

Bimbingan dan Konseling Komprehensif dalam Upaya untuk Meningkatkan Konsentrasi Belajar Siswa

Rumayati ¹⁾, Ainur Rosidah ²⁾

¹⁾SMAMuhammadiyah Pringsewu

²⁾STKIP Muhammadiyah Pringsewu

¹⁾Rumayatismam@yahoo.co.id. ²⁾ainur@stkipmpringsewu-lpg.ac.id

ABSTRACT

Concentration because dispersed of centralization of attention toward an object such as subject material, it caused there is no motivation themselves in learning, feel saturated because material difficult to comprehend, and often sleepy during learning process in class. The purpose of this research is to analyze guidance and counseling to increase motivation the low motivation students. The research used the action of research of guidance and counseling (PTBK). The research samples are 22 students of class X SMA Muhammadiyah Pringsewu. The research results conducted 2 cycle showed that there is improving of student's concentration in study by using comprehensive guidance and counseling

Keywords : Comprehensive guidance and counseling, Learning concentration.



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2018 by author and Universitas Negeri Padang.

PENDAHULUAN

Dalam keseluruhan proses pendidikan di sekolah kegiatan belajar mengajar merupakan suatu kegiatan yang paling fundamental untuk dilakukan karena didalamnya terdapat adanya guru dan siswa. Oleh karena itu keberhasilan belajar siswa salah satunya juga ditentukan oleh guru, karena guru juga memegang peranan penting dalam proses belajar siswa. Proses belajar mengajar yang baik akan selalu melibatkan siswa secara aktif di dalamnya, sehingga mampu menciptakan dan menumbuhkan konsentrasi belajar siswa yang pada tujuannya adalah pencapaian hasil belajar yang maksimal sesuai dengan apa yang mereka harapkan.

Konsentrasi belajar merupakan hal paling utama yang harus dimiliki dan ada dalam diri siswa dalam belajar. Karena konsentrasi merupakan pemusatan perhatian terhadap suatu masalah atau objek mata pelajaran yang saat ini ada dihadapannya dengan mengosongkan pikiran dari hal-hal lain yang dianggap mengganggu dirinya (Djamarah, 2002). Senada dengan pendapat Kamil dan Olvatika (2015) menjelaskan bahwa konsentrasi belajar merupakan suatu kegiatan pemusatan perhatian atau pikiran terhadap aktivitas-aktivitas belajar dengan selalu fokus dan sungguh-sungguh dalam memahami pelajaran yang diberikan serta dapat menyampingkan hal-hal di luar pelajaran yang dapat mengganggu konsentrasi belajarnya.

Memang untuk dapat berkonsentrasi dalam belajar diperlukan adanya pemusatan perhatian dan fokus pada apa yang kita fahami terutama dalam belajar, serta adanya proses pembelajaran yang nyaman dan menyenangkan bagi siswa. Menurut Daryanto (2010) menjelaskan bahwa kurang adanya konsentrasi belajar siswa disebabkan karena siswa tidak dapat memahami materi pelajaran yang diberikan dengan baik karena beberapa faktor seperti tidak memiliki motivasi diri dalam belajar, tidak dapat fokus dalam belajar, mengalami kejenuhan dalam belajar, dan tidak adanya pemusatan pemikiran atau perhatian pada mata pelajaran yang ada.

Konsentrasi yang hilang saat belajar memang sangat mengganggu dan membuat siswa menjadi pusing, tidak bersemangat, tidak adanya motivasi diri, merasa jenuh, cemas, jengkel, sering melamun, dan sering marah-marah. Hal tersebut terjadi karena adanya ketidakmampuan siswa dalam berkonsentrasi belajar yang disebabkan karena buyarnya perhatian terhadap suatu objek berupa materi pelajaran.

Berdasarkan hasil observasi yang penulis lakukan di SMAMuhammadiyah Pringsewu, menunjukkan bahwa masih terdapat masalah konsentrasi belajar siswa. Masalah tersebut ditunjukkan

dalam hal saat belajar siswa kurang kondusif seperti banyak siswa yang tidak memperhatikan guru menjelaskan materi pelajaran, mengantuk saat proses belajar mengajar berlangsung, terganggu karena teman sebangkunya yang usil, bersikap acuh tak acuh, asyik dengan laptopnya sendiri (bermain game), dan keluar kelas pada mata pelajaran yang tidak disukainya.

Masalah – masalah tersebut di atas juga dibuktikan dengan kajian hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Kamil dan Olvatika (2015) yang menjelaskan bahwa siswa yang tidak dapat berkonsentrasi belajar dengan baik adalah siswa yang menunjukkan perilaku tidak sewajarnya saat proses belajar mengajar berlangsung. Sehingga berdampak pada ketidakpedulian dalam mengikuti pelajaran dan sulit dalam merespon dan memahami materi yang diberikan.

Berangkat dari masalah konsentrasi belajar siswa tersebut, maka masalah tersebut dipandang perlu untuk diberikan upaya pemberian layanan bimbingan dan konseling kepada siswa. Dengan tujuan agar siswa yang mempunyai masalah konsentrasi belajar dapat mengubah perilakunya dengan meningkatkan konsentrasi belajar berupa adanya kemampuan berfikir positif dan dorongan dari dalam dirinya untuk dapat fokus pada pemusatan perhatian dan pemikiran serta giat belajar untuk dapat berprestasi di sekolah dan menyelesaikan pendidikannya tepat waktu. Maka dalam hal ini siswa yang mengalami masalah konsentrasi belajar tersebut harus diberikan layanan bimbingan dan konseling yaitu berupa layanan bimbingan dan konseling komprehensif.

Bimbingan dan konseling komprehensif merupakan suatu model bimbingan dan konseling yang didalamnya mencakup adanya layanan dasar, layanan perencanaan individu, layanan responsif, dan layanan dukungan sistem. Selain itu dalam bimbingan dan konseling komprehensif juga dirancang untuk dapat merespon berbagai permasalahan-permasalahan yang dihadapi oleh guru bimbingan dan konseling serta untuk meningkatkan mutu layanan kinerja guru bimbingan dan konseling di sekolah.

Departemen Pendidikan Nasional (2007) menjelaskan bahwa pendekatan bimbingan dan konseling komprehensif didasarkan pada adanya upaya pencapaian tugas perkembangan yang sudah dirumuskan menjadi standar kompetensi siswa dan potensi yang dimilikinya serta alternatif solusi pemecahan masalah yang dihadapi siswa di sekolah. Sedangkan menurut Myrick (1993) mendefinisikan terkait dengan bimbingan dan konseling komprehensif lebih berorientasi pada perkembangan siswa, agar siswa dapat teridentifikasi tugas-tugas perkembangannya dan kemampuannya dalam belajar serta pengalaman yang harus dimiliki guna untuk mencapai tujuan keberhasilan pendidikan di sekolah.

Bimbingan dan konseling komprehensif pada hakikatnya adalah pelaksanaan layanan yang diberikan kepada siswa dengan ke empat program layanan dan bidang bimbingan dengan proporsi dan alokasi waktu yang ditentukan sesuai dengan tugas perkembangan siswa dengan tujuan untuk mengatasi persoalan-persoalan yang dihadapi siswa di sekolah.

Bimbingan dan konseling komprehensif mampu untuk meningkatkan konsentrasi belajar siswa, meningkatkan pemahaman guru bimbingan dan konseling kaitannya mutu layanan kerjanya, dan kolaborasi dengan orang tua dalam pemahaman tugas perkembangan anaknya. Seperti hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Gumilang (2017), Bhakti dkk (2017), dan Kurniawan (2015) menjelaskan bahwa bimbingan dan konseling komprehensif dapat memberikan pemahaman terhadap guru bimbingan dan konseling untuk dapat meningkatkan mutu layanan kerjanya sebagai guru bimbingan dan konseling, dan mengatasi masalah-masalah yang dialami siswa baik dalam bidang pribadi, sosial, belajar, dan karir. Dan menghasilkan layanan kaitannya dengan permasalahan konsentrasi belajar siswa dengan strategi layanan berupa bimbingan klasikal, bimbingan kelompok, konseling kelompok, konseling individu serta layanan konsultasi.

Berdasarkan pemaparan di atas, mendorong peneliti untuk melakukan penelitian berupa bimbingan dan konseling komprehensif dalam upaya untuk meningkatkan konsentrasi belajar siswa di SMA Muhammadiyah Pringsewu.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian tindakan bimbingan dan konseling (PTBK). PTBK ini dirancang dalam bentuk siklus, dengan langkah-langkah sebagai berikut: (1) Perencanaan; (2) Pelaksanaan tindakan; (3) Pengamatan; dan (4) refleksi yang berulang (Arikunto,

2007). Adapun subjek penelitian ini adalah siswa kelas X SMA Muhammadiyah Pringsewu yang berjumlah 22 siswa.

Bimbingan dan konseling komprehensif dilaksanakan dalam dua siklus. Siklus I (pertama) dilaksanakan sampai dua kali pertemuan dalam pemberian layanan kemudian diberikan refleksi untuk bahan kajian dalam perbaikan dan penyempurnaan tindakan berikutnya, dan pada siklus ke II (dua) dilaksanakan pemberian layanan sampai tiga kali pertemuan layanan kemudian diberikan refleksi. Dan selanjutnya dari hasil kedua siklus tersebut dibandingkan untuk mendapatkan kesimpulan sampai sejauhmana upaya peningkatan konsentrasi belajar siswa dengan pemberian layanan bimbingan dan konseling komprehensif melalui layanan bimbingan kelompok, bimbingan klasikal, dan konseling kelompok. Lokasi penelitian dilaksanakan di SMA Muhammadiyah Pringsewu. Dan alat pengumpul data berupa observasi, angket, pengisian jurnal refleksi, dan dokumentasi pelaksanaan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian yang dilakukan pada tahap prasiklus menunjukkan bahwa konsentrasi belajar siswa berada pada tiga tingkat kategori yaitu 77,27% (17 siswa) berada pada kategori rendah dan 22,73% (5 siswa) berada pada kategori sedang. Dari hasil tersebut terdapat 22 siswa yang akan diberikan tindakan layanan bimbingan dan konseling. Berikut dijelaskan tindakan yang diberikan dalam dua siklus.

Pelaksanaan Tindakan

Siklus 1 (2 kali pertemuan)

a. Tahap Perencanaan

Pada tahap perencanaan ini peneliti mempersiapkan media, materi dan bahan atau alat yang dibutuhkan untuk aplikasi permainan layanan bimbingan dan konseling pada tahap tindakan. Dan diamati oleh dua orang observer.

b. Tahap Tindakan

Pada tahap tindakan ini, *pertemuan pertama* diberikan layanan bimbingan kelompok dengan perkenalan melalui permainan *my close friend* yang dilakukan dengan melibatkan semua siswa dan dibangun dengan hubungan terbuka dan akrab sesuai dengan tata aturan dalam permainan tersebut. *Pertemuan kedua* berupa pemberian layanan bimbingan klasikal dengan materi permainan evakuasi diri dalam belajarsiswa dengan melibatkan semua siswa untuk melakukan permainan tersebut. Kemudian kegiatan diakhiri dengan membagikan lembar observasi berupa jurnal refleksi sebagai bahan evaluasi untuk pemberian tindakan selanjutnya.

c. Tahap Pengamatan

Dari hasil pengamatan pada pertemuan pertama dan kedua untuk analisis layanan yang sudah diberikan dapat disimpulkan pada siklus I ini sebagai berikut: (1) semua anggota atau siswa yang terlibat dalam layanan bimbingan terlihat kompak dan mampu mengikuti layanan berupa permainan dengan baik; (2) respon siswa terhadap layanan berupa permainan masih awal dan terbatas artinya suasana masih belum cair; (3) persepsi yang dibangun oleh siswa terkait dengan konsentrasi belajar masih belum difahami sepenuhnya karena siswa masih ada yang beranggapan beberapa mata pelajaran sulit untuk diikuti dan difahami.

d. Tahap Refleksi

Tahap refleksi ini dilakukan untuk mengevaluasi dan mendiskusikan hasil pengamatan atau observasi dalam pelaksanaan layanan pada siklus I dengan hasil analisisnya sebagai berikut: (1) siswa terlalu diberikan keleluasaan dalam mengikuti layanan berupa aplikasi permainan sehingga terkesan kurang serius dalam mengikutinya dan masih belum mampu mengambil hikmah dari aplikasi layanan tersebut; (2) untuk pengujian hasil pre-test dan post-test siklus I diperoleh $t_{hitung} = 0,69 \leq t_{tabel} = 2,05$ artinya bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil pretes dan postes pada siklus satu, yaitu belum ada pengaruh yang signifikan antara bimbingan dan konseling komprehensif dengan konsentrasi belajar siswa; (3) hasil pengisian jurnal refleksi menyimpulkan bahwa mereka belum mampu untuk memotivasi diri dengan baik dan mengaplikasikannya dalam hidupnya.

Siklus II (3 kali pertemuan)

a. Tahap perencanaan

Pada tahap ini peneliti mempersiapkan tema pada tindakan berdasarkan refleksi berupa layanan klasikal dan kelompok dengan membagi kelompok-kelompok dan berdiskusi dengan observer.

b. Tahap Tindakan

Tahap tindakan ini dilakukan tiga kali pertemuan. *Pertemuan pertama* layanan klasikal berupa kemampuan berfikir positif dan motivasi diri dalam belajar dengan melibatkan semua siswa. Dan dibangun dengan hubungan terbuka dan senang serta siswa dapat mengambil hikmah atau manfaat dari permainan yang dilakukan tersebut. *Pertemuan kedua* berupa pemberian layanan bimbingan kelompok dengan materi apa yang jatuh dengan melibatkan semua siswa untuk melakukan permainan tersebut. Dan *Pertemuan ketiga* pemberian layanan dengan materi polisi dan pencuri yang diaplikasikan dengan semua siswa dalam kelompok. Kegiatan diakhiri dengan pengisian jurnal refleksi siswa.

c. Tahap pengamatan

Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan peneliti dan observer, bahwa pelaksanaan layanan berlangsung dengan lancar dan baik, para anggota kelompok dapat terlibat langsung dan memberikan respon penuh antusias dan bebas dalam berpendapat terkait dengan manfaat yang dapat difahaminya, dan terbangunnya persepsi siswa untuk dapat berfikir positif dan memotivasi diri dalam belajar.

d. Tahap Refleksi

Dalam tahap ini terjadi adanya perubahan sikap dan tingkah laku siswa berupa mereka dapat memotivasi diri dalam belajar dengan memulai fokus dan konsentrasi belajar sertadapat mengikuti mata pelajaran yang dulu dianggapnya sulit. Dan dari hasil pengujian pre-test dan post-test siklus II diperoleh $t_{hitung} = 3,56 \geq t_{tabel} = 2,05$ artinya bahwa bimbingan dan konseling komprehensif mempunyai pengaruh terhadap peningkatan konsentrasi belajar siswa. Kemudian dari hasil jurnal refleksi siswa sudah dapat memulai untuk menerapkan konsentrasi belajar dalam setiap mengikuti mata pelajaran.

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan pada siklus I belum memberikan pengaruh yang signifikan dari pemberian layanan bimbingan dan konseling dalam meningkatkan konsentrasi belajar siswa. Sedangkan pada pelaksanaan siklus II terdapat peningkatan yang signifikan pada layanan bimbingan dan konseling komprehensif dengan upaya meningkatkan konsentrasi belajar siswa. Dilihat dari hasil perbandingan yang diperoleh dari siklus I dan II yaitu $t_{hitung} = 4,62 \geq t_{tabel} = 2,05$. Dan untuk penghitungan prosentasi dari hasil pelaksanaan siklus menunjukkan bahwa konsentrasi belajar siswa berada pada kategori tinggi sebanyak 19 siswa (86,36%) dan pada kategori sedang sebanyak 3 siswa (13,64%).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pengujian pre-test dan post-test siklus I menyimpulkan bahwa belum ada perubahan yang signifikan dalam peningkatan konsentrasi belajar siswa menggunakan bimbingan dan konseling komprehensif. Sedangkan dari pelaksanaan pada siklus II menyimpulkan bahwa bimbingan dan konseling komprehensif dapat meningkatkan konsentrasi belajar siswa kelas X SMA Muhammadiyah Pringsewu.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. (2007). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Bhakti, Caraka Putra. Kumara, Agus Ria. dan Safitri, Nindiya Eka. (2017). *Pemahaman Guru Bimbingan dan Konseling Tingkat SMP Tentang Bimbingan dan Konseling Komprehensif*. Jurnal Ilmiah Counsellia, Volume 7 No. 1, Hlm 11-19.
- Daryanto. (2010). *Belajar dan Mengajar*. Bandung: Yrama Widya.



- Departemen Pendidikan Nasional. (2007). *Penataan Pendidikan Profesional Konselor dan Layanan Bimbingan Konseling dalam Jalur Pendidikan Formal*. Jakarta: Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi.
- Djamarah, Syaiful Bahri. (2002). *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Gumilang, Galang surya. (2017). *Peran Orang Tua Sebagai Non-Direct Service dalam Bimbingan dan Konseling Komprehensif*. Jurnal Fokus Konseling, Volume 3 No. 1, Hlm 1-11.
- Kamil, Badrul. dan Olvatika, You Pensi. (2015). *Konseling Behavioral dalam meningkatkan Konsentrasi Belajar Peserta Didik Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Hulu Sungkai Kabupaten Lampung Utara*. Jurnal Bimbingan dan Konseling, Volume 02, No. 1. Hlm 15-21.
- Kurniawan, Luky. (2015). *Pengembangan Program Layanan Bimbingan dan Konseling Komprehensif di SMA*. Jurnal psikologi Pendidikan & Konseling, Volume 1 No. 1. Hlm 1-8.
- Myrick, R D. (1993). *Developmental Guidance and Counseling A Practical Approach*. Second Edition. Minneapolis, MN: Educational Media Corporation.