dan kerusakan pada tubuh karena tuntutan yang harus dipenuhinya.<sup>43</sup>

Trujilo dan Hadfield mengatakan bahwa penyebab kecemasan matematika dapat diklasifikasikan dalam tiga kategori iyalah sebagai berikut:

---

<sup>42</sup> Supri Yanti Dan Erlamsyah dkk. 2013. "Hubungan Antara Kecemasan Dalam Belajar Dengan Motivasi Belajar Siswa". Vol. 2 No. 1. Hal. 1

<sup>43</sup> Laurah A. King. 2010. *Psikologi Umum*. (Jakarta: Salemba Humanika). Hal. 417

a. Faktor Kepribadian (psikologis atau emosional)

Misalnya perasaan takut siswa akan kemampuan yang dimilikinya, kepercayaan diri yang rendah akan menyebabkan rendahnya nilai harapan siswa, motivasi diri siswa yang rendah dan sejarah emosional seperti pengalaman tidak menyenangkan dimasa lalu yang berhubungan dengan matematika yang menimbulkan trauma.

b. Faktor lingkungan atau sosial

Misalnya kondisi saat proses belajar mengajar matematika di kelas yang tegang diakibatkan oleh cara mengajar, model dan metode mengajar guru matematika. Rasa takut dan cemas terhadap matematika dan kurangnya pemahaman yang dirasakan para guru matematika dapat terwariskan kepada para siswanya. Wahyudin mengatakan bahwa faktor yang lain yaitu keluarga terutama orang tua siswa yang terkadang memaksakan anak-anaknya untuk pandai dalam matematika karena matematika dipandang sebagai sebuah ilmu yang memiliki nilai *prestise*.

c. Faktor intelektual

Faktor intelektual terdiri atas penengaruh yang bersifat kognitif, yaitu lebih mengarah pada bakat dan tingkat kecemasan yang dimiliki siswa.<sup>44</sup>

Kecemasan siswa dalam menghadapi matematika dikarenakan adanya beberapa faktor, yaitu faktor inteligensi, faktor di dalam diri siswa dan faktor lingkungan. Zeidner mengatakan bahwa kecemasan siswa terdapat pelajaran

---

<sup>44</sup> Ika Wahyu anita. 2014. *“Pengaruh Kecemasan Matematika (Mathematics Anxiety) Terhadap Kemampuan Koneksi matematis Siswa SMP.”* Vol. 3 No. 1. Hal. 3

matematika dikarenakan kurangnya ketertarikan siswa terhadap pelajaran matematika. Disebabkan oleh pengaruh intelegensi siswa dalam pelajaran matematika, siswa yang memiliki inteligensi tinggi akan cenderung lebih tertarik terhadap pelajaran matematika sedangkan siswa yang memiliki inteligensi rendah akan kurang tertarik terhadap pelajaran matematika. Pendapat lain dikemukakan oleh Wigfield dan Mece mengatakan bahwa penyebab kecemasan terhadap pelajaran matematika adalah ketidakpercayaan diri dalam menyelesaikan soal-soal matematika dan memiliki emosi negatif terhadap soal-soal matematika.<sup>45</sup> Peneliti mengkaitkan teori ini dengan hasil peneliti di lapangan di MAN 1 Medan menyatakan bahwa siswa yang mengalami kecemasan belajar matematika ini memiliki perilaku seperti takut, khawatir, bingung dan gugup, bahkan ada siswa yang tidak menyukai pelajaran tertentu. Seperti pelajaran matematika, seperti halnya siswa diminta untuk maju kedepan kelas untuk mengerjakan soal dari guru pelajaran tersebut seharusnya siswa harus lebih berani dan bisa percaya diri lagi dengan mengerjakan soal di depan kelas. Kecemasan yang dialami siswa adalah kecemasan ketika menghadapi mata pelajaran yang dianggap susah atau sulit oleh siswa dan ketika dipanggil kedepan kelas, kecemasan ini merupakan kondisi yang hampir pernah dialami oleh semua orang yang berbeda hanya saja tingkatannya yang berbeda-beda.

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa siswa yang mengalami kecemasan dapat mengakibatkan kepatalan seperti stres yaitu situasi dan peristiwa yang mengancam dan melebihi kemampuan mereka untuk mengatasinya. Siswa yang mengalami kecemasan matematika akan berpendapat bahwa matematika itu

---

<sup>45</sup> Natalia Rosmalina Rawa Dan Putu Agus Eka Masita Yasa. 2018. "*Kecemasan Matematika Pada Mahasiswa Pendidikan Guru Sekolah Dasar*." Vol. 2 No. 2. Hal. 2

sulit dan susah untuk di pahami. Dan penyebab kecemasan siswa terhadap pelajaran matematika karena ketidak percayaan diri dalam menyelesaikan soal-soal matematika.

Kegiatan guru BK setiap hari di sekolah yaitu membimbing dan mengadakan konsultasi kepada siswayang mengalami masalah, membantu siswa dalam menyelesaikan permasalahannya. Guru BK juga masuk keruangan kelas dan memberikan layanan informasi kepada siswa yang memang membutuhkan informasi seperti informasi mengenai perkuliahan maupun pendidikan. Guru BK juga menyusun dan melaksanakan program apa saja yang harus diberikan kepada siswa mulai dari program bulanan, semesteran dan tahunan, melaksanakan program bimbingan konseling, menilai hasil pelaksanaan program layanan bimbingan konseling, lalu guru BK juga menganalisis hasil pelaksanaan bimbingan konseling dan menindak lanjuti hasil dari penilaian bimbingan konselingdan guru BK juga memberikan layanan yang sesuai dibutuhkan oleh siswa mulai dari konseling individu, bimbingan kelompok maupun konseling kelompok, guru BK juga harus berkerjasama dengan wali kelas maupun guru bidang setudi agar pelaksanaannya berjalan dengan lancar.

Pelaksanaan konseling individu dengan teknik *nlp (neuro linguistic programming)* untuk mengatasi kecemasan belajar matematika siswa, yaitu yang pertama siswa dikonseling individu, konseling individu merupakan layanan konseling yang diselenggarakan oleh seorang konselor terhadap seorang klien dalam rangka pengentasan masalah pribadi klien. Dalam suasana tatap muka dilaksanakan interaksi langsung antara klien dan konselor, membahas berbagai hal tentang masalah yang dialami klien. Pembahasan tersebut bersifat mendalam

menyentu hal-hal penting tentang diri klien bahkan sangat penting yang boleh jadi menyangkut rahasia pribadi klien. Bersifat meluas meliputi berbagai sisi yang menyangkut permasalahan klien, namun juga bersifat spesifik menuju kearah pengentasan masalah.<sup>46</sup> Sedangkan Menurut Nurul Ramadhani Makarao *Nlp (neuro linguistic programming)* dapat berperan dalam membantu manusia berkomunikasi lebih baik dengan diri mereka sendiri, mengurangi ketakutan tanpa alasan, mengontrol emosi negatif dan kecemasan. *Nlp (neuro linguistic programming)* berakar dari segala sesuatu yang mendasari terjadinya hubungan keselarasan dengan siapa saja bahkan dengan pribadi yang sulit. Dan selain itu *nlp (neuro linguistic programming)* membantu manusia menciptakan tujuan positif bagi masa depannya, membantu memormalisasikan tujuan khusus dan rencana yang akan memimpin mereka pada masa depan yang lebih baik lagi.<sup>47</sup> Kaitanya dengan kecemasan matematika menurut Smith karakteristik atau ciri-ciri siswayang mangalami kecemasan matematika yaitu (1) khawatir saat diminta melakukan penyelesaian masalah secara matematis, (2) menghindari kelas matematika, (3) merasakan pusing, takut atau panik, (4) ketidak sanggupan untuk mengikuti tes matematika, (5) sesi diskusi kurang berhasil. Pada dasarnya seseorang yang mengalami kecemasan matematika bukan tanpa alasan, adapunfaktor-faktor yang menyebabkan timbulnya kecemasan secara sefesipik, penyebab dari kecemasan matematika disebabkan oleh faktor kepribadian, intelektual dan lingkungan. Faktor kepribadian meliputi penghargaan diri yang rendah, ketidak mampuan dalam mengontrol frustasi, rasa malu, dan intimidasi.

---

<sup>46</sup> Ibid. Prayitno. Hal. 107

<sup>47</sup> M. Fahli Zatra Hadi dan Zubaidah. 2015. "Pemanfaatan *Konseling Neuro Linguistic Programming* Dalam Mengatasi Kesulitan Belajar Siswa Sekolah Dasar." *Jurnal Risalah*, Vol. 26 No. 4. Hal. 175

Secara intelektual faktor yang berkontribusi kuat adalah ketidak mampuan dalam memahami konsep matematika, ketidak tepatan dalam gaya belajar dan keraguan diri akan kemampuan. Sedangkan untuk faktor lingkungan sangat umum, biasanya tergantung pada orang tua dan pengalaman buruk di kelas. Dan guru matematika yang kurang kompeten.<sup>48</sup> Peneliti mengkaitkan teori ini dengan hasil peneliti di lapangan di MAN 1 Medan menyatakan bahwa Pelaksanaan Konseling Individu dengan teknik *nlp (neuro linguistic programming)* untuk mengatasi kecemasan belajar matematika siswa ini dilaksanakan ketika ada siswa yang mengalami kecemasan pada saat pelajaran matematika, dan hasilnya sangat memuaskan dan cara guru BK mengetahui perubahannya yang dialami siswa setelah melaksanakan layanan konseling inidividu dengan teknik *nlp (neuro linguistic programming)* yaitu guru mata pelajaran (matematika) memberikan laporan mengenai hasil siswa yang mengalami kecemasan kepada guru BK bahwa sudah ada perubahan pada siswa yang mengalami kecemasan saat berada dikelas dalam menghadapi pelajaran matematika contohnya seperti siswa sudah berkurang cemas dan takutnya terhadap pelajaran matematika hal ini terlihat dari ketika siswa disuru mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru pelajaran tersebut saat didepan kelas.

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan konseling individu dengan teknik *nlp (neuro linguistic programming)* untuk mengatasi kecemasan belajar matematika siswa yaitu dengan menggunakan layanan konseling individu dan dibarengi dengan teknik *nlp (neuro linguistic programming)* dan disini siswa dikonseling secara individual, dan siswa juga

---

<sup>48</sup> Bainuddin Yani, Musafir Kumar dan Desy Syukri. 2015. "Hubungan antara Kecemasan Matematika Dengan Prestasi Belajar Matematika Siswa SMA." Jurnal Peluang, Vol. 3 No. 2. Hal. 2

menceritakan permasalahannya tentang kecemasan saat belajar matematika disini guru BK mengkonseling siswa tersebut dan dibarengi dengan teknik *nlp (neuro linguistic programming)*. Teknik *nlp (neuro linguistic programming)* ini memberikan kata-kata positif, seperti kata-kata semangat kepada siswa yang mengalami masalah memberikan motivasi agar siswa mau bangkit dan semangat lagi dalam pelajaran matematika. Disini siswa diterapi dengan menggunakan teknik *nlp (neuro linguistic programming)* seperti menggunakan kata-kata yang baik kata-kata yang positif untuk merubah pola pikir siswa tersebut, setelah diterapi siswa tersebut sudah ada mulai perubahan dalam dirinya yang biasanya siswa tersebut cemas dan panik akan pelajaran matematika kini dengan diberikanya teknik *nlp (neuro linguistic programming)* tersebut sudah berkurang kecemasannya. Hal ini dilihat ketika guru matematika meminta siswa tersebut untuk mengerjakan tugas matematika didepan kelas siswa tersebut pembawaannya agak lebih tenang tidak seperti biasanya yang cemas akan pelajaran matematika. Dan guru matematika juga memberi laporan kepada guru BK bahwa setelah dilakukan konseling individu dengan teknik *nlp (neuro linguistic programming)* tersebut sudah ada perubahan dalam diri siswa, dan hal ini juga dilihat dari hasil belajarnya.

Dampak pelaksanaan yang dialami siswa dalam pelaksanaan konseling individu untuk mengatasi kecemasan belajar matematika sudah ada perubahan yang awalnya siswa merasa cemas akan pelajaran matematika kini dengan dilaksanakanyakonseling individu dengan teknik *nlp (neuro linguistic programming)* siswa merasa sudah ada mulai perubahan dalam diri siswa tersebut seperti berkurang rasa cemasnya dilihat dari ketika guru menyuru atau

memanggil siswa untuk mengerjakan tugas matematika di depan kelas siswa tersebut lebih tenang pembawaan dirinya tidak terlalu cemas. Dampak pelaksanaan konseling individu dengan teknik *nlp (neuro linguistic programming)* terhadap guru dapat mengatasi masalah yang dialami oleh siswa dan guru juga harus lebih bisa memahami kondisi siswa mulai dari kondisi fisiknya hingga sampai kondisi emosionalnya. Guru juga harus bisa memotivasi siswa agar siswa lebih giat dan semangat lagi dalam belajar matematika.

Faktor pendukung pelaksanaan konseling individu dengan teknik *nlp(neuro linguistic programming)* untuk mengatasi kecemasan belajar matematika siswa ialah dengan memberika motivasi atau semangat kepada siswa yang mengalami masalah seperti masalah dalam belajar matematika. Adapun faktor pendukung dalam Pelaksanaannya yaitusebelum melaksanakan konseling individu dengan teknik *nlp(neuro linguistic programming)* siswa harus bercermin terdahulu agar siswa lebih pede dan percaya diri lagi, dan didalam ruangan konseling terdapat dua kursi dan satu meja yang saling berhadapan,hanya siswa yang bermasalah saja yang boleh masuk. Pelaksanaan konseling individu dan teknik *nlp (neuro linguistic programming)* dilaksanakan apabila siswa mengalami masalah.

Faktor penghambat pelaksanaan konseling individu dengan teknik *nlp (neuro linguistic programming)* ini lebih ke siswa ada sebagian beberapa siswa yang memang lupa akan pelakasanaan konseling individu dengan teknik *nlp (neuro linguistic programming)* terkadang dalam pelaksanaan konseling individu dengan teknik *nlp (neuro linguistic programming)* ini siswa harus mesti

diingatkan kembali lagi oleh guru BK. Agar siswa tersebut tidak lupa dalam pelaksanaan *nlp (neuro linguistic programming)* tersebut.

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di MAN 1 Medan, maka dapat ditarik kesimpulan yaitu sebagai berikut:

Pelaksanaan konseling Individu dengan teknik *nlp (neuro linguistic programming)* untuk mengatasi kecemasan belajar matematika siswa ini dilaksanakan ketika ada siswa yang mengalami kecemasan pada saat pelajaran matematika, dan hasilnya sangat memuaskan dan cara guru BK mengetahui perubahannya yang dialami siswa setelah melaksanakan layanan konseling inividu dengan teknik *nlp (neuro linguistic programming)* yaitu guru mata pelajaran (matematika) memberikan laporan mengenai hasil siswa yang mengalami kecemasan kepada guru BK bahwa sudah ada perubahan pada siswa yang mengalami kecemasan saat berada dikelas dalam menghadapi pelajaran matematika, contohnya seperti siswa sudah berkurang cemas dan takutnya terhadap pelajaran matematika hal ini terlihat dari ketika siswa disuru mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru pelajaran tersebut saat didepan kelas.

#### B. Saran

Adapun saran kepada pihak sekolah yakni kepada kepala Sekolah, Guru BK, Guru mata pelajaran dan siswa MAN 1 Medan adalah sebagai berikut:

1. Bagi Kepala Sekolah terus bekerja sama dengan Guru BK dalam pelaksanaan BK di sekolah, memberikan arahan dan Bimbingan kepada Guru BK, dan membuat jadwal masuk keruangan atau kelas untuk Guru BK dalam meleksanakan tugasnya.

2. Bagi Guru BK terus melaksanakan tugasnya dalam pelaksanaan bimbingan konseling dan fungsi bimbingan konseling, dan harus bekerja sama dengan Kepala Sekolah dan guru yang lainnya seperti Guru mata pelajaran untuk mengembangkan potensi siswa.
3. Bagi Guru Mata Pelajaran terus membantu dan memotivasi siswa dalam menyelesaikan tugasnya.
4. Bagi Siswa diharapkan lebih aktif lagi dalam belajar maupun berdiskusi, dan lebih mengikuti hal-hal yang positif lagi seperti mengikuti kegiatan yang ada disekolah.
5. Bagi Peneliti lain yaitu yang ingin melakukan penelitian dengan masalah yang sama maka dapat menjadikan skripsi ini sebagai tambahan dalam penelitian dan melakukan perbaikan dalam pelaksanaannya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ananda Rusdi dan Amiruddin. *Inovasi Pendidikan Melejitkan Potensi Teknologi dan Inovasi Pendidikan*. Medan: Widya Puspita. 2017
- A. King Laurah. *Psikologi Umum*. Jakarta: Selemba Humanika. 2010
- Anita, Ika Wahyu. "Pengaruh Kecemasan Matematika (*Mathematics Anxiety*) Terhadap Kemampuan Koneksi Matematis Siswa SMP." Vol. 3 No. 1
- Aswita Effi. *Metode Penelitian Pendidikan*. Medan: Unimed Press. 2002
- Bakar Abu M. Luddin. *Konseling Individual dan Kelompok Aplikasi Dalam Praktek Konseling*. Bandung: Citapustaka Media printis. 2012
- Bungin Burhan. *Analisis Data Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Rajawali Pers. 2002
- Departemen Agama RI. 2009 *Al-Qur'an dan Terjemah*. Bogor: PPPA Darul Qur'an
- Indiyani, Novita Eka dan Listiara Anita. "Pembeajaran Gotong Royon (*Coverative Learning*) Untuk Menurunkan Kecemasan Siswa Dalam Menghadapi Pelajaran Matematika". Vol. 3 No 1
- Fahli M Zatra Nadi dan Zubaidah. "Pemanfaatan Konseling Neuro Linguistic Programming Dalam Mengatasi Kesulitan Belajar Siswa Sekolah Dasar". Vol. 26 No. 4
- Feist, Jess dan J. Feist Gregory. *Teori Kepribadian Theories Of Personality*. Jakarta Selatan: Selemba Humanika. 2010
- George C, Boere. *Personality Theoris*. Jogjakarta: Prismsophie. 2009
- J Lexy Meleong. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya. 2012
- Novialdi, Irel dan Maison Dkk. "Tingkat Kecemasan Matematika Siswa SMA Negeri 2 Krinci Kelas X MIA Sebelum Menghadapi Tes Matematika Berdasarkan Gender dan Hubungan Deangan Hasil Belajar". Vol. 1. No. 2
- Nurihsan, Achmad Juntika. *Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: Refika Aditama. 2007
- Prayitno Dan Amti, Erman. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta. 1999
- Prayitno. *Konseling Profesional Yang Berhasil (Layanan Dan Kegiatan Pendukung)*. Jakarta: RajaGerapindo Persada. 2017

- Rahma Wati, Feni Etika dan Nuryono, Wiryo. *Penerapan Terapi NLP (Neuro Linguistic Programming) Untuk Menurunkan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 2 Pare*". Vol. 04 No. 03
- Rawa, Natalia Rosmalina Dan Putu Agus Eka Masita Yasa. "Kecemasan Matematika Pada Mahasiswa Pendidikan Guru Sekolah Dasar." Vol. 2 No. 2
- Roy Saputra Paulus. "Kecemasan Matematika Dan Cara Mengurangnya (Mathematic Anxiety And How To Reduceit)". Vol. 3 No. 2
- Rumengan Jemmy. *Metodologi Penelitian*. Bandung: Cita Pustaka Media Printis. 2013
- Salami. *Ada Apa Dengan Neuro Linguistic Programming (NLP)*. Yogyakarta: Deepublish. 2017
- Subiyono Dkk. *Afirmasi Visualisasi dan Kekuatan Pikiran Hypnosis Meta NLP*. Yohgyakarta: K-Media. 2015
- Sugiono. *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif dan R&D*. Bandung: Remaja Rosdakarya. 2006
- Sugiyono. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kuantitatif, R&D*. Bandung: Alfabeta. 2018
- Susanto, Hari Purnomo. "Analisis Hubungan Kecemasan, Aktivitas, Dan Motivasi Berprestasi Dengan Hasil Belajar Matematika Siswa". Vol. 9 No. 2
- Syafaruddin Dkk. *Sosiologi Pendidikan*. Medan: Perdana Publishing. 2017
- Syafaruddin Dkk. *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling Telaah Konsep Teori Dan Praktek*. Medan: Perdana Publishing. 2019
- Syahrin dan Salim. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Citapustaka Media. 2012
- Tarmizi. *Bimbingan Konseling Islam*. Medan: Perdana Publishing. 2018
- Tohirin. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*. Jakarta: Raja Grafindo Persada. 2013
- Umar Ali. "Implementasi Pendekatan Pembelajaran Kontekstual Dengan Hypnoteaching Untuk Mereduksi Tingkat Kecemasan Matematika ( Mathematics Anxiety) Siswa". Vol. 1 No. 3
- Willis, S. Sopyan. *Konseling Individual Teori Dan Praktek*. Bandung: Alfabeta. 2018

Widyatmoko, Wahyu Dan Barep Hapit Surya Putra Dkk. "*Neuro Linguistic Programming Dalam Layanan Konseling.*" Vol. 1 No. 1

Weldani Feri Dan Heryanto Nur Muhammad. "*Penerapan Terapi NLP (Neuro Linguistic Programming) Untuk Menurunkan Kecemasan Dalam Melakukan Lompat Kangkang Pada Siswa Kelas X,*" Vol. 03 No. 02

Yanti Supri Dkk. "*Hubungan Antara Kecemasan Dalam Belajar Dengan Motivasi Belajar Siswa*". Vol. 2 No. 1

Yani Bainuddin, Dkk Dan Desy Syukri. "*Hubungan Antara Kecemasan Matematika Dengan Prestasi Belajar Matematika Siswa SMA.*" Vol. 3 No. 2

Zahro Nur Khumaidatuz. "*Pelatihan Neuro Linguistic Programming (NLP) Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri*". Vol. 6 No. 1

## **LAMPIRAN**

### **Lampiran I**

#### **PEDOMAN WAWANCARA KEPADA KEPALA SEKOLAH MAN 1**

#### **MEDAN**

1. Bagaimana sejarahnya berdirinya MAN 1 Medan?
2. Bagaimana keadaan siswa dan siswi MAN 1 Medan?
3. Permasalahan apa yang sering terjadi pada siswa MAN 1 Medan?
4. Sejak kapan diterapkan Bimbingan dan Konseling di MAN 1 Medan?
5. Bagaimana pelaksanaan Bimbingan dan Konseling di MAN 1 Medan?
6. Apakah kinerja dan upaya guru Bimbingan dan Konseling di sekolah sudah terlaksana dengan baik dalam mengatasi kecemasan belajar matematika siswa?
7. Apa saja kendala yang dihadapi ketika guru BK melakukan program layanan Bimbingan dan Konseling?

## Lampiran II

### PEDOMAN WAWANCARA KEPADA GURU BK MAN 1 MEDAN

1. Apa saja layanan yang telah bapak berikan kepada siswa?
2. Bagaimana kondisi siswa dan siswi di MAN 1 Medan?
3. Bagaimana pelaksanaan Bimbingan dan Konseling di MAN 1 medan?
4. Bagaimana upaya guru BK dalam mengatasi siswa yang cemas pada saat pelajaran matematika?
5. Dimanaguru BK melaksanakan konseling individu dengan teknik *nlp* (*neuro linguistic programming*) untuk mengatasi kecemasan belajar matematika siswa?
6. Kapan konseling individu dan teknik *nlp*(*neuro linguistic programming*) ini dilakukan?
7. Siapa yang melaksanakan teknik *nlp*(*neuro linguistic programming*) dalam konseling individu?
8. Mengapa guru BK memilih teknik *nlp* (*neuro linguistic programming*) dalam pelaksanaan konseling individu Untuk mengatasi kecemasan belajar matematika siswa?
9. Bagaimana guru BK melaksanakan konseling individu dengan teknik *nlp* (*neuro linguistic programming*) untuk mengatasi kecemasan belajar matematika siswa?
10. Dampak dari pelakanaan konseling individu dengan teknik *nlp* (*neuro linguistic programming*) untuk mengatasi kecemasan belajar matematika siswa?

11. Faktor pendukung pelaksanaan konseling individu dengan teknik *nlp* (*neuro linguistic programming*) untuk mengatasi kecemasan belajar matematika siswa?
12. Faktor penghambat pelaksanaan konseling individu dengan teknik *nlp* (*neuro linguistic programming*) untuk mengatasi kecemasan belajar matematika siswa?
13. Seberapa besar kendala yang guru BK alami dalam pelaksanaan teknik *nlp* (*neuro linguistic programming*)?

**Lampiran III****PEDOMAN WAWANCARA KEPADA GURU BIDANG STUDI****MAN 1 MEDAN**

1. Apakah disetiap kelas terdapat siswa yang mengalami kecemasan saat pelajaran matematika?
2. Bagaimana upaya Ibu dalam mengatasi siswa yang cemas pada saat pelajaran matematika?
3. Faktor apa sajakah yang menyebabkan siswa menjadi takut saat belajar matematika?
4. Bentuk kecemasan bagaimana yang sering terjadi pada siswa?
5. Bagaimana tanggapan Ibu mengenai siswa yang cemas saat pelajaran matematika?

## Lampiran IV

### PEDOMAN WAWANCARA SISWA-SISWI MAN 1 MEDAN

1. Bagaimana pandangan kamu tentang guru BK di MAN 1 Medan?
2. Bagaimana pendapat kamu mengenai pelayanan bimbingan di MAN 1 Medan?
3. Masalah apa yang kamu keluhkan kepada guru BK?
4. Pernahkah kamu mengalami hambatan dalam belajar matematika?
5. Diimana guru BK melaksanakan Konseling individu dengan teknik *nlp* (*neuro linguistic programming*) untuk mengatasi kecemasan belajar matematika siswa?
6. Siapa yang melaksanakan tekknik *nlp* (*neuro linguistic programming*) dalam konseling individu?
7. Bagaimana tanggapan kamu setelah dilakukan konseling inidvidu dan teknik *nlp* (*neuro linguistic programming*)?

## Lampiran V

## HASIL WAWANCARA

| NO | Orang Yang<br>Memberi Informasi                                                                                  | PERTANYAAN                                                 | JAWABAN                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. | Kepala Sekolah<br>MAN 1 Medan Ibuk<br>Maisaroh, S.Pd,<br>M.Si. (Senin, 07<br>September, pada<br>pukul 14.30 WIB) | 1. Bagaimana<br>sejara berdirinya<br>MAN 1 Medan?          | Sejarah berdirinya MAN 1<br>Medan dulunya sekolah<br>persiapan untuk IAIN untuk<br>Sumatera Utara SPIAIN<br>setelah itu berkembanglah di<br>bukaklah IAIN Sumatera Utara<br>dijalan Sutomo kemudian<br>MAN ini di resmikan menjadi<br>Madrasah Aliyah kota medan<br>dengan sesuai perkembangan<br>maka untuk sekarang ini<br>Madrasah Aliyah Negeri 1<br>Medan.                                                                  |
|    |                                                                                                                  | 2. Bagaimana<br>keadaan siswa<br>dan siswi MAN<br>1 Medan? | Keadaan siswa dan siswi MAN<br>1 Medan semuanya baik, siswa<br>perempuan maupun siswi laiki-<br>laki mereka wajib mengikuti<br>peraturan yang ada di sekolah,<br>contohnya bagi siswa<br>perempuan wajib<br>menggunakan seragam sekolah<br>yang panjang dan memakai rok<br>yang tidak ketat, dan untuk<br>siswi laki-laki wajib<br>memasukan seragam sekolah<br>dan celana sekolah tidak boleh<br>ketat karena kan kita Madrasah |

|  |  |                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|--|--|-------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  |                                                                   | Aliyah Negeri jadi harus memberikan contoh yang baik ke pada orang-orang.                                                                                                                                                                                                                                                               |
|  |  | 3. Permasalahan apa yang sering terjadi pada siswa MAN 1 Medan?   | Permasalahannya yang pertama ,tentang kehadiran, keterlambatan hadir di sekolah dan yang kedua, pulang dari sekolah kadang-kadang ada sekali-sekali buat kumpul-kumpul dan coba-coba membuat perkumpulan yang tidak resmi dari sekolah, karena di sekolah MAN I Medan ini suda ada resmi namanya OSIM (Organisasi Siswa Inter Madrasah) |
|  |  | 4. Sejak kapan diterapkan Bimbingan dan Konseling di MAN 1 Medan? | Bimbingan dan Konseling ini diterapkan Sejak berdirinya MAN 1 Medan terus mengikuti perkembangan jaman sehinggah pada tahun ini Guru BK ada 5 orang, tetapi seharusnya setiap guru BK menangani 150 orang siswa dan ini belum terpenuhi tetapi ibu selaku kepala sekolah tetap akan berusaha semaksimal mungkin agar bisa terpenuhi.    |
|  |  | 5. Bagaimana pelaksanaan Bimbingan dan                            | Pelaksanaan Bimbingan dan Konseling di MAN 1 Medan sudah bagus, karena memiliki                                                                                                                                                                                                                                                         |

|  |  |                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|--|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  | Konseling di MAN 1 Medan?                                                                                                                               | guru BK yang profesional di bidangnya masing-masing sehingga proses pelaksanaan bimbingan dan konseling berjalan dengan sangat bagus dan Konselornya juga sudah ada jadi tetap kita membena-benahi bagaimana Bimbingan dan Konseling ini lebih baik lagi untuk kedepanya. |
|  |  | 6. Apakah kinerja dan upaya guru Bimbingan dan Konseling di sekolah sudah terlaksanakan dengan baik dalam mengatasi kecemasan belajar matematika siswa? | Sudah karena kita ada ruang Konsultasi, ada ruang konsultasi BK dan kemudian Konselornya juga sudah ada karena guru BK di MAN 1 Medan ini kan tugasnya bukan menghukum tetapi memberikan motivasi kepada siswa, termasuk motivasi belajar dan memotivasi siswa.           |
|  |  | 7. Apa saja kendala yang dihadapi ketika guru BK melakukan program layanan Bimbingan dan Konseling?                                                     | Kendalanya yaitu yang pertama Orang Tua siswa, untuk menghadirkan Orang Tua harus pakai waktu karenakan waktunya dia kerja maka dikasih waktunya hari sabtu kalau tidak hari jumat di atas jam dua tetap harus mengatur waktu dengan kehadiran Orang Tua harus            |

|    |                                                                                                              |                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                                                                                                              |                                                           | sesuai dengan jadwal dia kerja maka rata-rata hari sabtu pokoknya jangan mengganggu kerja, kemudian Orang Tua terbatas waktunya kadang-kadang tidak bisa lama. Kalau memang pengobrolan antara pihak sekolah dengan orang Tua dengan pihak guru BK ibu rasa sukses anak-anak itu.                        |
| 2. | Guru BK MAN 1 Medan Bapak Drs. Amir Husin Pangaribuan M.Pd. Kons. (Rabu, 09 September 2020, pukul 09.00 WIB) | 1. Apasaja layanan yang telah bapak berikan kepada siswa? | Sebagai guru BK kami menggunakan BK 17+ yang terdiri dari 10 layanan dan 6 bidang dan 6 kegiatan pendukung, jadi bapak menggunakan layanan sesuai kebutuhannya, dan yang sering saya gunakan adalah layanan orientasi, informasi, konseling individu dan BKP dan penguasaan konten.                      |
|    |                                                                                                              | 2. Bagaimana kondisi siswa dan siswi di MAN 1 Medan?      | Menurut bapak kondisi siswa dan siswi MAN 1 Medan semuanya muslim semua, bagi siswa perempuan diwajibkan menggunakan pakaian seragam sekolah yang panjang tidak boleh di masukan dan tidak boleh ketat, dan menggunakan jilbab yang syari (panjang) dan memakai sepatu berwarna hitam dan kaus kaki yang |

|  |  |                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|--|--|---------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  |                                                                                             | panjang, dan ada juga siswa yang memakai hand sock agar auratnya tidak kelihatan. Sedangkan siswi laki-laki memakai peci dan seragam sekolah harus dimasukan tidak boleh dikeluarkan dan, celana sekolah yang digunakan tidak boleh ketat dan harus menggunakan sepatu berwarna hitam dan kaus kaki yang panjang. |
|  |  | 3. Bagaimana pelaksanaan Bimbingan Konseling di MAN 1 Medan?                                | Menurut Bapak Pelaksanaan Bimbingan dan Konseling di MAN I Medan cukup baik, kami selaku Guru BK menjalankan sesuai prosedur yang seharusnya dilakukan oleh Guru BK .                                                                                                                                             |
|  |  | 4. bagaimana upaya guru BK dalam mengatasi siswa yang cemas pada saat pelajaran matematika? | Upaya bapak dalam menagatasi siswa yang cemas dengan cara memberikan semangat kepada siswa , memberikan masukan yang baik-baik kepada siswa dan motivasi siswa tersebut agar tidak lagi merasa cemas saat pelajaran matematika.                                                                                   |
|  |  | 5. Dimana guru BK melaksanakan Konseling individu dengan                                    | Guru Bimbingan dan Konseling melaksanakan konseling individu dengan teknik <i>nlp</i> ( <i>neuro linguistic</i>                                                                                                                                                                                                   |

|  |  |                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|--|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  | <p>teknik <i>nlp (neuro linguistic programming)</i> untuk mengatasi kecemasan belajar matematika siswa?</p>  | <p><i>programming</i>) untuk mengatasi kecemasan belajar matematika siswa ialah di ruangan Bimbingan dan Konseling atau di ruangan konsultasi yang memang sudah ada di sediakan ruangan khusus untuk siswa yang menagalami masalah dalam belajar.</p>                                                                                                                                                                   |
|  |  | <p>6. Kapan konseling individu dan teknik <i>nlp (neuro linguistic programming)</i> ini dilakukan?</p>       | <p>Konseling individu dan teknik <i>nlp (neuro linguistic programming)</i> dilakukan ketika ada siswa yang mengalami masalah seperti masalah dalam pelajaran matematika, dan setiap bapak mengkonseling siswa dengan konseling individu pasti bapak selalu menggunakan teknik <i>nlp (neurolinguistic programming)</i> karena menggunakan ucapan-ucapan yang baik-baik yang mudah diterima oleh konseli atau siswa.</p> |
|  |  | <p>7. Siapa yang melaksanakan teknik <i>nlp (neuro linguistic programming)</i> dalam konseling individu?</p> | <p>Dalam pelaksanaan teknik <i>nlp (neuro linguistic programming)</i> dalam konseling individu yang melaksanakannya adalah guru BK yang sudah kons atau yang sudah mengambil pendidikan profesi karena yang</p>                                                                                                                                                                                                         |

|  |  |                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|--|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  |                                                                                                                                                                               | melaksanakan teknik <i>nlp</i> ( <i>neuro linguistic programming</i> ) dalam konseling individu yaitu orang yang sudah ahli di bidangnya.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|  |  | 8. Mengapa guru BK memilih teknik <i>nlp</i> ( <i>neuro linguistic programming</i> ) dalam pelaksanaan konseling individu untuk mengatasi kecemasan belajar matematika siswa? | Alasan bapak memilih teknik <i>nlp</i> ( <i>neuro linguistic programming</i> ) dalam pelaksanaan konseling individu untuk mengatasi kecemasan belajar siswa, karena teknik ini memiliki tujuan yang sangat bagus dalam membantu permasalahan yang dialami oleh siswa yaitu masalah dalam kecemasan matematika, tujuan dari teknik <i>nlp</i> ( <i>neuro linguistic programming</i> ) ini adalah untuk membantu siswa agar lebih berani dan percaya diri lagi dalam belajar matematika. Tanpa bantuan guru bimbingan dan konseling potensi atau kemampuan yang dimiliki siswa khususnya yang mengalami kecemasan belajar tidak pernah muncul. Bapak sebagai guru bimbingan dan konseling mencari solusi agar siswa yang mengalami |

|  |                                                                           |                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|--|---------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |                                                                           |                                                                                                                                                                  | kecemasan pada pelajaran matematika bisa teratasi. Dalam pelaksanaan konseling individu bapak selaku guru BK memakai salah satu teknik yaitu teknik <i>nlp (neuro linguistic programming)</i> dan pelaksanan konseling individu yang sudah dilaksanakan hasilnya cukup bagus, siswanya sudah ada peningkatan atau kemajuan sudah tidak terlalu cemas lagi dalam pelajaran matematika hal ini dibuktikan dari laporan guru mata pelajaran (matematika) kepada guru BK. |
|  | Pada hari (rabu, tanggal, 09 September 2020 pukul 10: 00 WIB) di Ruang BK | 9. Bagaimana guru BK melaksanakan konseling individu dengan teknik <i>nlp (neuro linguistic programming)</i> untuk mengatasi kecemasan belajar matematika siswa? | Pelaksanaan yang bapak lakukan yaitu dengan menggunakan layanan konseling individu dan dibarengi dengan teknik <i>nlp (neuro linguistic programming)</i> sebelum melakukan pelaksanaanya bapak memimpin do'a terlebih dahulu agar pelaksanaanya berjalan dengan lancar. Setelah selesai ber do'a maka bapak memulai pelaksanaanya yang pertama siswa bapak konseling secara individual dan siswa                                                                      |

|  |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|--|--|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  |  | <p>juga menceritakan permasalahan mengenai kecemasan saat belajar matematika, siswa menganggap bahwa pelajaran matematika merupakan pelajaran yang sangat sulit, susah di mengerti dan pahami apalagi pelajaran matematika banyak rumusnya sehingga siswa menjadi malas dan takut saat belajar matematika. Setelah siswa menceritakan permasalahan baru bapak barengi dengan teknik <i>nlp</i> (neuro linguistic programming) ini memberikan kata-kata yang positif, seperti kata-kata semangat kata-kata motivasi kepada siswa agar siswa mau bangkit dan semangat lagi dalam belajar matematika. teknik <i>nlp</i> (<i>neuro linguistic programming</i>) ini dapat merubah pola pikir siswa dengan kata-kata yang baik dan positif, contohnya siswa berangapan bahwa pelajaran matematika itu pelajaran yang sulit dan menakutkan maka bapak beri penjelasan atau pengertian pada siswa bahwa pelajaran matematika pelajaran</p> |
|--|--|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|  |  |                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|--|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  |                                                                                                                                                            | yang tidak menakutkan apabila kamu mau merubah minset atau pola pikir kamu bahwa pelajaran tersebut pelajaran yang menyenangkan tanamkan dalam pikiran positif kamu bahwa saya bisa pasti bisa.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|  |  | 10. Dampak dari pelaksanaan konseling individu dengan teknik <i>nlp neuro linguistic programming</i> ) untuk mengatasi kecemasan belajar matematika siswa? | Dampak pelaksanaan yang dialami siswa dalam pelaksanaan konseling individu untuk mengatasi kecemasan belajar matematika, sudah ada perubahan yang awalnya siswa merasa cemas akan pelajaran matematika kini dengan dilaksanakannya konseling individu dengan teknik <i>nlp (neuro linguistic programming)</i> , siswa merasa sudah ada perubahan dalam diri mereka tersebut seperti berkurang rasa cemasnya hal ini dilihat dari ketika guru menyuru siswa untuk mengerjakan tugas matematika di depan kelas, siswa tersebut |

|  |  |                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|--|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  |                                                                                                                                    | <p>lebih tenang pembawaan dirinya tidak terlalu cemas seperti biasanya.</p> <p>Dampak pelaksanaan konseling individu dengan teknik <i>nlp(neuro linguistic programming)</i> terhadap guru pelajaran dapat mengatasi masalah yang dialami oleh siswa dan guru juga harus lebih bisa memahami kondisi siswa mulai dari kondisi fisiknya hingga sampai kondisi emosionalnya. Guru juga harus bisa memotivasi siswa agar siswa lebih giat dan semangat lagi dalam belajar matematika.</p> |
|  |  | <p>11. Faktor pendukung pelaksanaan konseling individu dengan teknik <i>nlp (neuro linguistic programming)</i> untuk mengatasi</p> | <p>Faktor pendukung pelaksanaan konseling individu dengan teknik <i>nlp(neuro linguistic programming)</i> untuk mengatasi kecemasan belajar matematika siswa ialah dengan memberika motivasi</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                      |

|  |  |                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|--|--|-------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  | kecemasan belajar matematika siswa? | atau semangat kepada siswa yang mengalami masalah seperti masalah dalam belajar matematika. Adapun faktor pendukung dalam Pelaksanaannya yaitu sebelum melaksanakan konseling individu dengan teknik <i>nlp(neuro linguistic programming)</i> siswa harus bercermin terdahulu agar siswa lebih pede dan percaya diri lagi, dan didalam ruangan konseling terdapat dua kursi dan satu meja yang saling berhadapan,hanya siswa yang bermasalah saja yang boleh masuk. Pelaksanaan konseling individu dan teknik <i>nlp (neuro linguistic programming)</i> dilaksanakan apabila siswa mengalami masalah. |
|  |  | 12. Faktor penghambat pelaksanaan   | Faktorpenghambat pelaksanaan konseling individu dengan teknik                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |

|    |                                                                                                                |                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                                                                                                                | <p>konseling individu dengan teknik <i>nlp (neuro linguistic programming)</i> untuk mengatasi kecemasan belajar matematika siswa?</p> | <p><i>nlp(neuro linguistic programming)</i> ini lebih ke siswa ada sebagian beberapa siswa yang memang lupa akan pelaksanaan konseling individu dengan teknik <i>nlp(neuro linguistic programming)</i>terkadang dalam pelaksanaan konseling individu dengan teknik <i>nlp (neuro linguistic programming)</i> ini siswa harus mesti diingatkan kembali lagi oleh guru BK. Agar siswa tersebut tidak lupa dalam pelaksanaan <i>nlp(neuro linguistic programming)</i> tersebut.</p> |
|    |                                                                                                                | <p>13. Seberapa besar kendala yang guru BK alami dalam pelaksanaan teknik <i>nlp (neuro linguistic programming)</i>?</p>              | <p>Kendala yang bapak alami dalam pelaksanaan teknik <i>nlp (neuro linguistic programming)</i> untuk saat ini tidak ada kendala.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 3. | <p>Guru Mata Pelajaran MAN 1 Medan, Ibu Fauziah S.Pd ( Kamis, tanggal 10 September 2020, pukul 15. 32 WIB)</p> | <p>1. Apakah disetiap kelas terdapat siswa yang mengalami kecemasan saat pelajaran</p>                                                | <p>Menuru Ibuk ada beberapa siswa yang memang kurang suka dengan matematika, karena menurut mereka matematika pelajaran yang susah di pahami sehingga</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |

|  |  |                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  | matematika?                                                                             | membuat mereka merasa cemas dan takut saat pelajaran matematika.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|  |  | 2. Bagaimana upaya Ibu dalam mengatasi siswa yang cemas pada saat pelajaran matematika? | Mengatasinya dengan cara ibuk kasih motivasi kalau matematika itu mudah kalau kita mau berusaha benar-benar ngerjainnya pelan-pelan ngerjainnya yang penting jangan putus asa dan kalau nemukan jawaban dari soal yang di kasih atau ada materi yang kurang dipahami jangan takut atau ngerasa koksaya ngak bisa ya, tapi teruslah belajar karena matematika itu akan bisa dipahami apabila sering berlatih. |
|  |  | 3. Faktor apa sajakah yang menyebabkan siswa menjadi takut saat belajar matematika?     | Faktor yang menyebabkan siswa menjadi takut saat belajar matematika yang adalah: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tidak paham konsep matematika,</li> <li>2. Ngerasa matematika itu sulit (Mindsetnya udah mikir sulit aja) padahal belum dihadapin,</li> <li>3. Dasar-dasar pelajaran matematikanya masih belumdipahami, misalnya operasi pecahan,</li> </ol>                                      |

|  |  |                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|--|--|---------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  |                                                                                 | 4. Soalnya sulit dipahami.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|  |  | 4. Bentuk kecemasan bagaimana yang sering terjadi pada siswa?                   | Menurut ibuk Bentuk kecemasan yang sering terjadi pada siswa adalah cemas waktu ngadepin soal yang menurut mereka sulit dan waktu mereka (siswa) menemukan permasalahan yang tidak bisa mereka atasi siswa cenderung malas mencoba dan jika seperti itu guru matematika atau ibuk membantunya menanyakan bagian mana yang kurang paham. Agar mereka (siswa) menyelesaikan soalnya dan ibuk juga memberikan stimulus kepada siswa agar terus berpikir mencari jawabannya. |
|  |  | 5. Bagaimana tanggapan Ibu mengenai siswa yang cemas saat pelajaran matematika? | Tanggapan ibuk mengenai siswa yang cemas itu wajar, karna mungkin mereka (siswa) belum paham jadi sebagai guru ibuk berusaha terus memberikan pemahaman yang mudah dicerna siswa dan kadang sambil diselingi game-game agar siswa tidak terlalu tegang atau serius belajarnya dan siswa yang cemas ibuk datangi dan tanya kendalanya                                                                                                                                     |

|    |                                                                                                                                                                                        |                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                                                                                                                                                                                        |                                                                         | dimana kenapa tidak bisa menjawab soalnya. Dan terus ibuk kasih motivasi bahwa matematika itu mudah asalkan mau terus berlatih.                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| 4. | Siswa-Siswi MAN I Medan<br>Riyanda, Aqilah, Sania, Feri dan Aditya, (Pada hari Kamis dan Sabtu, tanggal 10, 12 September 2020, pukul 09.10, 10.20 WIB) di ruang BK dan di depan kelas. | 1. Bagaimana pandangan kamu tentang guru BK di MAN I Medan?             | Riyanda: Pandangan saya tentang guru BK di MAN I Guru BK nya tegas dan baik terhadap siswa-siswinya.<br>Aqila: guru BK nya baik, ramah dan selalu memotivasi siswa-siswinya.<br>Sania: pandangan saya tentang guru BK, guru BK nya baik-baik dan care sama siswa-siswinya.<br>Feri: guru BK nya baik dan selalu welcome terhadap siswa-siswinya<br>Aditya: guru BK nya baik, ramah, sabar dan tegas. |
|    |                                                                                                                                                                                        | 2. Bagaimana pendapat kamu mengenai pelayanan bimbingan di MAN 1 Medan? | Riyanda: pelayanannya pas dipanggil guru BK sangat memuaskan.<br>Aqilah: Menurut Aqilah kak pelayanan BK di sekolah sangat bagus dan memuaskan, karena guru BK nya selalu terbuka kepada siswa-siswinya kak.<br>Sania: Pandangan saya terhadap guru BK kak bagus                                                                                                                                     |

|  |  |                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|--|--|----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  |                                                          | <p>Feri: pelayanan bimbingan di sekolah MAN I ini sangat baik, karena guru BK nya selalu mengadakan layanan konseling individu terhadap siswa yang mengalami masalah seperti masalah dalam belajar.</p> <p>Aditya: Pelayanannya sangat baik dan memuaskan kak.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|  |  | <p>3. Masalah apa yang kamu keluhkan kepada guru BK?</p> | <p>Riyanda: Masalah yang riyanda keluhkan kak masalah saat belajar matematika, karna matematika susah, sulit diingat ketika memasukan rumus-rumus nya kak</p> <p>Aqila: Masalah yang saya keluhkan kepada guru BK masalah pelajaran matematika, karena saya tidak suka dengan pelajaran matematika.</p> <p>Sania: saya agak kesulitan sama matematika karena banyak rumus-rumus nya sehingga saya jarang mengerti kak.</p> <p>Feri: Masalah dalam pelajaran matematika kak karena saya orangnya sedikit susah (lama) menangkap pelajaran.</p> <p>Aditya: Masalah dalam belajar kak, karena saya orangnya sedikit takut dan panikan saat belajar matematika.</p> |

|  |  |                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|--|--|----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  | 4. Pernahkah kamu mengalami hambatan dalam belajar matematika? | <p>Riyanda: Hambatan dalam belajar matematika, misalnya ketika mengingat rumus1 terus mengingat rumus yang ke 2 itu susah kak. Misalnya rumus pitagoras masuk ke logaritma nah itu membuat saya lupa.</p> <p>Aqila: Saya sering mengalami hambatan dalam belajar matematika, misalnya saya tidak paham dengan soal yang diberikan guru matematika.</p> <p>Sania: pernah kak, karena mata saya sedikit rabun jadi guru matematika selalu cepat menjelaskan materinya jadi saya ketinggalan sehingga membuat saya tidak mengerti.</p> <p>Feri: Pernah kak karena saya tidak terlalu paham dengan pelajaran matematika.</p> <p>Aditya: perna kak karena matematika itu sulit.</p> |
|--|--|----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|  |  |                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|--|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  | <p>5. Dimana guru BK melaksanakan Konseling individu dengan teknik <i>nlp (neuro linguistic programming)</i> untuk mengatasi kecemasan belajar matematika siswa?</p> | <p>Riyanda: Tempat yang digunakan dalam melaksanakan layanan konseling individu dengan teknik <i>nlp (neuro linguistic programming)</i> tempatnya baik dan nyaman, yang terhindar dari suara brising atau keramaian yaitu di ruangan Bimbingan dan Konseling, ruangan konsultasi.</p> <p>Aqilah: Tempat yang digunakan dalam melaksanakan layanan konseling individu dengan teknik <i>nlp (neuro linguistic programming)</i> tempatnya nyaman dan tenang yang terhindar dari suara brising atau keramaian yaitu di ruangan Bimbingan dan Konseling, ruangan konsultasi.</p> |
|  |  | <p>6. Siapayang melaksanakan teknik <i>nlp(neuro linguistic programming)</i> dalam konseling individu?</p>                                                           | <p>Sania: yang melaksanakan teknik <i>nlp</i> dalam konseling individu kak guru BK MAN 1 Medan kak yaitu pak amir, karena kalau kami yang bermasalah selalu keseringan yang menangani pak amir kak karena pak amir kordinator atau guru BK yang sudah memiliki gelar pendidikan</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                         |

|  |                                                              |                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|--|--------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |                                                              |                                                                                                                                 | <p>kons ka.</p> <p>Feri: Melaksanakan teknik <i>nlp</i> (<i>neuro linguistic programming</i>) dalam konseling individu kak guru BK MAN 1 Medan yaitu pak amir.</p> <p>Aditya: Melaksanakan teknik <i>nlp</i> (<i>neuro linguistic programming</i>) dalam konseling individu adalah guru BK MAN 1 Medan kak yaitu pak amir kak karena kalau kami yang bermasalah selalu keseringan yang menangani pak amir kak karena pak amir guru BK yang sudah memiliki gelar pendidikan konsnya kak. Dan terkadang kalau kami bermasalah kak ada juga guru BK yang menangani atau membantu pak amir.</p> |
|  | Pada hari (rabu, tanggal, 09 September 2020 pukul 11.30 WIB) | 7. Bagaimana tanggapan kamu setelah dilakukan konseling individu dan teknik <i>nlp</i> ( <i>neuro linguistic programming</i> )? | <p>Riyanda: Tanggapan Riyanda kak ketika diberikan teknik <i>nlp</i> (<i>neuro linguistic programming</i>) tadi kak agak lumayan enak, karena sudah ada dorongan untuk mulai berubah dari diri riyanda kak, yang awalnya riyanda merasa cemas saat pelajaran matematika kak, tetapi dengan</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                              |

|  |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|--|--|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  |  | <p>diberikanya teknik <i>nlp (neuro linguistic programming)</i> tadi kak, riyanda merasa ada perubahan dalam diri riyanda kak, lebih termotivasi lagi dalam belajar matematika kak.</p> <p>Aqilah: Menurut Aqilah kak, untuk diri aqilah sendiri, sangat membantu aqila dalam belajar matematika, karena aqila lebih termotivasi lagi dalam belajar matematika dan sudah ada dorongan seperti yang dikatakan riyanda tadi kak, aqilah sekarang lebih berani dan percaya diri aja kak setelah di konseling oleh Guru BK tadi kak.</p> |
|--|--|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

**Lampiran VI****Data Siswa-Siswi Yang di Wawancara**

| NO | Nama                          | Jurusan |
|----|-------------------------------|---------|
| 1. | Riyanda Iqbal Prakdita Widadi | Mia 2   |
| 2. | Saidah Aqilah                 | Mia 5   |
| 3. | Sania Fatiha Melati           | Mia 8   |
| 4. | Feri Mus Anjaya               | Mia 1   |
| 5. | Aditya Prabowo                | Mia 1   |

## Lampiran VII

## Surat Izin Riset



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUMATERA UTARA MEDAN**  
**FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN**  
**Jl. Williem Iskandar Pasar V Medan Estate 20371**  
**Telp. (061) 6615683-6622925 Fax. 6615683**

---

Nomor : B-10149/TTK/TTK.V.3/PP.00.9/08/2020 01 September 2020  
 Lampiran : -  
 Hal : **Izin Riset**

**Yth. Bapak/Ibu Kepala Madrasah Aliyah Negeri 1 Medan**

*Assalamulatkum Wr. Wb.*

Dengan Hormat, diberitahukan bahwa untuk mencapai gelar Sarjana Strata Satu (S1) bagi Mahasiswa Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan adalah menyusun Skripsi (Karya Ilmiah), kami tugaskan mahasiswa:

|                             |                                        |
|-----------------------------|----------------------------------------|
| <b>Nama</b>                 | : Nur Intan                            |
| <b>NIM</b>                  | : 0303161065                           |
| <b>Tempat/Tanggal Lahir</b> | : Stungkit, 15 Juli 1997               |
| <b>Program Studi</b>        | : Bimbingan Konseling Pendidikan Islam |
| <b>Semester</b>             | : IX (Sembilan)                        |
| <b>Alamat</b>               | : DUSUN 1 STUNGKIT Kecamatan WAMPU     |

untuk hal dimaksud kami mohon memberikan Izin dan bantuannya terhadap pelaksanaan Riset di Madrasah Aliyah Negeri 1 Medan, guna memperoleh informasi/keterangan dan data-data yang berhubungan dengan Skripsi yang berjudul:

***Pelaksanaan Konseling Individu Dengan Teknik NLP (Neuro Linguistic Programming) Untuk Mengatasi Kecemasan Belajar Matematika Siswa Di MAN 1 Medan***

Demikian kami sampaikan, atas bantuan dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.

Medan, 01 September 2020  
 a.n. DEKAN  
 Ketua Program Studi Bimbingan dan  
 Konseling Islam



*Digitaly Signed*  
**Dr. Ira Suryani, M. Si**  
 NIP. 196707131995032001

**Tembusan:**  
 - Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sumatera Utara Medan

Info : Silahkan scan QRCode diatas dan klik link yang muncul untuk mengetahui keadaan surat

## Lampiran VIII

## Surat Balasan Riset



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KOTA MEDAN**  
**MADRASAH ALIYAH NEGERI 1 MEDAN**  
 JALAN WILLEM ISKANDAR No.7B, TELP. (061) 4159623 Fax : (061) 4150057 MEDAN 20222  
 Website : [www.man1medan.sch.id](http://www.man1medan.sch.id) ; Email : [info@man1medan.sch.id](mailto:info@man1medan.sch.id)

---

**SURAT KETERANGAN**  
 Nomor : B-441/Ma.1/PP.00.6/09/2020

Berdasarkan surat dari UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUMATERA UTARA Medan, Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan dengan nomor surat : B-10149/ITK/ITK.V.3/PP.00.9/08/2020, tanggal 01 September 2020 perihal : Izin Riset di Madrasah Aliyah Negeri 1 Medan.

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : **MAISAROH, S.Pd, M.Si**  
 NIP : 19620804 199103 2 002  
 Jabatan : Kepala Madrasah Aliyah Negeri 1 Medan

Dengan ini kami sampaikan bahwa nama Mahasiswa/i dibawah ini :

Nama : **NUR INTAN**  
 T.T/Lahir : Stungkit, 15 Juli 1997  
 NIM : 0303161065  
 Semester : IX (Sembilan)  
 Program Studi : Bimbingan Konseling Pendidikan Islam

Dinyatakan nama tersebut diatas telah selesai melaksanakan Riset atau Pengambilan Data di Madrasah Aliyah Negeri 1 Medan dengan Judul "*Pelaksanaan Konseling Individu dengan Teknik NLP (Neuro Linguistic Programming) untuk Mengatasi Kecemasan Belajar Matematika Siswa Di MAN 1 Medan*" sejak taggal 01 s.d 14 September 2020.

Demikian surat keterangan ini diperbuat, untuk dapat dipergunakan seperlunya. Atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

Medan, 14 September 2020



**BIODATA DIRI**

1. Nama : Nur Intan
2. Tempat /tanggal Lahir : Stungkit/ 15 Juli 1997
3. Desa/ Kec/ Kota : Dusun I Stungkit, Wampu, Langkat
4. Suku/ Bangsa : Jawa/ Indonesia
5. Agama : Islam
6. Setatus Pekerjaan : Mahasiswi
7. Setatus Perkawinan : Belum menikah
8. Golongan Darah : O
9. Setatus Tempat Tinggal : Milik Orang Tua
10. Alamat : Dusun I Stungkit
11. Orang Tua/Wali
  - a. Nama Ayah : Kasno
  - T. Tanggal Lahir : Gohor Lama, 01Juli 1962
  - Pekerjaan : Petani
  - Pendidikan Terakhir : SD
  - b. Nama Ibu : Saodah
  - T. Tanggal Lahir : Kuala, 24 April 1968
  - Pekerjaan : Ibu Rumah Tanggah
  - Pendidikan Terakhir : SD
12. Alamat : Dusun I Stungkit
13. Penanggung Biaya : Orang Tua
14. Anak ke : 3 dari 4 bersaudara
15. Jumlah Saudara Laki-Laki : 3

16. Jumlah Saudara Perempuan : -

17. Riwayat Pendidikan

SD : SD Negeri 057204

SMP : SMP Negeri I Wampu

SMA : SMA Negeri I Wampu

18. Rencana Tempat Kerja : Indonesia

Medan , September 2020

Mahasiswa

Nur Intan

NIM: 33.16.1.065

## Dokumentasi

### Pintu Masuk MAN I Medan



### Lapangan MAN I Medan



## Masjid MAN I Medan



## Ruang Bimbingan Konseling



## Ruang Konsultasi



### **Pelaksanaan Konseling Individu**



### **Wawancara dengan Guru BK**





**Wawancara dengan Siswa MAN I Medan**





**Wawancara dengan Guru Mata Pelajaran MAN I Medan**



### Wawancara dengan Kepala Sekolah MAN I Medan

