

Bidang Praktek Bimbingan Belajar

Sanksi Pelanggaran Pasal 72

Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 19 Tahun 2002
tentang Hak Cipta

1. Barang siapa dengan sengaja dan tanpa hak mengumumkan atau memperbanyak suatu ciptaan atau memberikan izin untuk itu, dipidana penjara paling singkat 1 (satu) bulan/atau denda paling sedikit 1.000.000,00 (satu juta), atau penjara paling lama 7 (tujuh) tahun dan/atau denda paling banyak Rp. 500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).
2. Barang siapa dengan sengaja menyerahkan, menyiarkan, memamerkan, menggangakan Hak Cipta atau Hak Terkait sebagaimana dimaksud pada ayat (1), dipidana dengan pidana penjara paling lama 5 (lima) tahun dan/atau denda paling banyak Rp. 500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).

Deliati, S.Ag., S.Pd., M.Ag.

Bidang Praktek Bimbingan Belajar

Editor:
Rifki Abror Ananda



Perpustakaan Nasional: *Katalog Dalam Terbitan* (KDT)

Deliati.

Bidang Praktek Bimbingan Belajar/Deliati, S.Ag., S.Pd.,
M.Ag; Editor: Rifki Abrar Ananda., cet. 1; --- Semarang:
RaSAIL Media Group, 2018.

xii + 230 hlm.; 14 x 21 cm.

ISBN 978-602-51085-5-6

1. Pendidikan - Bimbingan Belajar I. Judul
II. Ananda, Rifki Abrar

BIDANG PRAKTEK BIMBINGAN BELAJAR

Penulis: Deliati, S.Ag., S.Pd., M.Ag.

Editor: Rifki Abrar Ananda

Proof Reader: Mohammad Nor Ichwan

Desain Cover: Sagha Grafika Solusindo Semarang

Setting/Lay-Out: Team RaSAIL Media Group

Diterbitkan oleh:

RaSAIL MEDIA GROUP

Perum Mijen Permai C. 81 Semarang 50218

Telp. 081325619531

E-mail: pustaka_rasail@yahoo.com

Cetakan I, April 2018

Hak Cipta dilindungi undang-undang.

Dilarang mengutip sebagian atau seluruh isi buku ini
dengan cara apapun, termasuk dengan cara penggunaan mesin
foto copy, tanpa izin sah dari penulis dan penerbit.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah swt. yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya. Begitu besar rasa syukur yang penulis rasakan, karena berkat ridho-Nya lah penulis dapat menyelesaikan buku yang berjudul: *Bidang Praktek Bimbingan Belajar* pada Program Bimbingan dan Konseling di Fakultas Ilmu Keguruan Pendidikan. Buku ini disusun untuk pegangan mahasiswa.

Dalam buku ini penulis mengenalkan kepada mahasiswa calon guru BK bagaimana bidang praktek bimbingan belajar kepada peserta didik di sekolah. Bagaimana cara bimbingan belajar, layanan bimbingan belajar yang efektif, ketrampilan belajar dan praktek bimbingan belajar dan juga masalah dalam belajar di sekolah. Buku ini dapat bermanfaat bagi mahasiswa yang akan praktek di lapangan dalam permasalahan belajar di masyarakat sekolah.

Selama penyusunan buku ini, penulis banyak mendapatkan bantuan dan dorongan dari berbagai pihak. Maka dari itu, sudah selayaknya penulis menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan yang setulus-tulusnya kepada semua pihak yang telah membantu dalam pembuatan buku ini. Semoga amal baik yang telah diberikan kepada penulis tercatat sebagai

amal shaleh dan mendapat imbalan yang berlipat dari Allah swt.

Penulis menyadari bahwa dalam bahan ajar ini masih banyak kekurangan, baik dari segi penyajian, penulisan, dan penggunaan tata bahasa. Untuk itu saran dan kritik yang bersifat membangun dari berbagai pihak sangat penulis harapkan sebagai proses perbaikan untuk karya tulis selanjutnya hingga menjadi lebih baik.

Medan, 2 Maret 2018

Penulis

Deliati. S.Ag. S. Pd. M.Ag

DAFTAR ISI

Kata Pengantar, ___ v
Daftar Isi, ___ vii

BAB 1 : BIDANG BIMBINGAN KONSELING, ___ 1

- A. Sekilas Bimbingan Konseling, ___ 1
- B. Arah dan Bidang Pelayanan Bimbingan Konseling, ___ 5
- C. Fungsi, Prinsip dan Asas Pelayanan Bimbingan Konseling, ___ 7
- D. Jenis Layanan, Kegiatan Pendukung dan Format Layanan, ___ 11

BAB 2 : KONSEP DASAR BIMBINGAN BELAJAR, ___15

- A. Pengertian Bimbingan Belajar, ___ 15
- B. Tujuan Bimbingan Belajar, ___ 19
- C. Fungsi Bimbingan Belajar, ___ 22
- D. Prinsip-Prinsip Bimbingan Belajar, ___ 31
- E. Pokok-Pokok Bimbingan Belajar, ___ 32
- F. Bentuk-Bentuk Layanan Bimbingan Belajar, ___ 33

G. Ruang Lingkup Bimbingan Belajar, ___ 37

**BAB 3 : PARADIGMA BARU DALAM PENDIDIKAN
DAN BELAJAR, ___ 39**

- A. Pengertian Paradigma Pembelajaran, ___ 39
- B. Paradigma Lama Pembelajaran, ___ 40
- C. Paradigma Alternatif Pembelajaran, ___ 40
- D. Paradigma Konstruktivisme dalam Pembelajaran, ___ 43
- E. Esensi Belajar dan Ciri-Ciri Perubahan Perilaku Hasil Belajar, ___ 46
- F. Ciri-Ciri Dari Perubahan Tingkah Laku, ___ 47

**BAB 4 : BENTUK -BENTUK LAYANAN BK
BELAJAR, ___ 51**

- A. Sifat Layanan Bimbingan Belajar, ___ 51
- B. Pendekatan Bimbingan Belajar, ___ 62

BAB 5 : KONSEP GAYA BELAJAR, ___ 75

- A. Pengertian Gaya Belajar, ___ 75
- B. Macam-Macam Gaya Belajar, ___ 76

BAB 6 : FOBIA SEKOLAH, ___ 83

- A. Pengertian Fobia Sekolah, ___ 84
- B. Jenis-Jenis Fobia Sekolah, ___ 87
- C. Faktor Penyebab Fobia Sekolah, ___ 88
- D. Tanda-Tanda Atau Gejala Fobia Sekolah, ___ 90

BAB 7 : KEGAGALAN SEKOLAH, ___ 95

- A. Latar Belakang Kegagalan Sekolah, ___ 95
- B. Kemauan, ___ 97
- C. Faktor-Faktor Yang Mempelajari Belajar, ___98
- D. Bimbingan Kegagalan Belajar, ___ 99

- E. Faktor-Faktor Dan Cara Mencegahnya, ___ 102

BAB 8 : PERILAKU MENYONTEK, ___ 105

- A. Pengertian Perilaku Menyontek, ___ 105
- B. Bentuk-Bentuk Perilaku Menyontek, ___ 108
- C. Faktor Penyebab Perilaku Menyontek, ___ 110
- D. Dampak Perilaku Menyontek , ___ 113
- E. Pengaruh Menyontek Bagi Prestasi Siswa, ___ 116
- F. Upaya Menanggulangi Prilaku Mentontek, ___ 116

BAB 9 : BURNOUT SEKOLAH, ___ 125

- A. Pengertian Burnout Sekolah, ___ 125
- B. Penyebab Burnout Sekolah, ___ 127
- C. Aspek-Aspek Burnout Sekolah, ___ 129
- D. Upaya Untuk Mengatasi Burnout Sekolah, ___ 133

BAB 10 : UNDERACHIEVEMENT (PRESTASI BELAJAR RENDAH), ___ 135

- A. Pengertian Underachievement, ___ 135
- B. Ciri-Ciri Underachievement, ___ 137
- C. Gejala Underachievement, ___ 143
- D. Langkah Pelaksanaan Bantuan Atau Bimbingan, ___ 153

BAB 11 : PROKRASINAASI AKADEMIK, ___ 161

- A. Defenisi Prokrastinasi, ___161
- B. Jenis-Jenis Tugas Pada Prokrastinasi Akademik, ___ 165
- C. Ciri-Ciri Prokrastinasi Akademik, ___ 167

- D. Komponen Prokrastinasi Akademik, ___ 168
- E. Teori-Teori Tentang Prokrastinasi Akademik, ___ 169

BAB 12 : DROP OUT (DO), ___ 173

- A. Pengertian Drop Out, ___ 173
- B. Faktor-Faktor Terjadinya Drop Out, ___ 173
- C. Langkah Bimbingan yang Ditempuh, ___ 176

BAB 13 : DIAGNOSIS KESULITAN BELAJAR DAN PROSEDUR REMEDIAL, ___ 179

- A. Diagnosis Kesulitan Belajar, ___ 179
- B. Proserdur Remedial, ___ 184
- C. Tahapan Pengajaran Remedial, ___ 187
- D. Strategi, Teknik dan Pendekatan Pengajaran Remedial, ___ 188
- E. Proses Evaluasi Pengajaran Remedial, ___ 188

BAB 14 : KETRAMPILAN BELAJAR, ___ 191

- A. Pokok-Pokok Keterampilan Belajar, ___ 191
- B. Penerapan Keterampilan Belajar dalam BK, ___ 202

BAB 15 : MATERI BIDANG BIMBINGAN KEGIATAN BELAJAR, ___ 205

- A. Pelayanan Bidang Bimbingan Kegiatan Belajar, ___ 205
- B. Rencana Pelaksanaan Layanan Bimbingan dan Konseling Format Klasikal Terjadwal, ___ 210
- C. Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL) Bimbingan dan Konseling Layanan Konseling Individu, ___ 214
- D. Panduan Praktek Bimbingan dan Konseling Belajar, ___ 219

DAFTAR PUSTAKA, — 223

BIOGRAFI PENULIS, — 231

BAB 1

BIDANG BIMBINGAN KONSELING

A. Sekilas Bimbingan Konseling

1. Bimbingan Proses Bantuan

Bimbingan sebagai suatu proses bantuan khusus yang diberikan kepada individu dengan memperhatikan kemungkinan-kemungkinan dan kenyataan-kenyataan tentang adanya kesulitan yang dihadapinya dalam rangka mencapai perkembangannya yang optimal, sehingga individu dapat memahami diri, mengarahkan diri dan bertindak serta bersikap sesuai dengan tuntutan dan keadaan lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat. Tujuan bimbingan yang ingin dicapai oleh individu dinyatakan sebagai bantuan yang diberikan untuk dapat memperoleh perkembangan yang optimal (sempurna) yaitu:

1. Mengerti dirinya dan lingkungannya, meliputi: pengenalan kemampuan, bakat khusus, minat, cita-cita, dan nilai-nilai hidup yang dimiliki individu untuk perkembangan dirinaya. Mengerti lingkungan meliputi: pengenalan baik lingkungan

fisik, sosial, maupun budaya. Informasi lingkungan dapat dibedakan: informasi pendidikan, karier dan pribadi-sosial.

2. Mampu memilih, memutuskan dan merencanakan hidupnya secara bijaksana baik dalam bidang pendidikan pekerjaan dan pribadi-sosial. Termasuk didalamnya membantu individu untuk memilih bidang studi, karier dan pola hidup pribadi individu.
3. Mengembangkan kemampuan dan kesanggupannya secara maksimal.
4. Memecahkan masalah yang dihadapi secara bijaksana. Bimbingan merupakan bantuan untuk menghilangkan kebiasaan-kebiasaan buruk atau sikap hidup yang menjadi sumber timbulnya masalah.
5. Mengelola aktivitas kehidupan individu, mengembangkan suatu pikiran individu supaya berpikir lebih aktif dan berpikir kritis dalam mengambil keputusan serta tanggung jawab.
6. Memahami dan mengarahkan dirinya dalam bertindak serta bersikap sesuai dengan aturan-aturan sesuai dengan ajaran agama dan keadaan lingkungan individu. Serta dapat memimpin diri sendiri sehingga individu dapat menikmati kebahagiaan dan disenangi oleh lingkungan disekitarnya.

Setiap bimbingan mempunyai fungsi untuk mendukung individu dari tujuan bimbingan tersebut, yang dilaksanakan untuk membantu individu dalam mencapai hal-hal sebagai berikut: Kebahagiaan hidup pribadi, kehidupan yang produktif dan efektif dalam masyarakat, hidup bersama dengan individu lain, harmonis antara individu dan kemampuan yang dimilikinya. Menurut Mortensen membagi fungsi bimbingan menjadi tiga fungsi:

1. Memahami individu (*understanding-individu*). Seorang guru dan pembimbing dapat memberikan bantuan yang efektif jika mereka dapat memahami dan mengerti persoalan, sifat,

- kebutuhan, minat dan kemampuan anak didiknya. Bimbingan berfungsi efektif bila konselor berpengetahuan dan pengertian mengenai motif tingkah laku anak didik, sehingga usaha preventif dan *treatment* akan berhasil.
2. Preventif dan pengembangan individual. Preventif dan pengembangan merupakan dua sisi dari satu mata uang. Preventif berusaha mencegah kemerosotan perkembangan anak dapat memelihara tercapainya perkembangan anak. Sedangkan pengembangan memberikan bantuan untuk mengembangkan sikap dan pola perilaku yang dapat membantu setiap individu untuk mengembangkan dirinya secara optimal.
 3. Membantu individu untuk menyempurnakan cara-cara penyelesaiannya. Setiap manusia pada saat tertentu membutuhkan pertolongan orang lain tidak bisa hidup dengan sendirinya. Pertolongan yang dibutuhkan untuk setiap manusia itu berbeda-beda tidak ada yang sama. Bimbingan dapat diberikan pertolongan pada anak untuk mengadakan pilihan dan pengalaman untuk memecahkan masalahnya sendiri. (Yusuf Gunawan, 2001: 44)
 4. Menurut Prayitno dan Erman Amti (2004): menegemukakan bahwa bimbingan adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh orang yang ahli kepada seorang atau beberapa orang individu, baik anak-anak, remaja maupun dewasa (lanjut usia, agar orang yang dibimbing dapat mengembangkan kemampuan dirinya sendiri dan mandiri dengan memanfaatkan kekuatan individu dan sarana yang ada dan dapat dikembangkan berdasarkan norma-norma yang berlaku. (Prayitno dan Erman Amti, 2004: 99)

Menurut Winkel (2005), bimbingan dapat didefinisikan sebagai:

1. Suatu usaha untuk melengkapi individu dengan pengetahuan, pengalaman dan informasi tentang dirinya sendiri.
2. Suatu cara untuk memeberikan bantuan kepada individu untuk memahami dan mempergunakan seacra efesien dan efektif segala kesempatan yang dimiliki untuk perkembangan pribadinya.
3. Sejenis pelayanan kepada individu-individu agar mereka dapat menentukan pilihan, menetapkan tujuan dengan tepat dan menyusun rencana yang realistis, sehingga mereka dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan dimana individu hidup.
4. Suatu proses pemberi bantuan atau pertolongan kepada individu dalam hal memahami diri sendiri, menghubungkan pemahaman tentang dirinya sendiri dengan lingkungan, memilih, menentukan dan menyusun rencana sesuai dengan konsep dirinya dan tuntutan lingkungan. (Winkel. W.S. 2005: 27)

Berdasarkan defenisi diatas bimbingan merupakan bantuan yang diberikan oleh seseorang baik itu guru, konselor maupun tutor agar yang diberikan dapat menjadi lebih terarah dan dapat memilih mana yang baik dan buruk jalan yang dipilih oleh individu, dapat menyusun rencana sendiri dan bisa mengambil keputusan dengan tepat bagi dirinya dan lingkungannya dimana individu hidup baik hari ini maupun masa yang akan datang.

2. Konseling Sebagai Bantuan

Konseling secara umum tidak berbeda dengan arti bimbingan. Baik bimbingan maupun konseling keduanya merupakan uapaya bantuan dan tuntunan. Perbedaan bimbingan dan konseling dilihat dari segi tingkatannya. Konseling menangani masalah yang sifatnya lebih kompleks sedangkan penanganannya

memerlukan bimbingan yang sifatnya individual (*face to face relationship*).

Menurut M. D. Dahlan (1985) arti konseling (dulu disebut penyuluhan) adalah usaha mengubah tingkah individu, sehingga cara berpikir, merasa dan kegiatan individu lebih mendekati keinginan dan harapan, lebih diterima dan lebih memberikan kepuasan bagi dirinya dan lingkungannya. (Ahmad Susanto, 2015: 6) Melakukan konseling seseorang harus yang ahli dan memiliki kualifikasi sebagai konselor dalam arti berkepribadian, mampu dan terampil.

Menurut Smith, dalam Shertzer & Stone (1974) menunjukkan bahwa: konseling merupakan suatu proses pemberian bantuan dengan cara menginterpretasikan fakta-fakta atau data, baik mengenai individu yang dibimbing sendiri maupun lingkungannya, khususnya menyangkut pilihan-pilihan dan rencana-rencana yang dibuat. (Farid Mashudi, 2012: 18)

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa konseling merupakan bantuan yang diberikan kepada individu dalam memecahkan masalah hidup dan kehidupannya yang dihadapi individu dengan cara wawancara oleh seorang ahli kepada individu yang sedang mengalami masalah. Keberhasilan konselor dalam konseling tergantung kepada keputusan klien bukan konselor.

B. Arah dan Bidang Pelayanan Bimbingan Konseling

Pada tahun 2013, status pelayanan bimbingan konseling (BK) mendapat momentum yang sangat bagus, yaitu menjadi bagian dari keseluruhan substansi Peraturan Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan Nomor 81A tahun 2013 tentang Implementasi Kurikulum. (Peraturan Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan Nomor 81A tahun 2013 tentang Implementasi Kurikulum).

Munculnya Ketetapan ini memberikan penegasan bahwa pelayanan bimbingan konseling (BK) merupakan kegiatan yang harus dilaksanakan dalam implementasi kurikulum yang secara resmi diberlakukan. Untuk suksesnya implementasi kurikulum tersebut adalah menjadi tugas dan kewajiban pada semua pihak, terutama guru bimbingan konseling atau konselor disatuan-satuan pendidikan, untuk melaksanakan arah dan operasionalisasi pelayanan BK sesuai dengan substansi Permendikbud tersebut. Upaya telah disesuaikan dengan konsep konseling integritas sepenuhnya dalam pendidikan gunanya untuk mengoptimalkan pengembangan peserta didik menuju kualitas manusia seutuhnya. Manusia seutuhnya dilandasi oleh terealisasi-dinamika BMB3 yaitu: berpikir, merasa, bersikap, bertindak dan bertanggung jawab.

Apabila para pakar mengatakan “filsafat adalah ibunya ilmu” (*philosophy is the mother of science*), “BMB3 adalah ibunya kehidupan” (*BMB3 is the mother of life*) atau BMB3 adalah ibunya peradaban manusia (*BMB3 is the of human civilization*). (Prayitno.dkk, 2015: 11)

Pelayanan bimbingan konseling (BK) mengarah kepada:

1. Pelayanan dasar, yaitu pelayanan mengarah kepada terpenuhinya kebutuhan peserta didik yang paling elementer, yaitu kebutuhan makan dan minum, udara segar, dan kesehatan, serta kebutuhan hubungan sosio-emosional. Orang tua, guru dan orang-orang yang dekat (*significant persons*) memiliki peran yang paling dominan dalam pemenuhan kebutuhan dasar peserta didik.
2. Pelayanan pengembangan, yaitu pelayanan untuk mengembangkan potensi peserta didik sesuai dengan tahap-tahap dan tugas-tugas perkembangan peserta didik. Dengan pelayanan pengembangan yang cukup baik peserta didik akan dapat menjalani kehidupan dan perkembangan dirinya dengan

- wajar, tanpa beban yang memberatkan, memperoleh penyauran bagi pengembangan potensi yang dimiliki secara optimal, serta menatap masa depan dengan cerah.
3. Pelayanan arah peminatan, yaitu pelayanan yang secara khusus tertuju kepada peminatan/lintas minat/pendalaman minat peserta didik sesuai dengan konstruk dan isi kurikulum yang ada. Arah peminatan/lintas minat/ pendalaman minat terkait dengan bidang pribadi, sosial, belajar dll, dengan menggunakan segenap perangkat (jenis layanan dan kegiatan pendukung) yang ada dalam pelayanan BK.
 4. Pelayanan teraputik, yaitu pelayanan untuk menangani permasalahan yang diakibatkan oleh gangguan terhadap pelayanan dasar dan pelayanan pengembangan, serta pelayanan peminatan. Permasalahan tersebut dapat terkait dengan bidang pribadi, sosial, belajar dan lain-lain, dalam upaya menangani permasalahan peserta didik, guru BK atau konselor memiliki peran dominan. Peran pelayanan teraputik oleh guru BK atau konselor dapat terjangkau aspek-aspek pelayanan dasar, pelayanan pengembangan dan pelayanan peminatan.
 5. Pelayanan diperluas, pelayanan dengan sasaran diluar diri peserta didik pada satuan pendidikan, seperti personil satuan pendidikan, orang tua dan warga masyarakat lainnya yang semuanya itu terdapat dengan kehidupan satuan pendidikan dengan arah pokok terselenggaranya dan suksesnya tugas utama satuan pendidikan, proses pembelajaran, optimalisasi pengembangan potensi peserta didik. (Dikutip dari Permen-dikbud No. 81A Tahun 2013 tentang *Implementasi Kurikulum* Lampiran IV Bagian VIII).

B. Fungsi, Prinsip dan Asas Pelayanan Bimbingan Konseling

1. Fungsi Bimbingan Konseling

Pelayanan BK diselenggarakan dalam rangka memenuhi lima fungsi sebagai berikut:

- a. Fungsi pemahaman, yaitu fungsi pelayanan BK untuk membantu peserta didik/sasaran pelayanan memahami diri, tun-tutan studi, peminatan dan lingkungannya.
 1. Pemahaman tentang klien, merupakan titik tolak upaya pemberi bantuan. Pemahaman tentang klien secara komprehensif yang mencakup aspek-aspek yaitu: (1) identitas individu, (2) latar belakang pendidikan, (3) status sosial ekonomi orang tua, (4) kemampuan yang mencakup intelegensi, bakat, minat dan hobi, (5) kesehatan, (6) kecenderungan sikap dan kebiasaan, (7) cita-cita pendidikan dan pekerjaan, (8) keadaan lingkungan tempat tinggal, (9) kedudukan dan prestasi yang pernah dicapainya, (10) kegiatan-kegiatan sosial kemasyarakatan, (11) jurusan atau program studi yang diikuti, (12) mata pelajaran yang diambil, (13) nilai atau prestasi menonjol yang pernah dicapai, (14) kegiatan ekstrakurikuler yang diikuti, (15) sikap dan kebiasaan belajar, (16) hubungan dengan teman sebaya dan lain-lain.
 2. Pemahaman tentang masalah klien. Pemahaman terhadap masalah klien yang menyangkut jenis masalahnya, intesitasnya, sangkut-pautnya dengan masalah lain, sebab-sebabnya, dan kemungkinan-kemungkinan dampaknya apabila tidak segera dipecahkan. Pemahaman tentang lingkungan. Lingkungan bisa dikonsepsikan segala sesuatu yang ada disekitar individu yang secara langsung mempengaruhi individu tersebut seperti keadaan rumah tempat tinggal, keadaan sosio ekonomi dan sosio emosional keluarga, keadaan hubungan antar tetangga, teman sebaya dan lain sebagainya. Pelayanan BK dapat

dilakukan layanan pengumpulan data. (Tohirin, 2013: 40-41)

- b. Fungsi Pemeliharaan dan Pengembangan, yaitu fungsi pelayanan BK untuk membantu peserta didik/sasaran pelayanan memelihara dan menumbuh-kembangkan berbagai potensi dan kondisi positif yang dimilikinya secara optimal sesuai dengan tuntutan karakter-cerdas yang terpuji. Mencakup inteligensi yang tinggi, bakat yang istimewa, minat yang menonjol untuk hal-hal yang positif dan produktif, sikap dan kebiasaan yang telah terbina dalam bertindak dan bertingkah laku sehari-hari, cita-cita yang tinggi dan cukup realistik, kesehatan dan kebugaran jasmani, hubungan sosial yang harmonis dan dinamis. Layanan BK ini digunakan melalui berbagai pengaturan, kegiatan dan program. (Priyitno dan Erman Amti, 2004: 215)
- c. Fungsi Pencegahan, yaitu fungsi pelayanan BK untuk membantu peserta didik/sasaran pelayanan mampu mencegah atau menghindarkan diri dari berbagai permasalahan yang dapat menghambat perkembangan diri dan mengganggu kehidupan efektif sehari-hari pada umumnya, dan kesuksesan studi dapat diwujudkan oleh guru pembimbing atau konselor dengan merumuskan program bimbingan yang sistematis sehingga hal-hal yang dapat menghambat perkembangan peserta didik seperti kesulitan belajar, kekurangan informasi, masalah sosial dan lain sebagainya dapat dihindari serta peminatan pada khususnya. Pelayanan BK yaitu Program-program melalui tahap: identifikasi masalah, menganalisis sumber-sumber penyebab timbul masalah, pihak-pihak yang berperan dapat membantu pencegahan masalah, menyusun rencana program pencegahan, pelaksanaan dan monitoring, evaluasi dan laporan.

- d. Fungsi Pengentasan, yaitu fungsi pelayanan BK untuk membantu peserta didik/ sasaran pelayanan mengatasi kondisi kehidupan efektif sehari-hari yang terganggu atau masalah yang dialaminya. Fungsi pengentasan apabila seorang peserta didik mengalami suatu permasalahan dan ia tidak dapat memecahkannya sendiri lalu ia pergi ke pembimbing atau konselor, maka yang diharapkan oleh peserta didik yang bersangkutan adalah teratasinya masalah yang dihadapinya. Pelayanan BK melalui berdimensi luas, tidak hanya bentuk layanan individual tetapi menggunakan bentuk-bentuk layanan lain yaitu konseling kelompok, program-program orientasi dan informasi serta program-program lain yang disusun secara khusus bagi klien. Misalnya dalam kehidupannya sehari-hari, bila seseorang yang menderita “demam” dan “demamnya” tidak dapat sembuh dengan dikerok atau minum obat yang dibeli diapotik, maka masalahnya belum sehat, tetapi ia pergi ke dokter barulah sembuh ini contoh masalah yang diselesaikan sendiri tidak tuntas. Pelayanan Bk melalui: (1) langkah-langkah pengentasan masalah, (2) pengentasan masalah berdasarkan diagnosis, (3) pengentasan masalah berdasarkan teori konseling.
- e. Fungsi pembelaan, yaitu fungsi pelayanan BK untuk membantu peserta didik/sasaran pelayanan memperoleh pembelaan atas hak/atau kepentingannya, baik berkenaan dengan hak-hak kehidupan pada umumnya, maupun khususnya berkenaan dengan hak kependidikannya, yang kurang atau tidak mendapat perhatian secara memadai.

2. Prinsip Dan Azas Pelayanan Bimbingan Konseling

Prinsip dan azas dasar pelayanan Bimbingan dan Konseling adalah sebagai berikut:

- a. Prinsip-prinsip pelayanan BK berkenaan dengan kondisi diri peserta didik, program pelayanan, serta tujuan dan pelak-

sanaan pelayanan, mengacu pada pelayanan yang efektif dan efisien, untuk berkehidupan yang cerdas dan berkarater.

- b. Asas-asas pelayanan BK meliputi asas kerahasiaan, kesukarelaan, keterbukaan, kegiatan, kemandirian, kekinian, kedinamisan, keterpaduan, kenormatifan, keahlian, ahli tangan kasus, tut wuri handayani dan alam takambang jadi guru.

C. Jenis Layanan, Kegiatan Pendukung dan Format Layanan

1. Jenis layanan

Adapun sepuluh jenis layanan dalam pelayanan BK meliputi:

- a. Layanan Orientasi, yaitu layanan BK yang membantu peserta didik memahami lingkungan baru yang efektif dan berkarakter.
- b. Layanan Informasi, yaitu layanan BK yang membantu peserta didik menerima dan memahami berbagai informasi diri, sosial, belajar, karier/jabatan, dan pendidikan lanjutan secara terarah, objektif dan bijak.
- c. Layanan Penempatan dan Penyaluran, yaitu layanan BK yang membantu peserta didik memperoleh penempatan dan penyaluran yang tepat didalam kelas, kelompok belajar, peminatan/lintas minat/pendalaman minat, program latihan, magang, dan kegiatan ekstrakurikuler secara terarah, objektif dan bijak.
- d. Layanan Penguasaan Konten, yaitu layanan BK yang membantu peserta didik menguasai konten tertentu, terutama kompetensi atau kebiasaan dalam melakukan, berbuat atau mengerjakan sesuatu yang berguna dalam kehidupan disekolah, keluarga dan masyarakat ssuai dengan tuntutan kemajuan dan berkarakter-cerdas dan terpuji, sesuai dengan potensi dan peminatan dirinya.

- e. Layanan konseling perorangan, yaitu layanan BK yang membantu peserta didik dalam mengentaskan masalah pribadinya melalui prosedur perseorangan.
- f. Layanan Bimbingan Kelompok, yaitu layanan BK yang membantu peserta didik dalam pengembangan pribadi, kemampuan hubungan sosial, kegiatan belajar, karier dan pengambilan keputusan serta melakukan kegiatan tertentu sesuai dengan tuntutan karakter yang terpuji melalui dinamika kelompok.
- g. Layanan Konseling Kelompok, yaitu layanan BK yang membantu peserta didik dalam pembahasan dan pengentasan masalah yang dialami sesuai dengan tuntutan karakter-cerdas yang terpuji melalui dinamika kelompok.
- h. Layanan konsultasi, yaitu layanan BK yang membantu peserta didik dalam memperoleh wawasan, pemahaman dan cara-cara atau perlakuan yang perlu dilaksanakan kepada pihak ketiga sesuai dengan tuntutan karakter-cerdas yang terpuji.
- i. Layanan Mediasi, yaitu layanan BK yang membantu peserta didik dalam menyelesaikan permasalahan dan memperbaiki hubungan dengan pihak lain sesuai dengan tuntutan karakter-cerdas yang terpuji.
- j. Layanan Advokasi, yaitu layanan BK yang membantu peserta didik untuk memperoleh kembali hak-hak dirinya yang tidak diperhatikan atau mendapat perlakuan yang salah sesuai dengan tuntutan karakter-cerdas yang terpuji.

2. Kegiatan Pendukung

Enam kegiatan pendukung dilaksanakan dalam pelayanan BK dalam rangka menunjang keberhasilan jenis-jenis layanannya, yaitu:

- a. Aplikasi instrumentasi, yaitu kegiatan mengumpulkan data tentang peserta didik dan lingkungannya, melalui aplikasi berbagai instrumen, baik tes maupun non tes.

- b. Himpunan data, yaitu kegiatan menghimpun data yang relevan dengan pengembangan peserta didik, yang diselenggarakan secara berkelanjutan, sistematis, komprehensif, terpadu dan bersifat rahasia.
- c. Konferensi kasus, yaitu kegiatan membahas permasalahan peserta didik dalam pertemuan khusus yang dihadiri oleh pihak-pihak yang dapat memberikan data, kemudahan dan komitmen bagi terentaskannya masalah peserta didik melalui pertemuan yang bersifat terbatas dan tertutup.
- d. Kunjungan rumah, yaitu kegiatan memperoleh data, kemudahan dan komitmen bagi terentaskannya masalah peserta didik melalui pertemuan dengan orang tua atau anggota keluarganya.
- e. Tampilan kepustakaan, yaitu kegiatan menyediakan berbagai bahan pustaka yang dapat digunakan peserta didik dalam pengembangan pribadi, kemampuan sosial, kegiatan belajar, karier dllnya.
- f. Alih tangan kasus, yaitu kegiatan untuk memindahkan penanganan masalah peserta didik kepihak lain sesuai keahlian dan kewenangan ahli yang dimaksud.

3. Format Layanan

Layanan BK diselenggarakan melalui berbagai format layanan yaitu sebagai berikut:

- a. Individual, yaitu format kegiatan BK yang melayani peserta didik secara perseorangan.
- b. Kelompok, yaitu format kegiatan BK yang melayani sejumlah peserta didik melalui suasana dinamika kelompok.
- c. Klasikal, yaitu format kegiatan BK yang melayani sejumlah peserta didik dalam satu kelas rombongan belajar
- d. Lapangan, yaitu format kegiatan BK yang melayani seorang atau sejumlah peserta didik melalui kegiatan diluar kelas atau lapangan.

- e. Pendekatan khusus/kolaboratif, yaitu format kegiatan BK yang melayani kepentingan peserta didik melalui pendekatan kepada pihak-pihak yang dapat memberikan kemudahan.
- f. Jarak jauh, yaitu format kegiatan BK yang melayani kepentingan peserta didik melalui media atau saluran jarak jauh, seperti surat, sarana elektronik, web, internet.

Pembahasan tentang bidang bimbingan konseling yang akan diuraikan pada bab 2 sampai bab 10. Dimana Perkembangan zaman yang pesat dan terus menerus menawarkan perubahan. Apalagi sekarang manusia sudah hidup pada abad 21 yang banyak dipengaruhi oleh Ilmu Pengetahuan dan Teknologi, sehingga menuntut individu secara sadar atau untuk meningkatkan kualitas hidupnya. Permasalahan demi permasalahan turut mengiringi perubahan yang terjadi disetiap sisi kehidupan. Permasalahan hidup yang dialami individu amatlah kompleks. Permasalahan pertama sekali muncul dari pribadi, sosial, karier, kegiatan belajar, pekerjaan, berkeluarga, keberagaman, kebermasyarakatan, kewarganegaraan, bahkan masalah kehidupan secara meluas. Hal ini perlu adanya bimbingan konseling di tengah-tengah kehidupan masyarakat. Untuk dapat menyelesaikan permasalahan yang selalu ada pada individu. Karena antara sadar tidak sadar individu ingin keluar dari permasalahan tersebut. Pada bimbingan konseling permasalahan individu diarahkan kepada pelayanan bidang bimbingan konseling. Bidang praktek bimbingan yang dikaji dalam mata kuliah ini yaitu: bidang bimbingan belajar saja.[]

BAB 2

KONSEP DASAR BIMBINGAN BELAJAR

A. Pengertian Bimbingan Belajar

Pengembangan kemampuan belajar, yaitu bidang pelayanan yang membantu peserta didik mengembangkan kemampuan belajar dalam rangka mengikuti pendidikan sekolah dan belajar secara mandiri.

Bimbingan merupakan terjemahan dari istilah “*guidance*” dalam bahasa Inggris dengan istilahnya, maka bimbingan dapat di artikan secara umum sebagai suatu “bantuan” namun dalam pengertian yang sebenarnya tidak setiap bantuan dalam arti “bimbingan” membutuhkan syarat, bentuk, prosedur dan pelaksanaan, tertentu, sesuai dengan prinsipnya dan tujuannya.

Bimbingan juga dianggap sebagai suatu proses pemberian bantuan yang terus menerus dan sistematis dari pembimbing kepada yang dibimbing agar tercapai kemandirian dalam pemahaman, penerimaan, pengembangan, dan perwujudan diri dalam mencapai tingkat perkembangan optimal dan penye-

suaian diri dengan lingkungannya. Masalah belajar merupakan inti dari masalah pendidikan, karena belajar merupakan kegiatan utama dalam pendidikan dan pengajaran. Perkembangan belajar siswa tidak selalu berjalan lancar dan memberikan hasil yang diharapkan. Adakalanya mereka menghadapi berbagai kesulitan atau hambatan. Murid-murid seperti ini perlu diberikan bantuan atau pertolongan yang disebut dengan layanan bimbingan belajar. Terdapat beberapa pengertian bimbingan belajar menurut para ahli antara lain sebagai berikut.

- a. Bimbingan belajar merupakan salah satu bentuk layanan bimbingan yang penting diselenggarakan di sekolah. Pengalaman menunjukkan bahwa kegagalan-kegagalan yang dialami siswa dalam belajar tidak selalu disebabkan oleh kebodohan atau rendahnya intelegensi. seringkali kegagalan itu terjadi disebabkan karena mereka tidak mendapat layanan bimbingan yang memadai (Prayitno, 2004: 279).
- b. Bimbingan belajar yaitu bimbingan yang diarahkan untuk membantu para individu dalam menghadapi dan memecahkan masalah-masalah akademik (Nurihsan, 2003: 20).
- c. Bimbingan belajar merupakan bimbingan dalam hal menemukan cara-cara belajar yang tepat, memilih program studi yang sesuai dan mengatasi kesukaran yang timbul berkaitan dengan tuntutan-tuntutan belajar di suatu instansi pendidikan (Winkel, 1997: 140).
- d. Bimbingan belajar adalah suatu proses pemberian bimbingan dari pembimbing kepada siswa dengan cara mengembangkan suasana belajar yang kondusif dan mengembangkan keterampilan serta kebiasaan belajar agar mencapai hasil belajar yang optimal sesuai dengan bakat dan kemampuannya (Munandar, 1999).
- e. Bimbingan belajar adalah proses pemberian bantuan dari guru pembimbing terhadap siswa dengan cara mengem-

bangkan suasana belajar mengajar yang kondusif agar siswa dapat mengatasi kesulitan belajar yang mungkin dihadapinya sehingga mencapai hasil belajar yang optimal (Cece Rakhmat, 1997: 35).

- f. Bimbingan belajar yaitu bimbingan yang diarahkan untuk membantu siswa dalam mengembangkan pemahaman dan ketrampilan dalam belajar, dan memecahkan masalah-masalah belajar (Syamsu Yusuf, 2006: 37).

Dengan bertitik tolak dari uraian di atas, maka yang dimaksud dengan layanan bimbingan belajar ialah suatu proses bantuan yang diberikan kepada individu (murid) untuk dapat mengatasi masalah-masalah yang dihadapinya dalam belajar, agar setelah melaksanakan kegiatan belajar-mengajar mereka dapat mencapai hasil belajar yang lebih baik sesuai dengan kemampuan, bakat, dan minat yang dimiliki masing-masing.

Secara umum, bimbingan belajar bertujuan untuk mencapai penyesuaian akademis secara optimal sesuai dengan potensi yang dimiliki siswa. Secara khusus, tujuan bimbingan belajar adalah sebagai berikut:

- a. Siswa dapat memahami dirinya, misalnya siswa dapat memahami keunggulan dan kelemahan diri. Hal ini dapat tercipta jika siswa merasa aman dan bebas untuk mengungkapkan dan mewujudkan dirinya.
- b. Siswa memiliki keterampilan belajar, misalnya keterampilan untuk membuat pertimbangan dan mengambil keputusan.
- c. Siswa mampu memecahkan masalah belajar, misalnya bagaimana cara menyelesaikan persoalan secara kreatif, tiak cukup untuk hanya mengemukakan macam-macam gagasan atau menghasilkan sejumlah kemungkinan penyelesaian masalah.
- d. Terciptanya suasana belajar yang kondusif bagi siswa.
- e. Siswa memahami lingkungan pendidikan.

Jadi, bimbingan belajar adalah suatu bentuk kegiatan dalam proses belajar yang dilakukan oleh seseorang yang telah memiliki kemampuan lebih dalam banyak hal untuk diberikan kepada orang lain yang mana bertujuan agar orang lain dapat menemukan pengetahuan baru yang belum dimilikinya serta dapat diterapkan dalam kehidupannya.

Terdapat beberapa definisi tentang belajar yang dikemukakan oleh para ahli, antara lain sebagai berikut.

- a. Belajar adalah proses tingkah laku (dalam arti luas) ditimbulkan atau diubah oleh praktek dan latihan (Garry & Kingsley, 1970: 15)
- b. Belajar ialah perubahan yang relatif permanen dalam tingkah laku atau kemampuan yang merupakan hasil dari pengalaman (Vanderzanden dan Pace, 1984).
- c. Belajar ialah proses perubahan tingkah laku seseorang terhadap situasi tertentu, yang disebabkan oleh pengalamannya yang berulang-ulang dalam situasi itu, dimana perubahan tingkah laku itu tidak dapat dijelaskan berdasarkan atas kecenderungan tanggapan bawaan, kematangan, atau keadaan-keadaan sesaat seseorang (misalnya kelelahan, pengaruh obat-obatan, dan sebagainya (Hilgard dan Bower, 1975: 2).

Meskipun terdapat beberapa perbedaan pendapat dari masing-masing ahli, namun rupanya terdapat kesamaan pendapat dari para ahli tersebut bahwa belajar adalah proses perubahan tingkah laku. Seseorang dikatakan telah belajar apabila dia telah dapat melakukan sesuatu yang tidak dapat dilakukan sebelumnya. Perubahan tingkah laku yang diharapkan dalam bentuk tujuan atau sasaran belajar. Misalnya setelah belajar mata kuliah bimbingan dan konseling, mahasiswa dapat menjelaskan, melaksanakan bimbingan dan konseling, dan sebagainya.

B. Tujuan Bimbingan Belajar

Terdapat beberapa tujuan bimbingan belajar. Tohirin (2007) menjelaskan bahwa tujuan bimbingan belajar adalah sebagai berikut: Secara umum tujuan bimbingan belajar adalah membantu siswa agar mencapai perkembangan yang optimal, sehingga tidak menghambat perkembangan siswa. Siswa yang perkembangannya terhambat atau terganggu akan berpengaruh terhadap perkembangan atau kemampuan belajarnya. Selain tujuan umum tersebut, secara khusus dapat diketahui bahwa bimbingan belajar bertujuan agar siswa mampu menghadapi dan memecahkan masalah-masalah belajar, serta siswa dapat mandiri dalam belajar.

Tujuan bimbingan belajar adalah membantu siswa agar mampu mengatasi dan memecahkan permasalahan belajarnya agar tidak mengganggu perkembangannya. Mendukung pernyataan di atas Saring Marsudi (2003) menerangkan bahwa “kegiatan layanan bimbingan belajar bertujuan membantu siswa dalam mencapai keberhasilan belajar secara optimal”. Melalui layanan bimbingan belajar maka siswa dapat secara terbuka memahami dan menerima kelebihan dan kekurangannya, memahami kesulitan belajarnya, memahami faktor penyebab dan memahami pula bagaimana mengatasi kesulitannya. Djumhur dan Mohammad Surya (1978) menjelaskan bahwa “tujuan dari bimbingan belajar ialah membantu siswa agar mendapat penyesuaian yang baik dalam situasi belajar”. Dengan bimbingan ini diharapkan setiap siswa dapat belajar dengan sebaik mungkin, sesuai dengan kemampuan yang ada pada dirinya. Menurut Syamsu Yusuf dan Juntika Nurihsan (2005) tujuan dari bimbingan belajar adalah:

Agar siswa memiliki sikap dan kebiasaan belajar yang positif, seperti kebiasaan membaca buku, disiplin dalam belajar,

mempunyai perhatian terhadap semua pelajaran, dan aktif mengikuti semua kegiatan belajar yang diprogramkan.

1. Memiliki motif yang tinggi untuk belajar sepanjang hayat.
2. Memiliki keterampilan atau teknik belajar yang efektif, seperti keterampilan membaca buku, menggunakan kamus, mencatat pelajaran, dan mempersiapkan diri menghadapi ujian.
3. Memiliki keterampilan menetapkan tujuan dan perencanaan pendidikan, seperti membuat jadwal belajar, mengerjakan tugas-tugas, memantapkan diri dalam pelajaran tertentu, dan berusaha memperoleh informasi tentang berbagai hal dalam rangka mengembangkan wawasan yang lebih luas.
4. Memiliki kesiapan mental dan kemampuan untuk menghadapi ujian.

Pendapat di atas mengandung pengertian bahwa tujuan dari layanan bimbingan belajar adalah agar siswa memiliki kebiasaan belajar yang baik. Motivasi yang tinggi untuk terus belajar, memiliki tehnik belajar yang efektif serta dapat menetapkan tujuan pendidikannya agar siswa siap dan mampu menghadapi ujian. Menurut Oemar Hamalik (1990) layanan bimbingan belajar merupakan suatu proses yang bertujuan sebagai berikut:

1. Agar siswa bertanggung jawab menilai kemampuannya sendiri dan menggunakan pengetahuan mereka secara efektif bagi dirinya.
2. Agar siswa menjalani kehidupan sekarang secara efektif dan menyiapkan dasar kehidupan masa depannya sendiri.
3. Agar semua potensi siswa berkembang secara optimal meliputi semua aspek pribadinya sebagai individu yang potensial.

Dengan demikian layanan bimbingan belajar akan mencetak siswa yang dapat bertanggung jawab terhadap kemampuan sendiri untuk menjalani kehidupannya, serta dapat mengem-

bangkan semua potensi yang dimiliki secara optimal. Menurut Skinner (Oemar Hamalik, 1990) bimbingan belajar bertujuan untuk menolong setiap individu dalam membuat pilihan dan menentukan sikap yang sesuai dengan kemampuan, minat, dan kesempatan yang ada yang sejalan dengan nilai-nilai sosialnya. Jadi, tujuan layanan bimbingan belajar adalah membantu siswa menetapkan masa depannya sendiri sesuai dengan kemampuan, minat, dan kesempatan yang datang.

Berdasarkan dari tujuan-tujuan bimbingan belajar yang telah dikemukakan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa tujuan dari layanan bimbingan belajar adalah membantu siswa mencapai keberhasilan belajar dan mengembangkan semua potensi siswa secara optimal dengan cara memberikan motivasi untuk belajar sepanjang hayat melalui kebiasaan kegiatan belajar yang positif dan efektif sesuai dengan kemampuan, minat, dan kesempatan yang ada untuk mencapai tujuan dari perencanaan pendidikan dengan kesiapan mental agar siswa mampu mandiri dalam belajar.

Untuk melaksanakan layanan bimbingan belajar tersebut dengan baik maka dapat dilakukan langkah-langkah sebagai berikut:

- a. Menentukan murid–murid yang mengalami masalah belajar.
- b. Mengungkapkan sebab–sebab terjadinya masalah belajar.
- c. Membantu murid mengatasi masalah yang dialaminya dalam belajar.
- d. Melaksanakan penilaian untuk menentukan sejauh mana layanan bantuan yang telah diberikan mencapai hasil yang diharapkan.
- e. Melaksanakan usaha–usaha tindak lanjut dari layanan–layanan sebelumnya.

Jadi layanan bimbingan belajar merupakan upaya untuk membantu siswa untuk mengatasi masalah belajarnya dan untuk bisa belajar dengan lebih efektif.

C. Fungsi Bimbingan Belajar

Belajar adalah merupakan kegiatan fisik dan psikis yang tertinggi dalam kehidupan manusia, sebagai hasil kegiatan belajar dapat membawa pada perubahan dan peningkatan pandangan sikap dan tingkah laku yang baru dari hasil latihan belajar tersebut. Proses belajar yang terjadi di sekolah harus senantiasa mempunyai tujuan yang jelas dan terarah sebagai pedoman dan panutan dalam aktivitas belajar sebagai seorang siswa, dalam tujuan tersebut pada dasarnya menyangkut penguasaan bidang pengetahuan pembinaan sikap dan pengembangan keterampilan yang merupakan cita-cita sekolah yang diselenggarakan lewat pendidikan dan pengajaran.

Menurut Dewa Ketut Sukardi ada dua faktor yang timbul dalam kesulitan belajar, yaitu:

- a) Faktor endogen, ialah faktor yang datang dari anak itu sendiri, hal ini dapat bersifat: Biologis, ialah hambatan yang bersifat kejasmanian, Fisikologis, ialah hambatan yang bersifat kejiwaan.
- b) Faktor eksogen, ialah hambatan yang dapat timbul dari luar diri anak, faktor ini meliputi: 1). Faktor lingkungan keluarga. 2).Faktor lingkungan sekolah.3). Faktor lingkungan masyarakat.

Kehadiran bimbingan dalam proses pendidikan dan pengajaran yang dilaksanakan, secara keseluruhan dapat berfungsi membantu dan menunjang usaha-usaha kearah kemajuan, kesejahteraan dan tercapainya tujuan pendidikan bagi sekolah maupun bagi anak didik terutama dalam proses belajar mengajar didalam pendidikan dan pengajaran yang dijalankan.

Fungsi utama bimbingan yang didukung oleh layanan pembelajaran ialah fungsi pemeliharaan yang pengembangan yang akan menghasilkan terpelihara dan terkembangkannya berbagai potensi dan kondisi positif anak didik dalam rangka perkembangan dirinya secara mantap dan berkelanjutan.

Fungsi utama bimbingan adalah membantu murid dalam masalah-masalah pribadi dan sosial yang berhubungan dengan pendidikan dan pengajaran atau penempatan, dan juga menjadi perantara dari dalam hubungannya dengan para guru maupun tenaga administrasi. Abu Ahmadi dan Widodo Supriyono (1991: 112) berpendapat bahwa fungsi bimbingan terdiri dari 4 macam, yaitu:

- a. **Preservatif** yaitu memelihara dan membina suasana dan situasi yang baik dan tetap diusahakan terus bagi lancarnya belajar mengajar.
- b. **Preventif** yaitu mencegah sebelum terjadinya masalah.
- c. **Kuratif** yaitu mengusahakan “penyembuhan” pembetulan dalam mengatasi masalah.
- d. **Rehabilitasi** yaitu mengadakan tindak lanjut secara penempatan sesudah diadakan perlakuan yang memadai.

Sedangkan menurut Uman Suherman (2008) menyatakan bahwa secara umum, fungsi bimbingan dan konseling dapat diuraikan sebagai berikut:

1. Fungsi Pemahaman, yaitu fungsi bimbingan dan konseling membantu konseli (klien) agar memiliki pemahaman terhadap potensi dirinya dan lingkungan (pendidikan, pekerjaan, dan norma agama). Konseli diharapkan mampu mengembangkan potensi dirinya secara optimal dan menyesuaikan dirinya dengan lingkungan.
2. Fungsi preventif, yaitu fungsi yang berkaitan dengan upaya konselor untuk senantiasa mengantisipasi berbagai masalah yang mungkin terjadi dan berupaya untuk mencegahnya

- supaya tidak dialami oleh konseli. Melalui fungsi ini, konselor memberikan bimbingan kepada konseli tentang cara menghindarkan diri dari perbuatan atau kegiatan yang membahayakan dirinya. Adapun teknik yang dapat digunakan adalah pelayanan orientasi, informasi, dan bimbingan kelompok.
3. Fungsi pengembangan, yaitu fungsi bimbingan dan konseling yang sifatnya lebih proaktif. konselor berupaya untuk menciptakan lingkungan yang nyaman dan kondusif. Konselor dan guru atau staf sekolah bekerja sama membentuk tim kerja merencanakan dan melaksanakan program bimbingan secara berkesinambungan membantu konseli mencapai tugas perkembangannya. Teknik bimbingan yang dapat digunakan di sini adalah pelayanan informasi, tutorial, diskusi kelompok atau curah pendapat (*brain storming*), *home room*, dan karya wisata.
 4. Fungsi penyembuhan, yaitu fungsi bimbingan dan konseling yang bersifat kuratif. Fungsi ini berkaitan erat dengan upaya pemberian bantuan kepada konseli yang telah mengalami masalah, baik menyangkut aspek pribadi, sosial, belajar maupun karir. Teknik yang dapat digunakan adalah konseling dan *remedial teaching*.
 5. Fungsi penyaluran, yaitu fungsi bimbingan dan konseling dalam membantu konseli memilih kegiatan ekstrakurikuler, jurusan, atau program studi, dan memantapkan penguasaan karir atau jabatan yang sesuai dengan minat, bakat, keahlian, dan ciri-ciri kepribadian lainnya. Dalam melaksanakan fungsi ini, konselor bekerja sama dengan pendidik lainnya di dalam maupun di luar lembaga pendidikan.
 6. Fungsi adaptasi, yaitu fungsi membantu para pelaksana pendidikan, kepala sekolah/madrasah dan staf, konselor, dan guru untuk menyesuaikan program pendidikan terhadap latar belakang pendidikan, minat, kemampuan, dan konseli.

Dengan menggunakan informasi yang memadai mengenai konseli, pembimbing/konselor dapat membantu para guru dalam memperlakukan konseli secara tepat, baik dalam memilih dan menyusun materi sekolah, memilih metode dan proses pembelajaran maupun menyusun bahan pelajaran sesuai dengan kemampuan dan kecepatan konseling.

7. Fungsi penyesuaian, yaitu fungsi bimbingan dan konseling dalam membantu konseli untuk menyesuaikan diri dengan diri dan lingkungannya secara dinamis dan konstruktif.
8. Fungsi perbaikan, yaitu fungsi bimbingan dan konseling untuk membantu konseli sehingga dapat memperbaiki kekeliruan dalam berpikir, berperasaan dan bertindak (berkehendak). Konselor melakukan intervensi (memberikan perlakuan) terhadap konseli supaya memiliki pola berpikir yang sehat, rasional dan memiliki perasaan yang tepat sehingga dapat menghantarkan mereka pada tindakan atau kehendak yang produktif dan normatif.
9. Fungsi fasilitas, yaitu memberikan kemudahan kepada konseli dalam mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal, serasi, selaras, dan seimbang dalam seluruh aspek dalam diri konseli.
10. Fungsi pemeliharaan, yaitu fungsi bimbingan dan konseling untuk membantu supaya dapat menjaga diri dan mempertahankan situasi kondusif yang telah tercipta dalam dirinya. Fungsi ini memfasilitasi konseli agar terhindar dari kondisi-kondisi yang akan menyebabkan penurunan produktifitas diri. Pelaksanaan fungsi ini diwujudkan melalui program-program yang menarik, rekreatif, dan fakultatif (pilihan) sesuai dengan minat konseli.

Sedangkan fungsi khusus bimbingan, yakni khususnya di sekolah, menurut Umar, dkk., (21-22) adalah sebagai berikut:

1. Menolong anak dalam kesulitan belajarnya. Sekolah-sekolah kita pada umumnya masih kurang memperhatikan individual anak-anak. Banyaknya jumlah mata pelajaran dan luasnya bahan pelajaran, menyebabkan guru pada umumnya hanya memompakan bahan pelajaran itu kepada otak anak-anak. fungsi pokok dari bimbingan dan konseling adalah menolong individu-individu yang mencari dan membutuhkan bantuan. Jenis bantuan yang dibutuhkan oleh individu berbeda-beda meskipun ada kemungkinan kesukaran yang dihadapi sama.
2. Berusaha memberikan pelajaran yang sesuai dengan minat dan kecakapan anak-anak. Melaksanakan bimbingan dengan sebaik-baiknya diperlukan pengetahuan yang lengkap tentang individu yang bersangkutan, seperti bakat, kecerdasan, minat, latar belakang keluarga, riwayat pendidikan, dan sebagainya, yang berhubungan dengan bantuan yang akan diberikan.
3. Memberikan nasihat kepada anak yang akan berhenti sekolahnya;
4. Memberi petunjuk kepada anak-anak yang melanjutkan belajarnya, dan sebagainya.

Ada beberapa fungsi dari bimbingan belajar yaitu:

- a. **Fungsi kognitif** merupakan aktivitas mental secara sadar seperti berpikir, mengingat, belajar dan menggunakan bahasa. Fungsi kognitif juga merupakan kemampuan atensi, memori, pertimbangan, pemecahan masalah, serta kemampuan eksekutif seperti merencanakan, menilai, mengawasi dan melakukan evaluasi (Strub dkk. 2000). Melalui fungsi kognitif manusia menghadapi objek-objek dalam suatu bentuk representatif yang menghadirkan semua objek itu dalam kesadaran. Hal ini paling jelas nampak dalam aktivitas mental berfikir.

1. Taraf intelegensi-daya kreatifitas. Istilah intelegensi dapat diartikan dalam dua cara yaitu arti luas dan arti sempit.
 - a. Arti luas: kemampuan untuk mencapai prestasi, yang didalamnya berfikir memegang peranan. Prestasi itu dapat diberikan dalam berbagai bidang kehidupan, seperti pergaulan sosial, teknis, perdagangan, pengaturan rumah tangga dan belajar di sekolah.
 - b. Arti sempit: kemampuan untuk mencapai prestasi di sekolah, yang didalamnya berfikir memegang peranan pokok. Intelegensi dalam arti ini kerap disebut kemampuan intelektual atau kemampuan akademik.
2. Bakat khusus, merupakan kemampuan menonjol di suatu bidang tertentu, misalnya di bidang studi matematika atau bahasa asing. Orang sering berpendapat, bahwa semua bakat khusus merupakan sesuatu yang langsung diturunkan oleh orang tua, misalnya bakat khusus di bidang matematika diperoleh dari orang tua melalui proses generasi biologis. Pendapat ini ternyata tidak benar. Bakat khusus adalah sesuatu yang dibentuk dalam kurun waktu sejumlah tahun dan merupakan perpaduan dari taraf intelegensi pada umumnya (*general ability*), komponen intelegensi tertentu, pengaruh pendidikan dalam keluarga dan disekolah, minat dari subjek sendiri.
3. Organisasi kognitif, merekam/menyimpan materi yang sudah dipelajari, disimpan dalam ingatan, apakah tersimpan secara sistematis atau tidak. Hal ini sangat bergantung pada cara materi dipelajari dan diolah, makin mendalam dan makin sistematis pengolahan materi pelajaran, makin baiklah taraf organisasi dalam ingatan itu sendiri.
4. Kemampuan berbahasa, mencakup kemampuan untuk menangkap inti suatu bacaan dan merumuskan penge-

tahuan dan pemahaman yang diperoleh itu dalam bahasa yang baik, sekurang-kurangnya bahasa tertulis. Mengingat kaitan yang ada antara berpikir yang tepat dan berbahasa yang benar, maka tidak mengherankan bahwa siswa yang kurang mampu berbahasa, tertinggal dibelakang dibanding dengan siswa yang berbahasa baik.

5. Daya Fantasi, berupa aktifitas kognitif yang mengandung banyak fikiran dan sejumlah tanggapan, yang bersama-sama menciptakan sesuatu dalam alam kesadaran. Daya fantasi dibedakan antara fantasi yang disadari dan yang tidak disadari. Misalnya, seorang sastrawan yang mengarang kisah roman, yang bergerak dalam alam fantasi secara sadar.
 6. Gaya Belajar, merupakan cara belajar yang khas bagi siswa. Gaya belajar mengandung beberapa komponen antara lain: gaya kognitif dan tipe belajar. Gaya kognitif adalah cara khas yang digunakan seseorang dalam mengamati dan beraktifitas mental dibidang kognitif, cara khas ini bersifat sangat individuall yang kerap kali tidak disadari dan, sekali terbentuk, cenderung bertahan terus.
- b. Fungsi Konatif-Dinamik.** Fungsi psikis ini berkisar pada penentuan suatu tujuan dan pemenuhan suatu kebutuhan yang disadari dan dihayati. Semakin tinggi tahapan perkembangan anak, semakin boleh diharapkan bahwa siswa mampu berpartisipasi dalam proses belajar mengajar secara aktif dengan suatu tujuan. Terdiri dari:
1. Karakter-hasrat-berkehendak. Karakter atau watak menunjuk pada suatu aspek dalam kepribadian. Yang mana karakter ini iyalah keseluruhan hasrat pada manusia yang terarah pada suatu tujuan yang mengandung nilai moralitas. Dalam “berhasrat” orang mencari apa yang memberikan kepuasan padanya dan menyingkiri apa yang

tidak memuaskan baginya. Seseorang mungkin berhasrat kuat dan memiliki kehendak yang tekun untuk mencapai sesuatu yang memberikan kepuasan padanya, tetapi ini belum berarti bahwa orang itu berkarakter atau berwatak baik. Tujuan yang ingin dicapai harus dinilai dari segi moralitas, apakah termasuk hal yang baik atau hal yang buruk.

2. Motivasi belajar adalah keseluruhan daya penggerak psikis di dalam diri siswa yang menimbulkan kegiatan belajar, menjamin kelangsungan kegiatan belajar dan memberikan arah pada kegiatan belajar itu demi mencapai suatu tujuan. Motivasi belajar memegang peranan penting dalam memberikan gairah atau semangat dalam belajar, sehingga siswa yang bermotivasi kuat memiliki energi banyak untuk melakukan kegiatan belajar.
- c. **Fungsi Afektif.** Di dalam perasaan manusia mengadakan penilaian terhadap semua objek yang dihadapi, dihayatinya apakah suatu benda, suatu peristiwa atau seseorang, baginya berharga atau bernilai atau tidak. Bila objek itu dihayati sebagai sesuatu yang berharga maka timbulah perasaan senang. Alam perasaan seolah-olah terdiri dari beberapa lapisan yang berbeda-beda peranannya terhadap semangat belajar. Kenyataan ini akan diuraikan dibawah ini:
1. Temperamen, pada setiap orang, alam perasaan memiliki sifat-sifat umum tertentu. Ada orang yang pada umumnya cenderung berperasaan sedih dan pesimis, ada pula yang biasanya berperasaan gembira dan optimis. Ini dikenal dengan istilah “stemming dasar” atau nada dasar alam prasaan yang lebih kurang menetap.
 2. Perasaan, yang dimaksud disini adalah momentan dan intensional. Momentan berarti bahwa perasaan timbul pada saat tertentu. Intensional berarti bahwa reaksi

prasaan diberikan terhadap sesuatu, seseorang atau situasi tertentu. Apabila situasi berubah maka prasaan berganti pula. Misalnya, bila guru sedang memarahi siswa dalam kelas mereka mungkin merasa takut, tapi beberapa waktu kemudian prasaan itu hilang dan diganti perasaan lega, bila guru menceritakan sesuatu lelucon untuk meringankan suasana yang menjadi terlalu tegang.

3. Sikap, yaitu orang yang bersikap tertentu cenderung menerima atau menolak suatu objek berdasarkan penilaian terhadap objek itu sebagai hal yang berguna atau berharga baginya atau tidak. Dengan demikian siswa yang memandang belajar disekolah pada umumnya, atau bidang studi tertentu, sebagai sesuatu yang sangat bermanfaat baginya, akan memiliki sifat positif. Begitu juga dengan sebaliknya.
 4. Minat, yaitu diartikan sebagai kecenderungan subyek yang menentang untuk merasa tertarik pada bidang studi atau pokok bahasan tertentu dan merasa senang mempelajari materi itu.
- d. Fungsi Sensorik-Motorik.** Kemampuan yang dimiliki siswa dibidang psikomotorik, juga merupakan bagian dari keadaan awal dipihak siswa, yang dapat menghambat atau membantu disemua proses belajar mengajar atau paling sedikit, dalam proses belajar yang harus menghasilkan keterampilan motorik. Perolehan kemampuan yang dimaksud antara lain, kecepatan menulis, kecepatan berbicara dan artikulasi kata-kata, menggunakan alat-alat menggunting, memotong dan lain-lain.

D. Prinsip-Prinsip Bimbingan Belajar

Berikut ini prinsip-prinsip belajar yang dikemukakan oleh Rothwal A.B. (Sihombing, 2012) adalah:

1. Prinsip kesiapan (*readiness*). Proses belajar dipengaruhi kesiapan siswa. Yang dimaksud dengan kesiapan siswa ialah kondisi yang memungkinkan ia dapat belajar.
2. Prinsip motivasi (*motivation*). Tujuan dalam belajar diperlukan untuk suatu proses yang terarah. Motivasi adalah suatu kondisi dari pelajar untuk memprakarsai kegiatan, mengatur arah kegiatan itu dan memelihara kesungguhan.
3. Prinsip persepsi. Seseorang cenderung untuk percaya sesuai dengan bagaiman ia memahami situasi. Persepsi adalah interpretasi tentang situasi yang hidup. Setiap individu melihat dunia dengan caranya sendiri yang berbeda dari yang lain. Persepsi ini mempengaruhi perilaku individu.
4. Prinsip tujuan. Tujuan harus tergambar jelas dalam pikiran dan diterima oleh para pelajar pada saat proses terjadi. Tujuan ialah sasaran khusus yang hendak dicapai oleh seseorang.
5. Prinsip perbedaan individual. Proses pengajaran semestinya memperhatikan perbedaan individual dalam kelas dapat memberi kemudahan pencapaian tujuan belajar setinggi-tingginya. Pengajaran yang hanya memperhatikan satu tingkat sasaran akan gagal memenuhi kebutuhan seluruh siswa.
6. Prinsip transfer dan retensi. Belajar dianggap bermanfaat bila seseorang dapat menyimpan dan menerapkan hasil belajar dalam situasi baru. Apapun yang dipelajari dalam suatu situasi pada akhirnya akan digunakan dalam situasi yang lain. Proses tersebut dikenal sebagai proses transfer. Kemampuan seseorang untuk menggunakan lagi hasil belajar disebut retensi.
7. Prinsip belajar kognitif. Belajar kognitif melibatkan proses pengenalan dan penemuan. Belajar kognitif mencakup asosiasi antar unsur, pembentukan konsep, penemuan masalah dan keterampilan memecahkan masalah yang

- selanjutnya membentuk perilaku baru, berpikir, bernalar, menilai dan berimajinasi.
8. Prinsip belajar afektif. Proses belajar afektif seseorang menemukan bagaimana ia menghubungkandirinya dengan pengalaman baru. Belajar afektif mencakup nilai emosi, dorongan, minat dan sikap.
 9. Prinsip belajar evaluasi. Jenis cakupan validitas evaluasi dapat mempengaruhi proses belajar saatini dan selanjutnya pelaksanaan latihan evaluasi memungkinkan bagiindividu untuk menguji kemajuan dalam pencapaian tujuan.
 10. Prinsip belajar psikomotor. Proses belajar psikomotor individu menentukan bagaimana ia mampumengendalikan aktivitas ragawinya. Belajar psikomotor mengandung aspekmental dan fisik.

E. Pokok-Pokok Bimbingan Belajar

Bidang ini bertujuan membantu peserta didik dalam mengenal, menumbuhkan dan mengembangkan diri, sikap dan kebiasaan belajar yang baik untuk menguasai pengetahuan dan keterampilan sesuai dengan program belajar di sekolah. Pelayanan bimbingan dan konseling membantu siswa mengembangkan kebiasaan belajar yang baik dalam menguasai pengetahuan dan keterampilan serta menyiapkannya untuk melanjutkan pendidikan pada tingkat pendidikan yang lebih tinggi. Bidang bimbingan ini meliputi pokok-pokok materi berikut:

1. Pengembangan sikap dan kebiasaan belajar untuk mencari informasi dari berbagai sumber belajar, bersikap terhadap guru dan nara sumber lainnya, mengikuti pelajaran sehari-hari, mengerjakan tugas, mengembangkan keterampilan belajar dan menjalani program penilaian.

2. Pengembangan disiplin belajar dan berlatih baik secara mandiri maupun kelompok.
3. Pemantapan dan pengembangan penguasaan materi pelajaran.
4. Orientasi belajar di Sekolah Lanjutan Tingkat Pertama.
5. Pemantapan pemahaman dan pemanfaatan kondisi fisik, sosial dan budaya yang ada di sekolah, lingkungan sekitar dan masyarakat untuk pengembangan pengetahuan dan kemampuan serta pengembangan pribadi.

F. Bentuk-Bentuk Layanan Bimbingan Belajar

Berdasarkan pendapat Shertzer dan Stone, Ryan dan Zeran (dalam Yusuf dan Chatherine 1992: 81-82), komponen bentuk-bentuk layanan bimbingan belajar dinyatakan sebagai berikut:

- a. Komponen analisis individu, yaitu pengumpulan data siswa yang akan dianalisis dan dipakai untuk berbagai tujuan, khususnya untuk membantu anak agar lebih mengerti dirinya sendiri.
- b. Komponen layanan informasi direncanakan untuk memberikan pengetahuan yang luas kepada para siswa meliputi informasi tentang pendidikan, pekerjaan, dan sosial pribadi. Dengan demikian para siswa dapat memilih dan memutuskan secara bijaksana dan dapat berkembang dalam masyarakat yang kompleks.
- c. Komponen bimbingan karir direncanakan untuk membantu siswa melihat kemampuan dirinya dan lingkungan pekerjaannya, memikirkan, memutuskan dan merencanakan pekerjaan yang akan datang dan memecahkan masalah yang timbul kelak.
- d. Komponen perencanaan, penempatan dan tindak lanjut direncanakan untuk menyempurnakan para siswa dengan

menggunakan semua kesempatan yang tersedia baik di sekolah maupun yang ada di pasaran kerja.

- e. Komponen konseling direncanakan untuk membantu siswa agar semakin mengerti dirinya dan mengembangkan dirinya melalui hubungan individual dan hubungan kelompok.
- f. Komponen konsultasi direncanakan untuk memberikan bantuan teknis kepala sekolah, atau staf administrasi sekolah dan orang tua agar mereka semakin memahami siswa dan anaknya serta mengembangkan sekolah sebagai suatu sistem.
- g. Komponen evaluasi direncanakan untuk mengetahui efektifitas program bimbingan di sekolah.

Sedangkan Hellen (2002: 81-88) berpendapat bahwa layanan bimbingan dan konseling yaitu:

- a. Layanan orientasi, yaitu layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik (klien) memahami lingkungan (seperti sekolah) yang baru dimasukinya, dalam rangka mempermudah dan memperlancar berperannya peserta didik di lingkungan yang baru itu.
- b. Layanan informasi, layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik (klien) memahami berbagai informasi yang dapat dipergunakan sebagai bahan pertimbangan peserta didik (klien).
- c. Layanan Penempatan dan Penyaluran, yaitu layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik (klien) memperoleh penempatan dan penyaluran yang tepat sesuai dengan potensi, bakat, dan minat serta kondisi pribadi.
- d. Layanan pembelajaran, adalah layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik memahami dan mengembangkan sikap dan kebiasaan belajar yang baik, keterampilan dan materi belajar yang cocok dengan kecepatan dan kesulitan belajarnya, serta tuntutan kemam-

- puan yang berguna dalam kehidupan dan perkembangan optimal dirinya.
- e. Layanan konseling perorangan, yaitu layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik mendapat layanan langsung tatap muka (secara perorangan) dengan guru pembimbing dalam rangka pembahasan dan pengentasan permasalahan pribadi yang dideritanya.
 - f. Layanan bimbingan kelompok, yaitu layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama melalui dinamika kelompok memperoleh berbagai bahan dari nara sumber tertentu yang berguna untuk menunjang pemahaman dan kehidupannya sehari-hari dan atau untuk perkembangan dirinya baik sebagai individu maupun sebagai pelajar, dan untuk pertimbangan dalam pengambilan keputusan dan atau tindakan tertentu.
 - g. Layanan konseling kelompok, yaitu layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pengentasan permasalahan yang dialaminya melalui dinamika kelompok.

Hellen (2002: 76-80) pun berpendapat tentang kegiatan bimbingan di sekolah yang mencakup 4 macam, yaitu:

- a. Bimbingan pribadi. Pelayanan ini membantu siswa menemukan dan mengembangkan pribadi yang beriman dan bertaqwa terhadap Tuhan Yang Maha Esa, mantap dan mandiri serta sehat jasmani dan rohani.
- b. Bimbingan sosial. Berusaha membantu peserta mengenal dan berhubungan dengan lingkungan sosialnya yang dilandasi budi pekerti, tanggung jawab kemasyarakatan dan kenegaran.
- c. Bimbingan belajar. Pelayanan yang membantu peserta didik untuk menumbuhkan dan mengembangkan sikap kebiasaan belajar yang baik dalam menguasai pengetahuan dan ketrampilan sejalan dengan perkembangan ilmu pengeta-

huan, teknologi, dan kesenian serta mempersiapkan peserta didik untuk melanjutkan pendidikan ke tingkat yang lebih tinggi atau untuk terjun ke lapangan pekerjaan tertentu.

- d. Bimbingan karir. Pelayanan yang ditujukan untuk mengenal potensi diri, mengembangkan dan memantapkan pilihan karier.

Selain itu juga berpendapat bahwa ada 5 macam kegiatan pendukung dalam bimbingan belajar disekolah yaitu ;

- a. Aplikasi instrumentasi, bertujuan untuk mengumpulkan data dan keterangan tentang pesera didik.
- b. Himpunan data, yaitu kegiatan pendukung bimbingan dan konseling untuk menghimpun seluruh data dan keterangan yang relevan dengan keperluan pengembangan peserta didik. Himpunan data perlu diselenggarakan secara berkelanjutan, sistematis, komprehensif terpadu dan sifatnya tertutup.
- c. Konferensi kasus, berguna untuk membahas permasalahan yang dialami oleh peserta didik dalam suatu forum pertemuan yang dihadiri oleh berbagai pihak yang diharapkan dapat memberikan bahan, keterangan dan komitmen bagi terentaskannya permasalahan tersebut.
- d. Kunjungan rumah, yaitu untuk memperoleh data, keterangan, kemudahan dan komitmen bagi terentaskannya permasalahan peserta didik melalui kunjungan kerumahnya.
- e. Alih tangan kasus. Yaitu kegiatan pendukung bimbingan dan konseling untuk mendapatkan penanganan yang lebih tepat dan tuntas atas masalah yang dialami peserta didik dengan memindahkan penanganan kasus dari satu pihak ke pihak lainnya.

G. Ruang Lingkup Bimbingan Belajar

Ruang lingkup Bimbingan belajar yang didalamnya perlu memiliki pembahasan yang mendalam ke 4 ruang lingkup itu adalah:

1. Perkembangan pribadi dan penyesuaian diri dalam belajar
 - a. Berkaitan dengan pemahaman tentang kemampuan diri.
 - b. Aktualisasi terhadap kemampuan dan potensi minat diri sendiri.
 - c. Menghilangkan sikap yang kurang baik dalam belajar.
 - d. Mengarahkan diri secara efektif dan efisien dalam belajar.
2. Kemampuan dalam pendidikan dan penjurusan
 - a. Memilih studi lanjut sesuai dengan kemampuan
 - b. Memilih studi lanjut sesuai dengan minat
 - c. Memilih studi lanjut sesuai dengan kondisi
3. Perkembangan dalam belajar
 - a. Informasi mengenai kesuksesan belajar
 - b. Informasi mengenai belajar efisien
 - c. Informasi mengenai faktor pendukung dan penghambat dalam belajar
 - d. Informasi mengenai hambatan-hambatan dalam belajar
4. Penelitian yang berkaitan dengan belajar siswa
 - a. Melakukan penelitian terhadap siswa di sekolah yang berkaitan dengan banyak variabel (prestasi, motivasi, minat, masalah dan cara penyelesaiannya)
 - b. Peningkatan pembelajaran dengan berbagai metode.

BAB 3

PARADIGMA BARU DALAM PENDIDIKAN DAN BELAJAR

A. Pengertian Paradigma Pembelajaran

Secara etimologis, kata paradigma berasal dari bahasa Yunani yang berarti suatu model, teladan, arketif dan ideal. Sedangkan secara terminologis, arti paradigma adalah konstruk berpikir berdasarkan pandangan yang menyeluruh dan konseptual terhadap suatu masalah dengan menggunakan teori formal, eksperimentasi dan metode keilmuan yang terper-caya. Yang kedua adalah pengertian pembelajaran. Pembelajaran merupakan proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar agar proses perolehan ilmu dan pengetahuan dapat membentuk sikap dan perilaku peserta didik. Paradigma pembelajaran ini dapat berubah menurut sistem pembelajaran yang terus berkembang, sehingga ada yang menyebutkan ada paradigma lama dan paradigma alternatif dalam pembelajaran.

B. Paradigma Lama Pembelajaran

Paradigma lama dalam pembelajaran yaitu pembelajaran tradisional yang merupakan pembelajaran di mana secara umum pusat pembelajaran pada guru. Jadi di sini guru berperan sebagai pengajar yang cenderung aktif di mana siswa hanyalah sebagai objek dari pendidikan. Sistem pembelajaran tradisional dicirikan dengan bertemunya antara pelajar dan pengajar untuk melakukan proses belajar mengajar. Metode ini menghadapi kendala yang berkaitan dengan keterbatasan tempat dan waktu penyelenggaraan dengan semakin meningkatnya aktifitas pelajar/mahasiswa dan pengajar/dosennya.

Pendekatan atau model pembelajaran tradisional cenderung berasumsi bahwa siswa memiliki kebutuhan yang sama dan belajar dengan cara yang sama, pada waktu yang sama, dalam ruang kelas yang tenang, dengan kegiatan materi pelajaran yang terstruktur secara ketat dan didominasi oleh guru. Dengan demikian perubahan siswa dalam paradigma ini adalah perubahan tingkah laku saja. Oleh karena itu perlu adanya paradigma baru pembelajaran yang sesuai dengan perkembangan anak.

C. Paradigma Alternatif Pembelajaran

Paradigma alternatif pembelajaran adalah model pembelajaran yang dapat dijadikan suatu pengganti model pembelajaran yang lama, dimana model pembelajaran ini diperlukan untuk menata dan mengatur kembali model pembelajaran lama yang hanya mengedepankan perubahan tingkah laku pada siswa. Paradigma alternatif ini mendorong adanya paradigma baru yang saat ini dibutuhkan untuk memperbaiki paradigma lama dalam pembelajaran.

1. Perlunya Paradigma Baru Pendidikan

Untuk membangun masyarakat terdidik, masyarakat yang cerdas, maka mau tidak mau harus merubah paradigma dan sistem pendidikan. Maka yang perlu dilakukan sekarang menata kembali sistem pendidikan yang ada dengan paradigma baru yang lebih baik. Dengan paradigma baru, praktik pembelajaran akan digeser menjadi pembelajaran yang lebih bertumpu pada teori kognitif dan konstruktivitas.

Dalam proses pembelajaran misalnya, pengembangan suasana kesetaraan melalui komunikasi dialog transparan, toleran, dan tidak arogan seharusnya terwujud di dalam aktivitas pembelajaran, pengembangan potensi-potensi siswa harus dilakukan secara menyeluruh dan terpadu. Guru memegang peranan startegi terutama dalam upaya membentuk membentuk watak bangsa melalui pengembangan kepribadian dan nilai-nilai yang diinginkan.

2. Pembelajaran Sebagai dimensi belajar

Aktivitas belajar berada dalam suasana yang aktif dan dinamis untuk meraih sesuatu yang baru. Dalam kaitan dengan pembentukan karakter—cerdas, sesuatu yang baru adalah hal-hal yang tinggi terhadap potensi manusia seutuhnya. Hal-hal yang menjadi hasil belajar berdimensi lima yaitu :

- a. Dimensi tahu, dari tidak tahu menjadi tahu.
- b. Dimensi bisa, dari tidak bisa menjadi bisa
- c. Dimensi mau, dari tidak mau menjadi mau
- d. Dimensi biasa, dari yang tidak biasa menjadi biasa
- e. Dimensi syukur dan ikhlas, dari tidak bersyukur dan ikhlas menjadi bersyukur dan ikhlas. (Prayitno dkk. 2015 : 58)

3. Pembelajaran sebagai pilar Utama

Komisi Pendidikan untuk abad XXI (Unesco 1996: 85) melihat bahwa hakikat pendidikan sesungguhnya adalah belajar (learning). Selanjutnya dikemukakan bahwa pendidikan bertumpu pada 4 pilar, yaitu :

- a. *Learning to know* adalah upaya memahami instrumen-instrumen pengetahuan baik sebagai alat maupun sebagai tujuan.
- b. *Learning to do* lebih ditekankan pada bagaimana mengajarkan anak-anak untuk mempraktikkan segala sesuatu yang telah dipelajarinya.
- c. *Learning to live together, learning to live with other*, pada dasarnya adalah mengajarkan, melatih, dan membimbing peserta didik agar mereka dapat menciptakan hubungan melalui komunikasi yang baik.
- d. *Learning to be*, pendidikan hendaklah mampu memberikan kontribusi untuk perkembangan seutuhnya setiap orang, jiwa dan raga, intelegensi kepekaan, rasa etika, tanggung jawab pribadi, dan nilai-nilai spiritual.

Dari keempat pilar tersebut merupakan misi dan tanggung jawab yang harus diemban oleh pendidikan. Melalui kegiatan belajar mengetahui, belajar berbuat, belajar hidup bersama dan belajar menjadi seorang atau belajar menjadi diri sendiri yang didasari keinginan secara sungguh-sungguh maka akan semakin luas wawasan seseorang tentang pengetahuan, tentang nilai-nilai positif, tentang orang lain serta tentang berbagai dinamika perubahan yang terjadi.

4. 10 Mega Tren Dalam Pembelajaran

Pembelajaran dari waktu ke waktu selalu mengalami perkembangan. Demikian juga dengan cara perkembangan berfikir. Oleh karena itu kita mengenal 10 megatrend dalam pendidikan. (Endang Abutarya. 2007)

- a. Belajar melalui kehidupan kita
- b. Belajar dalam organisasi, institusi, asosiasi, jaringan.
- c. Belajar berfokus pada kehidupan nyata
- d. Belajar dengan seluruh kemampuan otak
- e. Belajar bersama
- f. Belajar melalui multi media, teknologi, format, dan gaya

- g. Belajar langsung dari berpikir
- h. Belajar melalui pengajaran/ pembelajaran
- i. Belajar melalui sistem pendidikan kita yang akan berubah cepat (atau lambat) untuk membantu belajar sepanjang hayat
- j. Belajar bagaimana belajar

D. Paradigma Konstruktivisme Dalam Pembelajaran

Konstruktivisme merupakan proses pembelajaran yang menerangkan bagaimana pengetahuan disusun dalam diri manusia. Unsur-unsur konstruktivisme telah lama dipraktekkan dalam proses belajar dan pembelajaran baik di tingkat sekolah dasar, menengah, maupun universitas, meskipun belum jelas terlihat. Berdasarkan faham konstruktivisme, dalam proses belajar mengajar, guru tidak serta merta memindahkan pengetahuan kepada peserta didik dalam bentuk yang serba sempurna. Dengan kata lain, peserta didik harus membangun suatu pengetahuan itu berdasarkan pengalamannya masing-masing.

Pembelajaran adalah hasil dari usaha peserta didik itu sendiri. Pola pembinaan ilmu pengetahuan di sekolah merupakan suatu skema, yaitu aktivitas mental yang digunakan oleh peserta didik sebagai bahan mentah bagi proses renungan dan pengabstrakan. Fikiran peserta didik tidak akan menghadapi kenyataan dalam bentuk yang terasing dalam lingkungan sekitar. Realita yang diketahui peserta didik adalah realita yang dia bina sendiri.

Peserta didik sebenarnya telah mempunyai satu set idea dan pengalaman yang membentuk struktur kognitif terhadap lingkungan mereka. Untuk membantu peserta didik dalam membina konsep atau pengetahuan baru, guru harus memperkirakan struktur kognitif yang ada pada mereka. Apabila pengetahuan baru telah disesuaikan dan diserap untuk dijadikan

sebagian daripada pegangan kuat mereka, barulah kerangka baru tentang sesuatu bentuk ilmu pengetahuan dapat dibina.

Dalam konstruktivisme, fungsi guru akan berubah. Perubahan akan berlaku dalam teknik pengajaran dan pembelajaran, penilaian, penelitian dan cara melaksanakan kurikulum. Sebagai contoh, perspektif ini akan mengubah kaidah pengajaran dan pembelajaran yang menumpu kepada kemampuan peserta didik mencontoh dengan tepat apa saja yang disampaikan oleh guru, kepada kaidah pengajaran dan pembelajaran yang menumpu kepada kemampuan peserta didik dalam membina skema pengkonsepan berdasarkan pengalaman yang aktif. Ia juga akan mengubah tumpuan penelitian dari pembinaan model berdasarkan kaca mata guru kepada pembelajaran sesuatu konsep ditinjau dari kaca mata peserta didik. Oleh karena itu paradigma konstruktivisme dapat memberikan ruang bagi siswa untuk membentuk konsep tersendiri tentang gambaran materi yang diajarkan.

Tabel Perbedaan Antara Paradigma Lama dan Paradigma Baru Pembelajaran

Dimensi	Paradigma lama	Paradigma baru
Ruang lingkup pembelajaran	Disajikan secara terpisah, bagian perbaikan engan penekanan pada pencapaian keterampilan dasar	Disajikan secara utuh dengan penjelasan tentang keterkaitan antar bagian, dengan penekanan pada konsep-konsep utama
Kurikulum	Harus diikuti sampai habis	Pertanyaan dan konstruksi jawaban

		siswa adalah penting
Kegiatan pembelajaran	Berdasarkan buku teks yang sudah ditentukan	Berdasarkan beragam sumber informasi primer dan materi-materi yang dapat dimanipulasi langsung oleh siswa
Kedudukan siswa	Dilihat sebagai sumber kosong tempat ditumpukannya semua pengetahuan dari guru	Siswa dilihat sebagai pemikir yang mampu menghasilkan teori-teori tentang dunia dan kehidupan
Sistem guru	Guru mengajar dan menyebarkan informasi keilmuan kepada siswa	Guru bersikap interaktif dalam pembelajaran, menjadi fasilitator dan mediator bagi siswa
Penyelesaian masalah pembelajaran	Selalu mencari jawaban yang benar untuk memvalidasi proses belajar siswa	Guru mencoba mengerti persepsi siswa agar dapat melihat pola pikir siswa dan apa yang diperoleh siswa untuk pembelajaran selanjutnya
Penilaian proses pembelajaran	Merupakan bagian terpisah dari pembelajaran dilakukan hampir selalu dalam bentuk tes atau ujian	Merupakan bagian internal dalam pembelajaran, dilakukan melalui observasi guru terhadap hasil

		kerja melalui pameran kerja siswa dan portopolio
Aktivitas belajar siswa	Siswa lebih banyak belajar sendiri	Lebih banyak belajar dalam kelompok

E. Esensi Belajar dan Ciri-Ciri Perubahan Perilaku Hasil Belajar

Menurut Vista dan Thompson, belajar adalah perubahan tingkah laku yang relative menetap sebagai hasil pengalaman. Maka dari pendapat para ahli pendidikan seperti tersebut diatas dapat disimpulkan bahwa “belajar adalah suatu proses kegiatan atau usaha yang dilakukan oleh seseorang secara sadar dalam berinteraksi dengan lingkungannya sehingga diperoleh kecakapan-kecakapan yang baru yang mengakibatkan terjadinya perubahan tingkah laku didalam dirinya berupa pengetahuan, sikap dan keterampilan. (Abdorrahman., 2010 : 42)

Belajar dimanifestasikan dengan adanya perubahan tingkah laku, yaitu tingkah laku yang dapat diamati (*observable behavior*). Perubahan di sini menyangkut perubahan afektif, kognitif & psikomotor. Perubahan tingkah laku tersebut mungkin tidak aktual, tetapi potensial saja.

- a. Perubahan tersebut sifatnya relatif permanen, yaitu bertahan cukup lama, tetapi juga tidak menetap terus menerus, bisa berubah lagi dalam proses belajar selanjutnya.
- b. Perubahan tingkah laku tersebut merupakan hasil dari pengalaman atau latihan, terjadinya perubahan karena adanya unsur usaha atau pengaruh dari luar.
- c. Perubahan tersebut tidak harus segera nampak mengikuti pengalaman belajar itu. Perubahan dari hasil belajar itu tidak harus nampak pada saat itu juga, tapi dapat nampak pada saat lain.

- d. Pengalaman/latihan tersebut mengandung sesuatu yang memperkuat (reinforcement). Berarti respon yang memperoleh reinforcement-lah yang lebih dipelajari.

F. Ciri-Ciri dari Perubahan Tingkah Laku

Dari beberapa pengertian belajar tersebut diatas, kata kunci dari belajar adalah perubahan tingkah laku. Terbentuknya perilaku dapat terjadi karena proses kematangan dan dari proses interaksi dengan lingkungan. Proses interaksi dengan lingkungan inilah inilah yang paling besar pengaruhnya terhadap perilaku manusia. Terbentuknya dan perubahan perilaku karena proses interaksi antara individu dengan lingkungan ini melalui suatu proses yakni proses belajar.

Oleh sebab itu, perubahan perilaku dan proses Belajar Sebagai Perubahan Tingkah Laku belajar itu sangat erat kaitannya. Perubahan perilaku merupakan hasil dari proses belajar. Dalam hal ini, Moh Surya (1997) mengemukakan ciri-ciri dari perubahan tingkah laku, yaitu :

1. Perubahan yang Disadari dan Disengaja (Intensional).

Perubahan perilaku yang terjadi merupakan usaha sadar dan disengaja dari individu yang bersangkutan. Begitu juga dengan hasil-hasilnya, individu yang bersangkutan menyadari bahwa dalam dirinya telah terjadi perubahan, misalnya pengetahuannya semakin bertambah atau keterampilannya semakin meningkat, dibandingkan sebelum dia mengikuti suatu proses belajar. Misalnya, seorang mahasiswa sedang belajar tentang psikologi pendidikan. Dia menyadari bahwa dia sedang berusaha mempelajari tentang Psikologi Pendidikan. Begitu juga, setelah belajar Psikologi Pendidikan dia menyadari bahwa dalam dirinya telah terjadi perubahan perilaku, dengan memperoleh sejumlah pengetahuan, sikap dan keterampilan yang berhubungan dengan Psikologi Pendidikan.

2. Perubahan Yang Berkesinambungan (Kontinyu).

Bertambahnya pengetahuan atau keterampilan yang dimiliki pada dasarnya merupakan kelanjutan dari pengetahuan dan keterampilan yang telah diperoleh sebelumnya. Begitu juga, pengetahuan, sikap dan keterampilan yang telah diperoleh itu, akan menjadi dasar bagi pengembangan pengetahuan, sikap dan keterampilan berikutnya. Misalnya, seorang mahasiswa telah belajar Psikologi Pendidikan tentang “Hakekat Belajar”. Ketika dia mengikuti perkuliahan “Strategi Belajar Mengajar”, maka pengetahuan, sikap dan keterampilannya tentang “Hakekat Belajar” akan dilanjutkan dan dapat dimanfaatkan dalam mengikuti perkuliahan “Strategi Belajar Mengajar”.

3. Perubahan Yang Fungsional.

Setiap perubahan perilaku yang terjadi dapat dimanfaatkan untuk kepentingan hidup individu yang bersangkutan, baik untuk kepentingan masa sekarang maupun masa mendatang. Contoh: seorang mahasiswa belajar tentang psikologi pendidikan, maka pengetahuan dan keterampilannya dalam psikologi pendidikan dapat dimanfaatkan untuk mempelajari dan mengembangkan perilaku dirinya sendiri maupun mempelajari dan mengembangkan perilaku para peserta didiknya kelak ketika dia menjadi guru.

4. Perubahan Yang Bersifat Positif.

Perubahan perilaku yang terjadi bersifat normatif dan menunjukkan ke arah kemajuan. Misalnya, seorang mahasiswa sebelum belajar tentang Psikologi Pendidikan menganggap bahwa dalam dalam Prose Belajar Mengajar tidak perlu mempertimbangkan perbedaan-perbedaan individual atau perkembangan perilaku dan pribadi peserta didiknya, namun setelah mengikuti pembelajaran Psikologi Pendidikan, dia memahami dan berkeinginan untuk menerapkan prinsip-prinsip perbedaan

individual maupun prinsip-prinsip perkembangan individu jika dia kelak menjadi guru.

5. Perubahan Yang Bersifat Aktif.

Untuk memperoleh perilaku baru, individu yang bersangkutan aktif berupaya melakukan perubahan. Misalnya, mahasiswa ingin memperoleh pengetahuan baru tentang psikologi pendidikan, maka mahasiswa tersebut aktif melakukan kegiatan membaca dan mengkaji buku-buku psikologi pendidikan, berdiskusi dengan teman tentang psikologi pendidikan dan sebagainya.

6. Perubahan Yang Bersifat Pemanen.

Perubahan perilaku yang diperoleh dari proses belajar cenderung menetap dan menjadi bagian yang melekat dalam dirinya. Misalnya, mahasiswa belajar mengoperasikan komputer, maka penguasaan keterampilan mengoperasikan komputer tersebut akan menetap dan melekat dalam diri mahasiswa tersebut.

7. Perubahan Yang Bertujuan Dan Terarah.

Individu melakukan kegiatan belajar pasti ada tujuan yang ingin dicapai, baik tujuan jangka pendek, jangka menengah maupun jangka panjang. Misalnya, seorang mahasiswa belajar psikologi pendidikan, tujuan yang ingin dicapai dalam jangka pendek mungkin dia ingin memperoleh pengetahuan, sikap dan keterampilan tentang psikologi pendidikan yang diwujudkan dalam bentuk kelulusan dengan memperoleh nilai A. Sedangkan tujuan jangka panjangnya dia ingin menjadi guru yang efektif dengan memiliki kompetensi yang memadai tentang Psikologi Pendidikan. Berbagai aktivitas dilakukan dan diarahkan untuk mencapai tujuan-tujuan tersebut. (Daryanto, 2010 : 4)

8. Perubahan Perilaku Secara Keseluruhan.

Perubahan perilaku belajar bukan hanya sekedar memperoleh pengetahuan semata, tetapi termasuk memperoleh pula perubahan dalam sikap dan keterampilannya. Misalnya, mahasiswa belajar tentang “Teori-Teori Belajar”, disamping memperoleh informasi atau pengetahuan tentang “Teori-Teori Belajar”, dia juga memperoleh sikap tentang pentingnya seorang guru menguasai “Teori-Teori Belajar”. Begitu juga, dia memperoleh keterampilan dalam menerapkan “Teori-Teori Belajar”.[]

BAB 4

BENTUK-BENTUK LAYANAN BK BELAJAR

A. Sifat Layanan Bimbingan Belajar

Masalah bimbingan dan konseling mengacu pada situasi masa pemberian bantuan yang dilihat dari segi proses penampakan hal atau kesulitan yang dihadapi murid. Dengan kata lain pemberian bantuan dapat dilakukan sebelum ada kesulitan, selama ada kesulitan, dan setelah ada kesulitan yang dihadapi murid. Menurut Andi Mapiere, Sifat bimbingan dapat dibagi menjadi empat yaitu: Pencegahan (*preventive*), Pengembangan (*development*), Penyembuhan, dan Pemeliharaan

Sifat bimbingan menurut Andi Mapiere dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Pencegahan (*preventive*) yaitu pemberian bantuan (terutama) kepada murid, sebelum murid menghadapi kesulitan atau persoalan yang serius.
2. Pengembangan (*development*) yaitu usaha bantuan yang diberikan pada murid dengan mengiringi 'perkembangan mentalnya; yang dimaksudkan terutama untuk menetapkan

jalan berfikir dan bertindak nya murid sehingga dapat berkembang secara optimal.

3. Penyembuhan (*curative*) yaitu usaha bantuan yang diberikan pada murid selama atau setelah murid mengalami persoalan serius, dengan maksud agar murid agar terbebas dari kesulitan.
4. Pemeliharaan (*Treatment*) yaitu usaha bantuan yang dimaksudkan terutama untuk memupuk dan mempertahankan kesehatan mental murid yang bersangkutan bertahan dalam kesembuhan, setelah menjalani proses penyembuhan.

Dari keempat sifat bimbingan tersebut di atas, satu dengan yang lainnya sangat berbeda, dalam penggunaannya yang luas. Hafi Anshari membagi bimbingan menjadi dua bentuk bimbingan yaitu :

- a. Sifat bimbingan yang preventif: (1) tata tertib; (2) menanamkan kedisiplinan; (3) memberikan motivasi; (4) memberikan nasehat;
- b. Sifat bimbingan yang kuratif: (1) pemberitahuan; (2) peringatan; (3) hukuman; (4) ganjaran; (Mapiere, 1989:211)

Secara spisikis dapat dikemukakan bahwa peranan dari bimbingan dan konseling dalam lembaga pendidikan adalah memberikanbantuan kepada siswa yang mempunyai permasalahan untuk dibimbing agar siswa tersebut mampu menyelesaikan kesulitan yang dihadapi baik pada saat sekarang maupun pada masa yang akan datang. Tugas tersebut tidaklah ringan dan semudah yang dibayangkan, apalagi jika dikaitkan dengan adanya gejala menurunnya aktivitas belajar siswa.

Menurut Hanafi Anshari bantuan atau bimbingan yang diberikan kepada siswa ada dua macam yaitu : bimbingan yang bersifat preventif (pencegahan) dan bimbingan yang bersifat kuratif (penyembuhan)". (Anshari, 1991:67)

1. Sifat Bimbingan yang Preventif

Bimbingan yang bersifat preventif (pencegahan) adalah bantuan kepada siswa sebelum menghadapi kesulitan atau persoalan yang serius. Cara yang ditempuh bermacam-macam, antara lain : memelihara situasi yang baik dan menjaga situasi itu agar tetap baik. Dalam hal ini hubungan siswa dengan guru dan staf yang lain harus dijaga sebaik mungkin. Saling mengerti kedudukannya sehingga satu dengan yang lainnya tidak saling membenci. Demikian juga guru dalam menyampaikan materi harus disesuaikan dengan keadaan anak. Minat anak dan guru berusaha semaksimal mungkin menimbulkan semangat anak agar tidak merasa bosan terhadap guru dan materi yang diberikan.

Adapun bimbingan yang bersifat pencegahan adalah tata tertib, menanamkan kedisiplinan, memberikan motivasi, dan memberikan nasehat. (Anshari, 1991:67)

a. Tata Tertib

Tata tertib adalah beberapa peraturan yang harus ditaati dalam situasi atau dalam suatu tata kehidupan tertentu. Peraturan tersebut dalam hal ini dapat berbentuk tulisan atau tidak tertulis. Yang tertulis misalnya tata tertib antara guru dengan murid, tata tertib pergaulan dan sebagainya.

b. Menanamkan kedisiplinan

Disiplin adalah merupakan suatu sikap mental yang dengan kesadaran dan keinsafannya mematuhi terhadap perintah-perintah atau larangan yang ada terhadap suatu hal. Karena mengerti betul-betul tentang pentingnya dan larangan tersebut.

Karena itu disiplin harus ditanamkan dalam sanubari anak. Menurut Hafi Anshari untuk menanamkan kedisiplinan pada anak dapat diusahakan dengan jalan: pembiasaan, dengan contoh dan teladan, dengan penyadaran dan dengan pengawasan atau kontrol. (Anshari, 1991:68)

1. Dengan Pembiasaan

Anak dibiasakan untuk melakukan sesuatu dengan baik, tata tertib dan teratur, misalnya berpakaian yang rapi, masuk dan keluar kelas harus dengan ijin guru, harus memberi salam dan sebagainya.

2. Dengan contoh dan teladan

Suri tauladan yang baik perlu mendapatkan perhatian yang sesungguhnya dari guru. Untuk itulah guru harus lebih dahulu memberikan contoh dengan perbuatan yang baik, sebab kalau tidak maka dikalangan murid akan timbul semacam protes tentang keadaan tersebut sehingga akan menimbulkan rasa tidak senang, iri hati dan tidak ikhlas. Perbuatan baik itu dikerjakan oleh murid hanya karena keterpaksaan.

3. Dengan penyadaran

Disamping adanya pembiasaan, contoh dan teladan, maka anak semakin kritis ingin mengerti tentang arti peraturan atau larangan yang ada. Maka kewajiban para guru untuk memberikan penjelasan, alasan yang dapat diterima dengan baik oleh pikiran anak. Sehingga dengan demikian timbul kesadaran anak tentang adanya perintah yang harus dikerjakan dan larangan-larangan yang harus ditinggalkan.

4. Dengan pengawasan atau kontrol

Bahwa kepatuhan anak terhadap peraturan atau tata tertib mengenal juga adanya situasi tertentu yang mempengaruhi terhadap anak. Adanya kemungkinan anak nyeleweng atau tidak mematuhi tata tertib maka perlu diadakan pengawasan yang intensif terhadap situasi yang tidak diinginkan yang akibatnya akan merugikan keseluruhan.

c. Memberi motivasi

Memberikan motivasi disini lebih ditekankan pada pembentukan akhlaq yang baik, yang mana akhlaq merupakan

keseluruhan dari gerak hidup manusia. Dalam hal ini Sardiman AM mengemukakan pendapatnya: Istilah motivasi banyak digunakan diberbagai bidang dan situasi dalam hal ini tidak akan dikemukakan motivasi dalam bidang dan motivasi dalam pembentukan akhlaq siswa. (Sardiman, 1987:93)

d. Memberikan Nasehat dalam Bahasa Indonesia.

Kata nasehat diartikan sebagai ajaran atau pelajaran yang baik. Namun suatu nasehat sudah barang tentu mesti timbul dari hati nurani yang bersih dan murni. Dengan tulus hati dengan kepentingan dan kebaikan yang dinasehati. Pemberian nasehat dapat dilakukan dengan memberikan jalan untuk kebahagiaan hidup didunia dn kebahagiaan akherat. Mengingat mereka dengan yang halus dan yang lembut serta memberikan peringatan mengenai kelalaian mereka terhadap kewajiban sebagai makhluk individu maupun makhluk sosial.

2. Sifat Bimbingan yang Kuratif (Penyembuhan)

Bimbingan yang bersifat kuratif yaitu uasaha bantuan yang diberikan pada murid selama atau setelah murid mengalami persoalan serius. Dengan maksud utama agar murid yang bersangkutan terbebaskan dari kesulitan.

Dalam rangka pemberian bantuan yang diberikan secara sistimatis kepada klien digunakan berbagai langkah dan tehnik agar orang yang bersangkutan mampu untuk memecahkan segala problem yang dihadapi, apakah itu yang bersifat pribadi yang mengganggu perasaan, frustasi dan menghadapi untuk menentukan pilihan yang tepat sesuai dengan kemampuannya.

Bimbingan yang bersifat kuratif berupa pemberitahuan, peringatan, hukuman dan ganjaran. (Anshari, 1991:67)

a. Pemberitahuan yaitu memberikan informasi kepada anak terhadap sesuatu hal yang kurang baik karena hal itu mengganggu jalannya proses pendidikan. Pemberitahuan ini

diberikan kepada anak yang belum tahu misalnya seorang anak yang memberikan sesuatu kepada gurunya dengan tangan kirinya. Hal tersebut kemungkinan dilingkungan sekitarnya dan tidak ada yang memberitahukan bahwa hal itu, bukanlah anak yang bersangkutan langsung dimarahi.

- b. Peringatan, peringatan diberikan terhadap anak yang sudah berkali-kali melakukan pelanggaran dimana sebelumnya sudah diberi teguran dan biasanya peringatan itu disertai dengan ancaman apabila hal tersebut terulang kembali. Misalnya ada seorang anak yang berbuat nakal pada temannya beberapa kali, setelah ditegur juga dia masih melakukan, maka diberi peringatan dengan satu ancaman umpamanya kalau sampai melakukan lagi akan dikeluarkan dari sekolah.
- c. Hukuman, adalah tindakan yang paling akhir terhadap pelanggaran yang sudah berkali-kali dilakukan setelah diberitahukan, dan diperingati. Hukuman mempunyai arti dan nilai sebagai berikut:
 - (1) Hukuman sebagai akibat suatu pelanggaran
 - (2) Hukuman sebagai titik tolak agar tidak terjadi pelanggaran
- d. Ganjaran, adalah alat pendidikan represif yang bersifat menyenangkan. Ganjaran diberikan pada anak didik yang mempunyai prestasi tertentu dalam pendidikan, memiliki kerajinan dan tingkah laku yang baik. Sehingga dapat dijadikan contoh teladan bagi teman-temannya. Ganjaran itu dapat berupa pujian, penghormatan, hadiah dan tanda penghargaan.

Sesuai dengan sifat layanan bimbingan yaitu preventif, kuratif, development, maka pendekatan individual dan pendekatan kelompok kecil dipakai dalam rangka bimbingan kuratif atau penyembuhan, sedang pendekatan klasikal dan pendekatan kelompok besar dipakai untuk bimbingan preventif atau pencegahan dan development atau pengembangan.

3. Sifat bimbingan pengembangan (*developmental*)

Bimbingan pengembangan (*developmental*) merupakan bimbingan kepada individu yang sudah baik agar dapat mengembangkan potensi yang dimilikinya pada kegiatan yang lebih baik lagi. Bimbingan dan konseling dikatakan bersifat pengembangan apabila tujuan utamanya adalah mendampingi peserta didik supaya perkembangannya berlangsung seoptimal mungkin. Sesuai dengan yang dikemukakan oleh (Agus soejono 1980: 36) Potensi seseorang tidak sama dengan potensi yang dimiliki orang lain, orang lebih tajam pikirannya, atau lebih halus perasaan, atau lebih kuat kemauan atau lebih tegab, kuat badanya dari pada yang lain.

Bahwa potensi pada siswa aneka ragam, berbeda dan bervariasi. Potensi pada siswa satu dengan yang lain dalam satu jenis ada tinggi dan rendah. Potensi pada siswa ada dua jenis yaitu: 1. potensi jasmaniah (kebutuhan pangan) dan 2. Potensi rohaniah (cinta, sayang, agama dan perhatian dan kepribadian sehat). Pengembangan potensi peserta didik yaitu :

- a. Pengembangan pengetahuan pada usia belajar
- b. Menyeimbangkan antara anatara intelegensi dan emosi

Faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan potensi pada siswa yaitu :

- a. Pembawaan, pembawaan yang dibawa sejak lahir, ada anak yang pintar dan bodoh.
- b. Kematangan, pertumbuhan dan perkembangan siswa itu sangatlah berbeda-beda.
- c. Pembentukan, segala keadaan diluar diri siswa yang mempengaruhi perkembangan intelegensinya.
- d. Minat dan pembawaan yang khas, mengarah kepada perbuatan kepada suatu tujuan dan dorongan dari perbuatan (interaksi dengan orang lain).

- e. Kebebasan, siswa boleh memilih apa yang sesuai dengan kebutuhannya.

4. Sifat bimbingan pemeliharaan (*treatment*)

yaitu usaha bantuan yang dimaksudkan terutama untuk memupuk dan mempertahankan kesehatan mental murid yang bersangkutan bertahan dalam kesembuhan, setelah menjalani proses penyembuhan

Siswa yang sehat meantalnya maka ia dapat memnfaatkan potensi yang dimiliki sebaik mungkin, dan dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya, dapat berinteraksi dengan baik dengan keluarga, tetangga, teman, dan orang-orang yang ada di sekitarnya, apabila mendapat suatu masalah maka ia dapat mengatasinya dengan baik, tidak terlalu mendramatiser sehingga tidak menimbulkan ketegangan batin. Sebagaimana karakteristik kesehatan mental yang dinyatakan oleh WHO diantaranya:

- a. Mampu belajar dari pengalaman
- b. Mudah beradaptasi
- c. Lebih senang memberi daripada menerima
- d. Mempunyai rasa kasih sayang
- e. Memperoleh kesenangan dari hasil usahanya
- f. Menerima kekecewaan dan dijadikan pelajaran
- g. Berfikir positif

Sikun peribadi (1981) mengemukakan bahwa manifestasi dari jiwa yang sehat:

- a. Perasaan aman, bebas dari cemas
- b. Rasa harga diri yang mantap
- c. Spontanitas dan kehidupan emosi yang hangat dan terbuka
- d. Mempunyai keinginan dan sifat duniawi jasmani yang wajar dan mampu memuaskannya
- e. Dapat belajar mengalah dan merendahkan diri sederajat dengan orang lain

- f. Mampu menilai kelemahan dan kelebihan diri sendiri secara objektif
- g. Mampu melihat realitas sebagai realitas (tidak menghayal)
- h. Toleransi terhadap ketegangan atau stres dan tidak cepat panik dalam menghadapinya
- i. Integrasi dan kematapan dalam keperibadian
- j. Mempunyai tujuan hidup yang adekuat (positif dan konstruktif)
- k. Kemampuan belajar dari pengalaman
- l. Kemampuan menyesuaikan diri dalam batas-batas tertentu, dengan norma-norma kelompok
- m. Memiliki pendirian sendiri, dapat menilai baik-buruk kelompoknya.

Thorpe dalam Schneiders, (1964: 61) menyatakan mental yang tidak sehat :

- a. Perasaan yang tidak nyaman
- b. Perasaan tidak aman
- c. Kurang memiliki percaya diri
- d. Kurang mendapat kepuasan dalam berhubungan sosial
- e. Ketidakmatangan emosi
- f. Keperibadian terganggu
- g. Memiliki patologi dalam sistem syaraf.

Kesehatan mental merupakan ilmu yang bertujuan untuk membina jiwa yang sehat, berusaha mencegah timbulnya kepatahan jiwa, dan mencegah berbagai macam penyakit mental dan sebab-sebab timbulnya penyakit tersebut, dan mengusahakan penyembuhan dalam stadium permulaan. Jadi selain melakukan kegiatan preventif untuk mencegah timbulnya penyakit mental, juga berusaha kembali dalam menyembuhkan orang yang tengah terganggu kesehatannya.

Beberapa indikator masalah kesehatan mental yang terjadi pada anak dan remaja diantaranya:

1. Gangguan perasaan yang meliputi:
 - a. Perasaan sedih dan tidak berdaya
 - b. Perasaan tidak berharga
 - c. Sering marah marah dan bereaksi berlebihan terhadap sesuatu
 - d. Perasaan takut, cemas, dan khawatir yang berlebihan
 - e. Kurang bisa konsentrasi
 - f. Merasa bahwa kehidupan ini sangat berat
 - g. Perasaan pesimis menghadapi masa depan
2. Gangguan perilaku yang meliputi:
 - a. mengkonsumsi alkohol dan obat-obatan terlarang
 - b. suka mengganggu hak-hak orang lain atau melanggar hukum
 - c. melakukan suatu perbuatan yang dapat mengancam kehidupannya
 - d. secara kontinu melakukan diet atau obsesi untuk memiliki tubuh yang langsing.
 - e. Menghindar dari persahabatan atau sering menyendiri
 - f. Sering melamun
 - g. Sering menampilkan perilaku yang kurang baik atau kenakalan di sekolah.

Adapun bentuk-bentuk masalah yang sering terjadi di lingkungan sekolah diantaranya :

1. Melanggar aturan sekolah, sebagian dari anak-anak dan remaja kadang melanggar aturan sekolah dengan melanggar disiplinnya ada di sekolah tersebut, dalam bentuk keterlambatan yang berulang-ulang kali tanpa suatu alasan yang dapat diterima, berkeliling di sekolah dan masuk kelas setelah guru, meremehkan pakaian seragam dan melanggarnya, serta tidak memperhatikan kebersihan, tidak menghormati guru, dan bersikap negatif terhadap kativitas sekolah. Kesalahan-kesalahan tersebut disebabkan kurangnya

etika dan terkadang disebabkan hal lain, maka diperlukan hal yang mendalam untuk memahami hal tersebut.

2. Bolos sekolah. Pergaulan anak dengan teman temannya sangat memengaruhi perilaku anak dan remaja di sekolahnya, pergaulan yang buruk dapat menyebabkan anak melakukan perilaku yang tidak terpuji seperti bolos sekolah, beberapa faktor penyebab bolos sekolah ini diantaranya kerasnya sikap dalam sekolah, buruknya pergaulan dan hukuman yang terlalu berat, kelemahan absensi dan tidak adanya perhatian terhadap absensi, perasaan gagal dan tidak ada suri tauladan, bujukan dari teman teman yang buruk, dan kurangnya minat terhadap kemajuan belajar.
3. Terlambat belajar anak dan remaja banyak yang mengalami keterlambatan dalam belajar ini dapat disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya, faktor akal yakni kemampuan dia sendiri dalam memahami mata pelajaran, faktor kejiwaan seperti tidak percaya diri atau membenci mata pelajaran tertentu. Faktor jasmani, seperti menderita penyakit tertentu dan kurangnya energi, iklim keluarga yang tidak sesuai untuk mengikuti pelajaran, terjadi konflik keluarga, dan tidak adanya waktu untuk menenangkan jiwa.
4. Merasa bosan, remaja terkadang merasa bosan terhadap apa yang dilakukannya, karena mereka tidak mau merespon segala kegiatan yang pernah diresponnya ketikan masih kanak kanak, mereka tidak mengetahui dimana menemukan pemuasan keinginannya dan kecenderungan yang dirasakannya. Permasalahan tersebut dapat mempengaruhi prestasi studi sehingga mereka kurang percaya diri dan berusaha menjauh dari permasalahan kegiatan belajar.
5. Penolakan dan penentangan pada dasarnya remaja pada saat ini ingin meyakinkan orang orang bahwa ia kini sudah dewasa, karena orang orang memperlakukannya seperti anak

kecil. Tabiat remaja pada saat demikian adalah penolakan, hal ini sering terjadi terhadap orang-orang yang telah dewasa khususnya pada ibu karena ibu selalu menyertai dalam rentang waktu yang lama dan selalu memberi perintah pada saat kanak-kanak.

6. Suka selagi menyendiri kecenderungan remaja untuk berinteraksi dengan orang lain mencapai puncaknya pada masa anak-anak akhir, namun hal ini tidak berlangsung lama sampai ia menginjak masa baligh. Dalam waktu yang sangat singkat maka hikoang kecenderungan untuk berteman dengan orang lain dan menarik dirinya dari kelompok dan banyak menghabiskan waktu dalam kesendirian. Tidak seorang pun yang dapat menembus kesendirian kecuali orang-orang yang dianggap nyaman dan betul-betul dipercaya.
7. Melamun remaja banyak sekali menyenangkan khayalan, dan hal ini banyak memberikan jalan keluar bagi permasalahannya. Kezaliman yang ia khayalkan disebabkan perlakuan buruk yang dia peroleh dari orang-orang yang dewasa. Melamun dapat menjadi sumber penting bagi perubahan emosi dan pemuasan motivasinya lamunan lamunan mereka memiliki aspek yang buruk, semakin terjerembab dalam lamunan maka semakin jauh dari realitas dan adaptasi sosialnya yang semakin buruk.

B. Pendekatan Bimbingan Belajar

Bimbingan belajar di sekolah dapat dilakukan dengan pendekatan individual dan pendekatan kelompok. Yang dimaksud pendekatan individual adalah pendekatan yang dilakukan oleh seorang guru kepada seorang siswa. Pendekatan kelompok adalah pendekatan yang dilakukan oleh seorang guru kepada siswa yang jumlahnya lebih dari dua orang. Pendekatan kelompok ini dibedakan menjadi kelompok kecil (*small group*),

dan pendekatan kelompok besar, terdiri atas 50 orang atau lebih (Totok Santoso, 1988). Untuk jelasnya kita ikuti uraian berikut ini.

1. Bimbingan Individual

Bimbingan individual dalam belajar adalah suatu proses bantuan yang diberikan oleh seorang guru atau pembimbing kepada seorang siswa yang mengalami kesulitan belajar, agar siswa tersebut mampu memecahkan masalahnya. Bimbingan individual ini dilakukan atas pertimbangan bahwa kesulitan belajar yang dialami oleh siswa sifatnya khusus atau sudah berat sehingga memerlukan penyelesaian secara individual. Melalui pendekatan individual guru dapat memahami keadaan siswa secara mendalam tentang tingkat kesulitan yang dialami, serta kemampuan dan kelemahan yang dimiliki siswa. Dengan pemahaman ini, guru dapat memberikan bantuan atau bimbingan secara tepat. Kelemahan dari bimbingan individual adalah memakan waktu, tenaga, dan biaya yang lebih banyak dibanding dengan bimbingan kelompok.

2. Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok adalah suatu proses yang diberikan oleh seorang guru atau pembimbing kepada sekelompok siswa agar mereka dapat mengenal diri, menyesuaikan diri, dan mampu mengatasi masalah atau kesulitannya sehingga dapat mengembangkan diri secara maksimal. Bimbingan kelompok dilaksanakan atas pertimbangan adanya masalah yang relative sama pada sekelompok siswa, adanya kebutuhan siswa akan suasana kelompok sebagai realitas hakikat manusia sebagai makhluk sosial serta adanya kesulitan yang dialami siswa yang lebih tepat diselesaikan dalam suasana kelompok. Di dalam kelompok para siswa dapat mengadakan ubungan dan memperoleh informasi, tanggapan serta berbagai pendapat yang timbul selama berinteraksi. Suasana yang timbul dalam

kelompok merupakan media positif untuk mengembangkan pribadi seseorang. Dalam suatu kelompok para anggotanya harus saling menghargai, saling mengendalikan diri serta tenggang rasa. Situasi kelompok memungkinkan terjadinya tukar pengalaman yang memberikan pengertian kepada anggota kelompok bahwa masing-masing anggota memiliki masalah, dan di dalam kelompok mereka saling membantu memahami masalah atau kesulitan secara obyektif serta mencari pemecahannya. Dengan demikian bimbingan kelompok memberikan kesempatan kepada kelompok untuk belajar yang lebih luas, baik yang berkenaan dengan self-discovery, self direction, maupun yang berkenaan dengan adjustment. Bimbingan kelompok dapat dilaksanakan dalam bentuk layanan bimbingan yang bersifat informatif, preventif sampai yang bersifat kuratif remedial. Pelaksanaan bimbingan kelompok dapat dilakukan di dalam kelas, di perpustakaan, di laboratorium di lapangan atau dimana saja atas kesepakatan anggota kelompok.

Penyelenggaraan bimbingan kelompok belajar dapat diisi dengan berbagai kegiatan sebagai berikut:

1. Pemberian informasi.

Kegiatan pemberian informasi bertujuan untuk membantu siswa memperoleh gambaran atau pemahaman tentang suatu masalah. Seringkali kita jumpai para siswa melakukan suatu kesalahan sehingga mengalami kesulitan karena kurangnya informasi misalnya akibat kurang informasi siswa dapat salah dalam mengerjakan tugas, salah didalam belajar, salah didalam memilih jurusan atau program studi. Informasi merupakan suatu yang penting, oleh karena itu guru harus berusaha memberikan berbagai informasi yang dapat membantu siswa memperlancar kegiatan belajarnya.

Beberapa informasi yang diperlukan siswa dalam rangka meningkatkan prestasi belajar adalah:

- a. Cara belajar yang efektif,
- b. Cara belajar dan bekerja kelompok,
- c. Cara mempelajari buku,
- d. Cara mengerjakan tugas,
- e. Cara membuat karangan atau laporan
- f. Cara membagi waktu dan mengisi waktu senggang
- g. Informasi tentang kurikulum dan lanjutan studi.

Tujuan pemberian informasi ini adalah untuk meningkatkan motivasi dan minat belajar para siswa.

2. *Home room*

Kegiatan home room adalah suatu program pembimbingan siswa dengan cara menciptakan situasi atau hubungan bersifat kekeluargaan (Nana Sy. Sukmadinata, 1977) di SLTP dan SLTA program *home room* ini dikenal dengan sistem wali kelas. Dengan Program home room guru dapat lebih memahami siswa, karena terjalin hubungan yang lebih akrab antara guru atau wali kelas dengan para siswa. Dengan demikian guru mengetahui kebutuhan dan kesulitan yang dialami siswa. Pelaksanaan program home room ada dua macam yaitu home room dengan kelompok tetap dan home room dengan kelompok bertukar. Home room dengan kelompok tetap adalah kegiatan pembimbingan yang dilakukan oleh wali kelas. Dalam hal ini guru yang menjadi wali kelas tersebut harus mengatur pertemuan rutin dengan para siswanya yang berlangsung dalam suasana kekeluargaan. Misalnya setiap minggu diadakan pertemuan antara wali kelas dengan siswa dimana para siswa dapat mengutarakan kesulitannya, pendapatnya, rencana kegiatannya dan wali kelas membantu memberi pertimbangan atau jalan keluarnya. Home room dengan kelompok bertukar adalah suatu pembimbingan yang dilakukan oleh guru home room secara bergilir sesuai dengan kebutuhan siswa. Jadi dalam home room dengan kelompok bertukar ini guru home room

harus khusus artinya memiliki pengetahuan, informasi dan keterampilan yang cukup sesuai dengan spesialisasinya. Bantuan yang diberikan dalam kegiatan home room antara lain:

- a. Kebiasaan sehari-hari tentang belajar, bekerja
- b. Cara-cara belajar seperti cara mempelajari buku, membuat rangkuman, karangan membaca kamus
- c. Masalah kelanjutan studi, pekerjaan, cita-cita.

Guru yang menjalankan program homeroom ini adalah guru yang benar-benar sudah matang dan harus bisa memahami dan jujur dengan murid-murid disamping memahami perkembangan diri murid dengan baik.

Tujuan Homeroom berpusat kepada siswa yang bermasalah dan dilaksanakan dengan tujuan untuk memberi ruang atau membuka hubungan antara guru dengan murid di luar hubungan yang berkaitan dengan akademik. Dalam hal ini yang diutamakan adalah perkembangan dan pertumbuhan diri murid dengan memberikan peluang kepada individu (murid) untuk mau membuka isi hati mereka (terbuka) dan lebih dekat (akrab) dengan guru (Ada seorang dewasa yang boleh didekati dan dijadikan tempat untuk meluapkan perasan, pengharapan, motivator yang baik).

Di bawah ini merupakan contoh dari beberapa aktivitas yang dapat dilakukan seorang guru kepada muridnya ketika melaksanakan program homeroom, yaitu :

1. Mengenali potensi murid.
2. Focus kepada potensi murid yang dapat ditingkatkan dan difungsikan secara tepat.
3. Membantu murid dalam meningkatkan potensinya.
4. Memberikan peluang kepada murid agar murid mendapatkan pengalaman sebagai individu yang berguna dan dapat mencapai perkembangan diri yang optimal..

5. Mengarahkan murid ke arah yang lebih baik agar murid dapat memahami dan menjalani hubungan yang baik antar individu dengan individu, maupun individu dengan kelompok.

Homeroom dilaksanakan pada saat peserta didik membutuhkan/memerlukan bantuan dalam memecahkan dan menyelesaikan masalahnya sendiri melalui media kelompok dengan suasana kekeluargaan.

Program ini dilaksanakan di luar jam pelajaran dengan menciptakan kondisi sekolah atau kelas seperti di rumah sehingga tercipta kondisi yang bebas dan menyenangkan. Dengan kondisi tersebut siswa dapat mengutarakan perasaannya seperti di rumah sehingga timbul suasana keakraban.

3. Diskusi

Diskusi adalah kegiatan untuk bertukar pendapat tentang suatu melalui percakapan lisan. Kegiatan diskusi tepat untuk pemecahan masalah, karena dengan diskusi dapat diperoleh suatu keputusan sebagai hasil kegiatan kelompok. Apabila kegiatan diskusi bertujuan memecahkan masalah, maka tugas para peserta diskusi adalah mengadakan perumusan yang sistematis dengan menganalisis dan mengambil kemungkinan pemecahan yang dapat disetujui oleh semua anggota. Selain untuk pemecahan masalah kegiatan diskusi dapat pula untuk pencerahan atau memperjelas suatu masalah dengan cara bertukar pikiran dan bertukar informasi antar peserta. Agar kegiatan diskusi dapat berhasil diperlukan sikap yang obyektif dan sikap saling menghargai antar pribadi orang lain dari para peserta diskusi. Oleh karena itu guru pembimbing harus selalu memberi dorongan agar dalam diskusi dapat berlangsung pembicaraan yang demokratis serta menciptakan suasana yang memungkinkan intraksi yang bebas, kreatif, dan kritis. Hal-hal yang perlu diperhatikan dalam pelaksanaan diskusi adalah:

- a. Peserta diskusi terdiri atas pimpinan, sekretaris, dan anggota yang mempunyai tugas masing-masing. Tugas pimpinan diskusi adalah mempersiapkan pelaksanaan diskusi, meng-efektifkan jalannya diskusi, melindungi hak anggota untuk menyampaikan pendapatnya, dan mengakhiri diskusi. Tugas sekretaris adalah mencatat jalannya diskusi, mencatat pendapat, usul, dan keputusan yang diambil dalam diskusi. Tugas anggota adalah berpartisipasi dalam memecahkan masalah dengan cara mengutarakan pendapat, meminta keterangan, mengajukan usul-usul.
- b. Menjaga diskusi untuk berada pokok permasalahan, artinya jangan sampai pembahasan menyimpang dari permasalahannya.
- c. Hasil diskusi harus merupakan perumusan bersama
- d. Selesai diskusi harus dibuat laporan

Kelebihan dalam diskusi sebagai bentuk pendekatan dalam bimbingan kelompok adalah:

- a. Diskusi dapat merangsang siswa untuk lebih kreatif, khususnya dalam memberikan gagasan dan ide-ide.
- b. Dapat melatih untuk membiasakan diri bertukar pikiran dalam mengatasi setiap permasalahan.
- c. Dapat melatih siswa untuk dapat mengemukakan pendapat atau gagasan secara verbal.
- d. Diskusi juga bisa melatih siswa untuk menghargai pendapat orang lain.
- e. Menyadarkan anak didik bahwa masalah dapat dipecahkan dengan berbagai jalan, tidak hanya satu jalan.
- f. Melalui diskusi, masalah diselesaikan dengan keputusan bersama.
- g. Dengan adanya interaksi bertukar pikiran antara peserta, tentu akan memperluas wawasan.

- h. Terjadi komunikasi dua arah dalam diskusi tersebut, sehingga seluruh peserta diskusi dapat aktif.
- i. Mengembangkan motivasi untuk belajar lebih lanjut.
- j. Siswa dapat belajar menilai kemampuan dan peranan diri sendiri maupun teman-temannya.
- k. Membina suatu perasaan tanggung jawab mengenai suatu pendapat, kesimpulan, atau keputusan yang akan atau telah diambil.
- l. Mendidik anak untuk berpikir matang sebelum berbicara atau tidak asal bicara.

4. Belajar dan bekerja kelompok

Belajar kelompok dan bekerja kelompok adalah suatu kegiatan menyelesaikan tugas yang dilakukan secara bersama-sama oleh sekelompok individu. Dalam belajar kelompok siswa diarahkan untuk melakukan kegiatan belajar dengan mengolah, menganalisis, mensintesis dan memecahkan masalah secara bersama oleh kelompok. Antara belajar kelompok dengan bekerja kelompok perbedaannya terletak hanya pada apa yang menjadi tugas kelompok. Dalam bekerja kelompok tugas yang harus diselesaikan bukan mengolah pelajaran tetapi menyelesaikan suatu tugas pekerjaan misalnya membuat taplak meja, memasak, merencanakan karya wisata. Kegiatan belajar kelompok ataupun bekerja kelompok mempunyai nilai-nilai positif karena dalam kegiatan kelompok terjadi interaksi sosial yang di dalamnya mengandung nilai psikologis, paedagogis, dan didaktis. Nilai psikologis artinya adalah situasi saling mempengaruhi antara individu dengan kelompoknya atau sebaliknya. Pengaruh tersebut bersifat konstruktif misalnya: dalam suatu kelompoknya terdapat seorang anggota yang pandai dengan pola pikir yang bagus, kritis, pandai mengutarakan pendapat, maka sikap tersebut akan menjadi contoh yang akan mempengaruhi anggota kelompok yang lain, sehingga secara bertahap semua

anggota kelompok akan menirunya. Sedangkan nilai paedagogis dari kegiatan kelompok adalah meningkatkan perkembangan kepribadian seluruh anggota kelompok karena di dalam kelompok mereka masing-masing anggota berusaha mengutarakan pendapat tanpa malu-malu. Dalam kegiatan kelompok mereka dilatih bekerja sama, ha ini akan memupuk rasa kebersatuan sehingga siswa tidak egois. Selanjutnya nilai didaktis di dalam kegiatan kelompok adalah terjadinya interaksi belajar mengajar antar anggota, karena anggota yang menguasai bahan belajar menerangkan kepada anggota yang lain.

5. Karyawisata

Karyawisata merupakan usaha menyempurnakan dan melengkapi pengetahuan yang diperoleh di dalam kelas dengan hal-hal yang praktis dan realistik. Obyek karyawisata harus dipilih yang dapat menambah pengetahuan dan pengalaman bagi siswa terutama untuk mendalami atau memperjelas materii pengajaran serta memberi dorongan kepada siswa untuk belajar lebih giat. Rangkaian kegiatan karyawisata terbagi dalam tiga tahap persiapan, tahap pelaksanaan karyawisata, dan kegiatan pengelolaan hasil karyawisata. Untuk memperjelas uraian diatas, Nana Sy. Sukmadinata (1997) lebih lanjut mengemukakan beberapa tujuan karyawisata yaitu:

- a. Melengkapi dan menyempurnakan pengetahuan yang diperoleh di dalam kelas dengan hal-hal yang lebih praktis dan realistik
- b. Mengembangkan apresiasi siswa baik terhadap lingkungan alam, lingkungan sosial. Maupun lingkungan pekerjaan dan industri.
- c. Memberikan latihan tertentu.
- d. Mengembangkan rasa sosial diantara siswa dengan teman-temannya maupun orang lain.

- e. Memberikan latihan bertanggung jawab, latihan memimpin dan dipimpin, mengembangkan kepercayaan diri sendiri, saling membantu dan menyesuaikan diri.

Manfaat karyawisata sebagai pendekatan dalam bimbingan belajar antara lain:

- a. Individu dapat berpartisipasi dalam berbagai kegiatan yang dilakukan oleh para petugas pada obyek karya wisata itu, serta mengalami dan menghayati langsung apa pekerjaan mereka.
- b. Informasi yang pertama untuk memecahkan segala persoalan yang dihadapi, sehingga mungkin mereka menemukan bukti kebenaran teorinya, atau mencobakan teorinya ke dalam praktik, sehingga membuat bahan yang dipelajari di sekolah menjadi lebih relevan dengan kenyataan dan kebutuhan yang ada di masyarakat.
- c. Dengan obyek yang ditinjau itu individu dapat memperoleh bermacam-macam pengetahuan dan pengalaman yang terintegrasi, tidak terpisah-pisah dan terpadu, sehingga individu dapat mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari.
- d. Verbalisme dapat dilenyapkan. Individu tidak hanya berkembang dalam segi kognitif, tetapi aspek afektif dan psikomotornya juga dapat berkembang secara optimal.
- e. Para individu dapat belajar bagaimana cara-cara melakukan observasi, membuat laporan dan melakukan diskusi kelompok yang baik dan benar.

Dengan demikian kegiatan karyawisata tidak hanya menambah pengetahuan dan pengajaran saja, tetapi juga mempunyai nilai pembinaan pribadi yang sangat bermanfaat bagi siswa.

6. Pengajaran remedial

Pengajaran remedial atau remedial teaching merupakan suatu usaha bimbingan untuk membantu siswa yang mengalami

kesulitan dalam menguasai bahan penajaran. Pengajaran remedial dilakukan setelah diadakan kegiatan diagnosis kesulitan belajar. Pengajaran remedial dilaksanakan dengan bermacam-macam teknik misalnya mengulangi pelajaran, belajar kelompok, memberi tugas-tugas.

Bentuk Pelaksanaan Pembelajaran Remedial

Setelah diketahui kesulitan belajar yang dihadapi peserta didik, langkah berikutnya adalah memberikan perlakuan berupa pembelajaran remedial. Bentuk-bentuk pelaksanaan pembelajaran remedial antara lain:

- a. Pemberian pembelajaran ulang dengan metode dan media yang berbeda. Pembelajaran ulang dapat disampaikan dengan cara penyederhanaan materi, variasi cara penyajian, penyederhanaan tes/pertanyaan. Pembelajaran ulang dilakukan bilamana sebagian besar atau semua peserta didik belum mencapai ketuntasan belajar atau mengalami kesulitan belajar. Pendidik perlu memberikan penjelasan kembali dengan menggunakan metode dan/atau media yang lebih tepat.
- b. Pemberian bimbingan secara khusus, misalnya bimbingan perorangan. Dalam hal pembelajaran klasikal peserta didik mengalami kesulitan, perlu dipilih alternatif tindak lanjut berupa pemberian bimbingan secara individual. Pemberian bimbingan perorangan merupakan implikasi peranpendidik sebagaitutor. Sistem tutorial dilaksanakan bilamana terdapat satu atau beberapapeserta didik yang belum berhasil mencapai ketuntasan.
- c. Pemberian tugas-tugas latihan secara khusus. Dalam rangka menerapkan prinsip pengulangan, tugas-tugas latihan perlu diperbanyak agar peserta didik tidak mengalami kesulitan dalam mengerjakan tes akhir. Peserta didik perlu diberi

- latihan intensif (drill) untuk membantu menguasai kompetensi yang ditetapkan.
- d. Pemanfaatan tutor sebaya. Tutor sebaya adalah teman sekelas yang memiliki kecepatan belajar lebih. Mereka perlu dimanfaatkan untuk memberikan tutorial kepada rekannya yang mengalami kelambatan belajar. Dengan teman sebaya diharapkan peserta didik yang mengalami kesulitan belajar akan lebih terbuka dan akrab.[]

BAB 5

KONSEP GAYA BELAJAR

A. Pengertian Gaya Belajar

Suatu hal yang perlu guru ketahui bersama adalah bahwa setiap siswa memiliki cara menyerap dan mengolah informasi yang diterimanya dengan cara yang berbeda satu sama lainnya. Ini sangat tergantung pada gaya belajarnya. Ada beberapa para ahli tentang gaya belajar siswa yaitu:

Menurut Fleming dan Mills (1992), gaya belajar merupakan kecenderungan siswa untuk mengadaptasi strategi tertentu dalam belajarnya sebagai bentuk tanggung jawabnya untuk mendapatkan satu pendekatan belajar yang sesuai dengan tuntutan belajar di kelas/sekolah maupun tuntutan dari mata pelajaran.

Menurut Drummond (1998: 186) mendefinisikan gaya belajar sebagai, “*an individual’s preferred mode and desired conditions of learning.*” Maksudnya, gaya belajar dianggap sebagai cara belajar atau kondisi belajar yang disukai oleh pembelajar.

Menurut Willing (1988) mendefinisikan gaya belajar sebagai kebiasaan belajar yang disenangi oleh pembelajar. Keefe (1979)

memandang gaya belajar sebagai cara seseorang dalam menerima, berinteraksi, dan memandang lingkungannya. Dunn dan Griggs (1988) memandang gaya belajar sebagai karakter biologis bawaan.

Gaya belajar atau learning style adalah suatu karakteristik kognitif, afektif dan perilaku psikomotoris, sebagai indikator yang bertindak yang relatif stabil untuk pebelajar merasa saling berhubungan dan bereaksi terhadap lingkungan belajar (NASSP dalam Ardhana dan Willis, 1989 : 4).

Berdasarkan beberapa definsi di atas, Gaya belajar dapat disimpulkan sebagai cara seseorang dalam menerima hasil belajar dengan tingkat penerimaan yang optimal dibandingkan dengan cara yang lain. Setiap orang memiliki gaya belajar masing-masing. Pengenalan gaya belajar sangat penting. Bagi guru dengan mengetahui gaya belajar tiap siswa maka guru dapat menerapkan tehknik dan strategi yang tepat baik dalam pembelajaran maupun dalam pengembangan diri. Hanya dengan penerapan yang sesuai maka tingkat keberhasilannya lebih tinggi. Seorang siswa juga harus memahami jenis gaya belajarnya. Dengan demikian, ia telah memiliki kemampuan mengenal diri yang lebih baik dan mengetahui kebutuhannya. Pengenalan gaya belajar akan memberikan pelayanan yang tepat terhadap apa dan bagaimana sebaiknya disediakan dan dilakukan agar pembelajaran dapat berlangsung optimal.

B. Macam-Macam Gaya Belajar

Sebelum memberikan pelajaran seorang guru seharusnya memahami gaya belajar siswanya. Seorang siswa bisa lebih mudah memahami pelajaran jika sesuai dengan hatinya dan menyenangkan. Menurut Rudi Hartono, ada siswa yang lebih mudah menerima pelajaran melalui pendengaran (auditori), ada juga siswa yang mudah memahami dan menangkap sebuah

pelajaran dengan melihat (visual) dan juga ada siswa yang lebih mudah dengan langsung mempraktikkan apa yang didengar atau dilihat (kinestetik). (Rudi Hartono,2013 : 31-32).



1. Visual (belajar dengan cara melihat)

Lirikan keatas bila berbicara, berbicara dengan cepat. Bagi siswa yang bergaya belajar visual, yang memegang peranan penting adalah mata/penglihatan (visual), dalam hal ini metode pengajaran yang digunakan guru sebaiknya lebih banyak / dititikberatkan pada peragaan/media, ajak mereka ke obyek-obyek yang berkaitan dengan pelajaran tersebut, atau dengan cara menunjukkan alat peraganya langsung pada siswa atau menggambarkannya di papan tulis. Anak yang mempunyai gaya belajar visual harus melihat bahasa tubuh dan ekspresi muka gurunya untuk mengerti materi pelajaran. Mereka cenderung untuk duduk di depan agar dapat melihat dengan jelas. Mereka berpikir menggunakan gambar-gambar di otak mereka dan belajar lebih cepat dengan menggunakan tampilan-tampilan visual, seperti diagram, buku pelajaran bergambar, dan video. Di dalam kelas, anak visual lebih suka mencatat sampai detail-detailnya untuk mendapatkan informasi.

Ciri-ciri gaya belajar visual :

- a. Bicara agak cepat
- b. Mementingkan penampilan dalam berpakaian/presentasi
- c. Tidak mudah terganggu oleh keributan
- d. Mengingat yang dilihat, dari pada yang didengar
- e. Lebih suka membaca dari pada dibacakan
- f. Pembaca cepat dan tekun
- g. Seringkali mengetahui apa yang harus dikatakan, tapi tidak pandai memilih kata-kata
- h. Lebih suka melakukan demonstrasi dari pada pidato
- i. Lebih suka musik dari pada seni
- j. Mempunyai masalah untuk mengingat instruksi verbal kecuali jika ditulis, dan seringkali minta bantuan orang untuk mengulanginya . (Porter dan Mike Hernacki,2014 : 110)

Strategi untuk mempermudah proses belajar anak visual :

1. Gunakan materi visual seperti, gambar-gambar, diagram dan peta.
2. Gunakan warna untuk menghilite hal-hal penting.
3. Ajak anak untuk membaca buku-buku berilustrasi.
4. Gunakan multi-media (contohnya: komputer dan video).
5. Ajak anak untuk mencoba mengilustrasikan ide-idenya ke dalam gambar.

2. Auditori (Belajar dengan Cara Mendengar)

Lirikan kekiri/kekanan mendatar bila berbicara, berbicara sedang² saja. Siswa yang bertipe auditori mengandalkan kesuksesan belajarnya melalui telinga (alat pendengarannya), untuk itu maka guru sebaiknya harus memperhatikan siswanya hingga ke alat pendengarannya. Anak yang mempunyai gaya belajar auditori dapat belajar lebih cepat dengan menggunakan diskusi verbal dan mendengarkan apa yang guru katakan. Anak auditori

dapat mencerna makna yang disampaikan melalui tone suara, pitch (tinggi rendahnya), kecepatan berbicara dan hal-hal auditori lainnya. Informasi tertulis terkadang mempunyai makna yang minim bagi anak auditori mendengarkannya. Anak-anak seperti ini biasanya dapat menghafal lebih cepat dengan membaca teks dengan keras dan mendengarkan kaset.

Ciri-ciri gaya belajar auditori :

- a. Saat bekerja suka bicara kepada diri sendiri
- b. Penampilan rapi
- c. Mudah terganggu oleh keributan
- d. Belajar dengan mendengarkan dan mengingat apa yang didiskusikan dari pada yang dilihat
- e. Senang membaca dengan keras dan mendengarkan
- f. Menggerakkan bibir mereka dan mengucapkan tulisan di buku ketika membaca
- g. Biasanya ia pembicara yang fasih
- h. Lebih pandai mengeja dengan keras daripada menuliskannya
- i. Lebih suka gurauan lisan daripada membaca komik
- j. Mempunyai masalah dengan pekerjaan-pekerjaan yang melibatkan Visual
- k. Berbicara dalam irama yang terpola
- l. Dapat mengulangi kembali dan menirukan nada, berirama dan warna suara

Strategi untuk mempermudah proses belajar anak auditori :

1. Ajak anak untuk ikut berpartisipasi dalam diskusi baik di dalam kelas maupun di dalam keluarga.
2. Dorong anak untuk membaca materi pelajaran dengan keras.
3. Gunakan musik untuk mengajarkan anak.
4. Diskusikan ide dengan anak secara verbal.

5. Biarkan anak merekam materi pelajarannya ke dalam kaset dan dorong dia untuk mendengarkannya sebelum tidur.

3. Kinestetik (belajar dengan cara bergerak, bekerja dan menyentuh)

Lirikan kebawah bila berbicara, berbicara lebih lambat. Anak yang mempunyai gaya belajar kinestetik belajar melalui bergerak, menyentuh, dan melakukan. Anak seperti ini sulit untuk duduk diam berjam-jam karena keinginan mereka untuk beraktifitas dan eksplorasi sangatlah kuat. Siswa yang bergaya belajar ini belajarnya melalui gerak dan sentuhan.

Ciri-ciri gaya belajar kinestetik :

- a. Berbicara perlahan
- b. Penampilan rapi
- c. Tidak terlalu mudah terganggu dengan situasi keributan
- d. Belajar melalui memanipulasi dan praktek
- e. Menghafal dengan cara berjalan dan melihat
- f. Menggunakan jari sebagai petunjuk ketika membaca
- g. Merasa kesulitan untuk menulis tetapi hebat dalam bercerita
- h. Menyukai buku-buku dan mereka mencerminkan aksi dengan gerakan tubuh saat membaca
- i. Menyukai permainan yang menyibukkan
- j. Tidak dapat mengingat geografi, kecuali jika mereka memang pernah berada di tempat itu
- k. Menyentuh orang untuk mendapatkan perhatian mereka
Menggunakan kata-kata yang mengandung aksi

Strategi untuk mempermudah proses belajar anak kinestetik:

1. Jangan paksakan anak untuk belajar sampai berjam-jam.

2. Ajak anak untuk belajar sambil mengeksplorasi lingkungannya (contohnya: ajak dia baca sambil menggunakan obyek sesungguhnya untuk belajar konsep baru).
3. Izinkan anak untuk mengunyah permen karet pada saat belajar.
4. Gunakan warna terang untuk menghilite hal-hal penting dalam bacaan.
5. Izinkan anak untuk belajar sambil mendengarkan musik.

BAB 6

FOBIA SEKOLAH

Masalah adalah ketidaksesuaian antara harapan dengan kenyataan, ada yang melihat sebagai tidak terpenuhinya kebutuhan seseorang, dan ada pula yang mengartikannya sebagai suatu hal yang tidak menyenangkan. Prayitno (1985) mengemukakan bahwa masalah adalah sesuatu yang tidak disukai adanya, menimbulkan kesulitan bagi diri sendiri dan atau orang lain, ingin atau perlu dihilangkan. Sedangkan menurut pengertian secara psikologis, belajar merupakan suatu proses perubahan yaitu perubahan dalam tingkah laku sebagai hasil dari interaksi dengan lingkungannya dalam memenuhi kebutuhan hidupnya. Dari definisi masalah dan belajar maka masalah belajar dapat diartikan atau didefinisikan sebagai berikut :

“Masalah belajar adalah suatu kondisi tertentu yang dialami oleh murid dan menghambat kelancaran proses yang dilakukan individu untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan”.

Kondisi tertentu itu dapat berkenaan dengan keadaan dirinya yaitu berupa kelemahan-kelemahan dan dapat juga berkenaan dengan lingkungan yang tidak menguntungkan bagi dirinya. Masalah-masalah belajar ini tidak hanya dialami oleh siswa-siswa yang lambat saja dalam belajarnya, tetapi juga dapat menimpa siswa-siswa yang memiliki kemampuan diatas rata-rata normal, pandai atau cerdas. Masalah-masalah belajar tetap akan dijumpai. Hal ini merupakan pertanda bahwa belajar merupakan kegiatan yang dinamis, sehingga perlu secara terus menerus mencermati perubahan-perubahan yang terjadi pada siswa. Pembahasan macam-macam permasalahan belajar disekolah akan dimulai pada bab 5 sampai bab 12.

A. Pengertian Fobia Sekolah

Kata “fobia” menurut Baker *Encyclopedia of Psychology and Counseling* adalah suatu gangguan, yaitu gangguan ketakutan yang tidak rasional atau *irrational fear* dari obyek-obyek atau situasi-situasi yang tidak berbahaya. Secara singkat Ivan Ward dalam buku yang berjudul *Phobia* mendefinisikan bahwa fobia adalah sebagai ketakutan yang tidak masuk akal.

Fobia sekolah adalah ketakutan yang luar biasa (di luar porposisi yang umum) untuk berada di sekolah. Ketakutan ini irrasional, sehingga tidak mungkin dihibur dengan keterangan bahwa tidak ada yang perlu ditakuti di sekolah. Fobia karena sekolah merupakan sebuah bentuk kecemasan yang tinggi terhadap sekolah. Gejala ini bisa tiba-tiba saja terjadi dirasakan oleh anak-anak, baik itu di waktu akan berangkat ke sekolah ataupun selepas liburan sekolah.

Fobia sekolah menurut Adiyanti, 2006 merupakan rasa keengganan atau ketakutan pada anak untuk bersekolah sebenarnya merupakan hal yang biasa terjadi. Rasa takut anak pada umumnya sebagai respon untuk melindungi diri terhadap

sesuatu hal. Namun terkadang pada beberapa anak, ketakutan tersebut dapat menjadi hal yang irasional dan berdampak sangat besar pada keinginan anak untuk tidak bersekolah.

Menurut Handayani (2005) saat anak ingin masuk sekolah, biasanya anak terlebih dahulu mengalami kecemasan, lalu ketakutan, baru setelah itu terjadilah fobia pada anak. Ada perbedaan antara kecemasan, ketakutan, dan fobia. Kecemasan atau khawatir merupakan akibat memikirkan objek atau sesuatu yang belum jelas atau belum terjadi. Ketakutan adalah rasa takut yang dialami oleh anak yang merupakan respon negatif terhadap objek maupun pengalaman yang dialami. Takut pada umumnya objek terlihat lebih jelas. Sedangkan Fobia adalah rasa takut yang berlebihan, terus-menerus, irasional, bahkan terkadang sulit diatasi dan dihilangkan dari anak yang mengalami fobia. Karakteristik anak yang mengalami fobia sekolah biasanya sulit berinteraksi dengan orang lain, tidak mau bermain dengan teman sebaya, tidak ingin berada lebih lama di sekolah, selalu menangis dan hanya ingin selalu berada di rumah.

Menurut Carpenter (2005) anak-anak yang mengalami fobia sekolah biasanya sulit untuk beradaptasi dengan lingkungan sekolah, teman-teman dan gurunya. Adiyanti (2005) menjelaskan bahwa fobia sekolah adalah kecemasan yang luar biasa dan terus menerus serta tidak realistis pada seorang anak, sebagai respon terhadap eksternal tertentu. Fobia dapat menghambat kehidupan seorang anak yang mengalaminya. Anak yang mengalami fobia sekolah biasanya menghindari keadaan-keadaan yang bisa memicu terjadinya kecemasan, seperti menghadapi teman-teman dan guru barunya atau pada saat mengerjakan tugas sekolahnya, setiap anak biasanya bervariasi dan tidak dapat diduga. Sedikitnya ada 30% anak mengalami fobia sekolah yang disebabkan takut pada guru yang galak dan mendapat ejekan dari teman.

Menurut Hurlock (1996), anak perempuan biasanya lebih banyak mengalami fobia sekolah. Berkisar sekitar 75% dibandingkan anak laki-laki yang hanya 25%. Hal ini disebabkan karena ketakutan yang bervariasi, diantaranya takut berpisah dengan orangtua, takut terhadap guru dan takut tidak mampu beradaptasi dengan teman barunya. Anak perempuan biasanya lebih memperlihatkan rasa takutnya akan sekolah dibandingkan anak laki-laki. Karena anak perempuan lebih mudah mengatakan pada orangtua alasan apa yang membuat anak takut untuk masuk sekolah. Sedangkan anak laki-laki biasanya lebih sulit untuk mengatakan apa yang terjadi pada dirinya saat masuk sekolah (Hurlock, 1996).

Fobia Sekolah menurut Mahendratto (2007) Fobia adalah ketakutan yang kuat dan abnormal seseorang terhadap suatu objek ataupun situasi tertentu. Fobia dapat terbentuk oleh sugesti negatif yang dipupuk, rentetan peristiwa yang sangat buruk, menakutkan ataupun menyakitkan dimasa lalu. Semakin ekstrim intensitas peristiwanya, semakin kuat potensi fobianya. Kebanyakan fobia terjadi pada masa kanak kanak walaupun dapat juga terjadi saat dewasa. Mahendratto juga menyatakan bahwa fobia sekolah dapat terbentuk oleh sugesti negatif yang terjadi di sekolah, adanya serangkaian peristiwa yang sangat buruk, menakutkan ataupun menyakitkan dimasa lalu. Semakin ekstrim intensitas peristiwanya, semakin kuat potensi fobianya. Kebanyakan fobia terjadi pada masa kanak kanak walaupun dapat juga terjadi saat dewasa. Ciri-ciri psikis antara lain muncul rasa cemas atau takut, tetapi tanpa dasar yang jelas dan cenderung panik. Ciri fisik antara lain gemetar, nafas menjadi cepat dan jantung berdebar debar.

Dampak fobia sekolah pada anak, anak akan merasa tertekan ketika akan berangkat sekolah. Hal ini tentu saja akan berpengaruh pada psikologi anak. Anak akan sulit berinteraksi

dengan lingkungan sekolah yang dikhawatirkan anak tidak dapat bersosialisasi pada lingkungan yang lebih besar. Anak yang sering tidak berangkat sekolah tentu saja akan berdampak pada prestasi akademik. Anak mengalami ketertinggalan materi pembelajaran yang diberikan oleh guru yang membuat anak kesulitan ketika akan menghadapi ujian. Hal yang terjadi adalah mungkin saja anak akan tinggal kelas karena dianggap belum mampu melanjutkan ke tingkat berikutnya. Dampak yang lebih besar adalah ketika fobia sekolah ini tidak tertangani dengan baik, dan anak tetap merasakan tekanan dan kecemasan yang besar pada dirinya. Yang terjadi anak mulai menyakiti dirinya sendiri serta melakukan aksi bunuh diri yang menandakan anak begitu frustrasi pada keadaannya.

B. Jenis-Jenis Fobia Sekolah

Terdapat bermacam-macam jenis fobia sekolah yang terjadi pada anak. Umumnya para ahli menyimpulkan bahwa terdapat empat jenis fobia sekolah yang ditandai dengan penolakan masuk sekolah mulai dari yang ringan sampai dengan yang berat, antara lain:

1. Fobia sekolah tahap awal atau *initial school refusal behavior*. Ini adalah perilaku menolak masuk sekolah yang tiba-tiba dan berlangsung kurang dari satu minggu. Penanganan yang cepat dari orang tua dapat segera menyembuhkan ketakutannya.
2. Fobia sekolah yang lebih besar atau *substantial school refusal behavior*. Ini adalah perilaku menolak sekolah yang telah berlangsung lebih dari satu minggu. Untuk menyembuhkan ketakutannya, orang tua perlu bekerja lebih keras lagi dengan melibatkan guru kelas, konselor anak atau guru BP di sekolah tersebut. Kalau pada tahap ini ketakutan anak tidak

diselesaikan, dikhawatirkan akan meningkat ke tahap berikutnya, yaitu tahap akut.

3. Fobia sekolah tahap akut atau biasa disebut dengan istilah *acute school refusal behavior*. Ini adalah perilaku penolakan yang sudah berlangsung lebih lama lagi, yaitu dua minggu hingga satu tahun. Untuk menyembuhkannya, mungkin dibutuhkan beberapa kali terapi dan mungkin sudah membutuhkan bantuan seorang psikolog atau psikiater.
4. Tingkat fobia yang paling berat adalah *chronic school refusal behavior*. Ini adalah perilaku menolak pergi ke sekolah yang sudah lebih dari setahun.

C. Faktor Penyebab Fobia Sekolah

Dibawah ini ada beberapa penyebab Fobia sekolah yang biasa dialami oleh anak-anak menurut para ahli :

1. Separation Anxiety

Penyebabnya antara lain karena anak mengalami *separation anxiety*, yang pada umumnya dialami anak usia balita (18-24 bulan). Bagi mereka, sekolah berarti pergi dari rumah untuk jangka waktu cukup lama. Anak terlalu dependen dengan keluarga, terlalu terikat pada rumah. Mereka tak hanya akan merasa rindu terhadap ayah ibu atau pun mainannya, tetapi juga cemas menghadapi tantangan. Pemicu lainnya anak mengalami pengalaman negatif di sekolah dan tekanan di dalam rumah, seperti ayah ibu sering bertengkar sehingga mengganggu konsentrasi belajar.

2. Pengalaman Negatif di Sekolah atau Lingkungan

Yang biasanya mencetuskan fobia sekolah ialah pengalaman traumatis yang berhubungan dengan meninggalkan rumah atau yang berhubungan dengan pengalaman pahit di

sekolah. Kemungkinan anak-anak malas masuk ke sekolah karena dirinya kesal, takut dan malu setelah dicemooh dan diejek teman-temannya di sekolah. Juga bisa saja karena persepsinya akan guru yang galak, apalagi bila ia sudah merasa rendah diri maka aturan-aturan di sekolah yang terlalu keras dibandingkan di rumah yang terlalu dimanja, dan sebagainya. Hal tersebutlah yang membuat anak-anak mogok sekolah. Atau, ada hal lain, seperti mobil jemputan yang tidak nyaman karena ngebut, perjalanan yang panjang dan melelahkan, takut pergi sendiri ke sekolah, takut sekolah setelah mendengar cerita seram di sekolah, takut menyeberang jalan, takut bertemu seseorang yang “menyeramkan” di perjalanan, takut diperas oleh kawan-anak nakal, atau takut melewati jalan yang sepi. Para ahli mengatakan, bahwa masalah-masalah tersebut sudah dapat menimbulkan stress dan kecemasan yang membuat anak menjadi *bad mood*, tegang, resah, dan mulai merengek tidak mau sekolah.

Tidak semua anak bisa menceritakan ketakutannya itu karena mereka sendiri terkadang masih sulit memahami, mengekspresikan dan memformulasikan perasaannya. Belum lagi jika mereka takut dimarahi orang tua karena dianggap alasannya itu mengada-ada dan tidak masuk akal. Akhirnya yang tampak adalah mogok sekolah, agresif, pemurung, kehilangan nafsu makan, keluhan-keluhan fisik, dan tanda-tanda lain.

3. Problem Dalam Keluarga

Hal lain bisa disebabkan oleh problem yang sedang dialami oleh orangtua dan keluarga secara keseluruhan. Misalnya, anak sering mendengar dan bahkan melihat pertengkaran yang terjadi antara orang tuanya, hal ini menimbulkan tekanan emosional yang mengganggu konsentrasi belajar. Anak merasa ikut bertanggung jawab atas kesedihan yang dialami orang tuanya, dan ingin melindungi, entah mamanya atau papanya.

Sakitnya salah seorang anggota keluarga, entah orangtua atau kakak/adik, juga dapat membuat anak enggan pergi ke sekolah. Anak takut jika terjadi sesuatu dengan keluarganya yang sakit ketika ia tidak ada di rumah.

Bentuk ketakutan pada anak yang mengidap fobia sekolah bermacam-macam tetapi intinya ialah menghindari berada di sekolah atau menolak pergi ke sekolah. Alasan untuk menghindari juga bermacam-macam seperti misalnya:

- a. Menghindari sekolah dengan alasan sakit (sakit kepala, sakit perut, mual, bahkan sampai muntah-muntah, sakit tenggorokan, dan sebagainya). Rasa sakit ini kadang-kadang suatu kenyataan, sebab gejala yang dirasakan itu merupakan reaksi yang biasa dirangsang oleh rasa takut.
- b. Menghindari sekolah dengan menjelek-jelekan keadaan sekolah (guru, pelajaran, kesulitan perjalanan sekolah, teman sekelas, teman-teman lain dan sebagainya)
- c. Menghindari sekolah dengan alasan takut, tetapi tidak jelas apa yang ditakuti.

D. Tanda-Tanda Atau Gejala Fobia Sekolah

Berikut ini adalah tanda-tanda yang dialami anak-anak yang fobia sekolah :

- a. Menolak berangkat ke sekolah. Selalu mencari alasan untuk tidak sekolah
- b. Bersedia datang ke sekolah, tetapi tidak lama kemudian ingin pulang.
- c. Pergi ke sekolah sambil menangis, menempel terus dengan orang tua atau pengasuhnya, atau menunjukkan sikap rewel seperti menjerit-jerit di kelas, agresif dan kasar terhadap anak lainnya atau pun menunjukkan sikap-sikap melawan gurunya.

- d. Menunjukkan ekspresi wajah sedemikian rupa untuk meminta belas kasih agar diijinkan pulang dan ini berlangsung selama periode tertentu.
- e. Tidak masuk sekolah selama beberapa hari.
- f. Keluhan fisik sering dijadikan alasan seperti sakit perut, sakit kepala, pusing, mual, muntah-muntah, gemeteran, keringatan, atau keluhan lainnya. Mereka berharap dengan alasan sakit, maka ia diperbolehkan tinggal di rumah.
- g. Keluhan lainnya di luar keluhan fisik dengan tujuan tidak usah berangkat ke sekolah.
- h. Merengek tanpa maksud yang jelas
- i. Mengoyak atau merobek buku dan pakaian
- j. Meminta tambahan uang jajan (Bisa jadi seseorang memaksa untuk membayar upeti setiap hari di sekolah)
- k. Sering kehilangan peralatan belajar di sekolah (seseorang mungkin merampasnya)
- l. Sukar tidur
- m. Tiba-tiba kehilangan selera makan atau Selera makan yang besar sepulang sekolah (Bisa jadi seseorang merampas makan siangnya)
- n. Tiba-tiba nilainya merosot
- o. Menjadi tertutup atau marah-marah di rumah tanpa alasan.
- p. Terbirit-birit ke kamar mandi (tanyakan mengapa, mungkin anak takut menggunakan toilet disekolah).

Yang perlu dilakukan untuk mengatasi fobia pada anak antara lain:

- 1. Fakta paling penting yang harus diketahui orangtua menyangkut fobia sekolah adalah semakin cepat anak-anak bisa diyakinkan untuk kembali ke sekolah, maka akan baik pula nantinya bagi mereka.

2. Untuk meyakinkan sang anak agar kembali bersedia kembali ke sekolah, kita sering kali harus membantu sang anak memiliki sebarang kendali terhadap keadaannya sendiri.
3. Pembicaraan mengenai manfaat yang akan sang anak terima ketika menghadiri sekolah, bermain bersama teman, dan terlibat dalam aktivitas sekolah akan mampu membantu orangtua dalam meyakinkan seorang anak fobia sekolah.
4. Terkadang keberadaan orangtua di rumah di pagi hari juga akan membantu sang anak merasa lebih aman. Demikian pula dengan pemberian foto orangtua, rumah, kakak, atau adik dan atau binatang peliharaan yang bisa ia bawa ke sekolah.
5. Orangtua harus mampu memberikan gagasan kepada anak – anak mereka bahwa mereka benar-benar mendukung sang anak untuk kembali ke sekolah.
6. Bagi sebagian anak yang bersikap menantang, terapi dengan seorang ahli perawatan mental secara individu dan keluarga, dilengkapi dengan konseling orangtua bisa jadi dibutuhkan dan terbukti bisa sangat membantu.
7. Terkadang pindah dari sekolah dan mengikuti pusat pendidikan yang dikhususkan bagi anak-anak fobia sekolah juga dibutuhkan.
8. Medikasi, semisal anridepressant atau mild tranquilizer bisa juga bermanfaat.

Mungkin saya atau juga anda (jika masih ingat) dulu pada masa anak-anak kita sering mengalami hal-hal seperti malas untuk pergi ke sekolah. entah itu karena takut akan sosok guru yang galak atau karena teman-teman yang sering menjengkelkan. jika kemudian anda bertindak untuk bolos, atau tidak masuk sekolah karena persoalan malas, itu masih normal. Namun, jika anda malas untuk pergi ke sekolah karena ada hal-hal yang tidak rasional. Seperti, merasa malu dengan penam-

pilan, merasa takut terhadap guru, merasa terisolasi dalam pergaulan teman sebaya atau apapun. Semua hal ini telah merujuk pada yang dinamakan dengan Fobia Sekolah. mungkin anda berpikir ini hanya sebuah kebiasaan yang normal. Namun, perlu diingat bahwa Fobia Sekolah menjadikan seorang anak akan cenderung lebih bergantung terhadap orang tua. Sehingga bisa ditebak jika kemudian anak tidak mampu menyeimbangkannya, anak akan menjadi seseorang yang tidak mampu hidup mandiri.

Dalam buku *Konseling dan Psikoterapi Anak*, Henry A. Paul, memberikan beberapa solusi untuk menangani anak yang mengidap Fobia Sekolah. namun, dari beberapa pokok yang dipaparkan saya hanya mengambil essensinya saja, yaitu;

1. Sadarlah bahwa anak yang mengalami Fobia Sekolah bukan karena faktor rasional tapi karena faktor irrasional. Maka jangan mencoba untuk mengatasinya dengan berdebat secara rasional.
2. Biarkan anak untuk menentukan keinginan berdasarkan pilihan-pilihan yang anda buat. Misalnya dengan mengizinkan anak untuk menentukan kapan ia harus bergabung kembali dengan kelasnya.
3. Meski berdebat secara rasional akan sia-sia namun anda tetap harus memberikan informasi tentang manfaat yang dapat diperoleh anak ketika masuk sekolah lagi.
4. Jika perlu berikan izin anak untuk membawa barang-barang penenang. misalnya foto ayah, ibu atau saudaranya jika ia hendak ke sekolah.
5. Yakinkan anak tentang berbagai hal mengenai sekolah dengan cara pemberian gagasan (bisa terkait dengan point ketiga).
6. Jika anak bersikap menantang, terapi dengan seorang ahli perawatan mental juga bisa dilakukan.

Dengan demikian ada beberapa langkah diatas bisa anda coba terapkan pada kasus Fobia Sekolah. namun, harus tetap diingat bahwa pada dasarnya Fobia Sekolah bisa teratasi sendiri jika nilai-nilai kekeluargaan mampu memberi kenyamanan anak untuk mengawali hari tanpa rasa cemas dan depresi. Anak yang mengalami Fobia Sekolah terjadi karena anak dihadapkan pada situasi dimana ia harus menyesuaikan diri pada pergaulan sosial yang lebih luas dan pada fase ini anak merasa tidak nyaman dengan hal itu. Maka dari itu sedapat mungkin berikan kenyamanan untuk anak dalam keluarga dan berikan ia informasi positif mengenai dunia luar. Sehingga Fobia Sekolah dapat teratasi.[]

BAB 7

KEGAGALAN SEKOLAH

A. Latar Belakang Kegagalan Sekolah

Sekolah, serangkaian kegiatan wajib untuk anak-anak. kurang lebih 1/3 waktu anak-anak selama sehari diisi di sekolah, hal ini menjadikan sekolah sebagai sebuah simulasi permasyarakatan. Ya, di sekolah anak-anak harus beradaptasi dan berinteraksi dengan anak-anak lainnya yang berasal dari latar belakang serta dididik oleh cara yang berbeda. Dan dari sekolah anak-anak sudah dididik dengan berbagai macam kemampuan dasar (Pelajaran maupun non-pelajaran resmi)

Ada beberapa hal yang membuktikan sekolah (dan kurikulum) gagal dalam mendidik anak-anak, seperti.

1. Murid-murid tidak fokus

Mungkin cara mengajar gurunya kurang asik, namun yang saya lebih tekankan disini adalah jumlah murid yang terlalu banyak dalam satu kelas. Menurut saya, jumlah murid perkelas yang berjumlah 35-45 orang terlalu banyak, melebihi ketentuan

fokus anak-anak yang idealnya hanya 1:20, 1:25 maksimal. Jika jumlah muridnya semakin banyak, kelas semakin berisik, posisi duduk makin kebelakang yang mengakibatkan murid yang duduk dibelakang menjadi sama sekali tidak fokus. Dibelakang sana apalagi mojom, guru sering kali kehilangan kontrol kelas karena tidak diketahui sedang apakah dibelakang sana. Mungkin makan? main game? main hape? baca komik? atau tidur? Sekolah disini mengalami kegagalan sebagai berikut

2. Penjurusan yang terlalu dini

Indonesia memiliki satu sistem pendidikan yang amat jarang ditemukan di negara lain apalagi Asia, yaitu penjurusan di SMA. Pada saat kelas 2 SMA, murid sudah terkena penjurusan ke 3 macam kelas. Yaitu, IPA, IPS, dan Bahasa. Sistem seperti ini berpotensi besar menghilangkan kesempatan seseorang, permasalahannya kelas 1 SMA adalah masa yang amat Vital. Dipenuhi kesibukan dan adaptasi yang menyusahkan, hal ini menyebabkan kesusahan pada masa 1 SMA. Jadi namanya tidak fair jika penjurusan sudah ditentukan sejak 2 SMA. Menghilangkan kesempatan banyak orang seperti teman saya yang satu ini, impiannya masuk ke Fakultas Ilmu Komputer gagal karena dia tidak masuk IPA (Waktu kelas 1 SMA, teman saya ini mengalami kesulitan. Maka dia masuk IPS walau nilai2nya sebenarnya baik) Jadi, penjurusan seperti ini seharusnya hanya bisa dilakukan saat kuliah. Bukan saat SMA

3. Ujian yang terlalu bergantung pada nilai

Sistem pendidikan di Indonesia terlalu mementingkan nilai belaka. Sebenarnya saya malas membicarakan tentang ujian semacam ini yang saya alami di pertengahan tahun ini (UN), karena sudah banyak orang yang membicarakannya. Namun saya ungit kembali sebagai contoh ujian yang hanya mementingkan nilai belaka, standarnya setiap tahun “d disesuaikan” tanpa

mengecek ulang kualitas pendidikan saat ini. Mereka menganggap bahwa nilai yang baik adalah tanda baiknya kualitas pendidikan di Indonesia. Padahal, nilai seperti itu bisa dengan mudah dimanipulasi. Berkaca dari Finlandia (?), negara yang standar pendidikannya salah satu terbaik. Disana tidak ada standar nilai, karena mereka dididik untuk maksimalisasi, bukan standarisasi. Jadi tidak bisa hanya berdasarkan itu saja

4. Kurangnya pengoptimalisasian otak

Disini, yang menjadi standar dalam raport, ujian, dan kenaikan kelas. Adalah pelajaran-pelajaran akademis khususnya eksak, nilai-nilai non-eksak seperti Agama, Seni Rupa, Seni Musik, Komputer, dsb. Dan nilai-nilai kerajinan dan kelakuan pun hanya ditaruh di Raport, bukan sebagai penentuan akhir. Bayangkan, apakah lebih baik meluluskan orang yang pintar tapi berkelakuan buruk atau orang yang biasa saja? Serta ada pula kasus begini, seorang murid yang telah mengharumkan bangsanya di bidang Seni tidak lulus UN. Padahal Otak Kanannya (?) berkembang amat pesat, namun tidak lulus karena sistem pendidikan sekarang tidak mengoptimalkan fungsi otak yang kanan.

B. Kemauan

Wasty soemato (2012,40-41)) kemauan adalah bukan aktivitas ataupun usaha kejiwaan. Kemauan yang juga disebut kekuatan, kehndak, dapat diartikan sebagai kekuatan untuk memilih dan merealisasi suatu tujuan. Tujuan ini merupakan pilihan di antara berbagai tujuan yang bertentangan.

Tujuan adalah titik sasaran dari pengarahan yang perspektif, atau kondisi akhir dari gerakan yang mengikuti sesuatu arah. Pemilihan dan realisasi tujuan memerlukan suatu kekuatan yang di sebut kemauan.

Kemauan itu bukan keinginan. Orang yang ingin belum tentu mau, dan sebaliknya orang yang mau belum tentu ingin. Menurut Augustine, kemauan merupakan pengendali dari keinginan. Kemauan tidak selamanya bebas. Kemauan dapat bekerja baik secara paksaan maupun dalam bentuk pilihan sendiri. Kemauan yang bebas adalah kemauan yang sesuai dengan keinginan diri, sedangkan kemauan yang terkait adalah kemauan yang di timbulkan oleh kondisi kebutuhan yang terbatas oleh norma sosial ataupun kondisi lingkungan.

Kekuatan beraksi, apabila di pancing oleh adanya usaha memenuhi kebutuhan. Bila ditekankan pada kepentingan pribadi, maka kemauan mengaktualisasikan diri sebagai kekuatan yang mendorong perbuatan mencapai tujuan.

Oleh karena itu kemauan berdasarkan hasil belajar. Maka pendidikan mempunyai peranan penting dalam mengendalikan kemauan anak didik untuk belajar lebih lanjut. Untuk itu pendidikan hendaknya mampu memberikan pengalaman belajar sedemikian rupa, sehingga pengalaman itu memperkuat kemauan anak didik untuk belajar lebih lanjut.

C. Faktor-Faktor yang Mempelajari Belajar

Faktor-faktor yang mempengaruhi belajar banyak jenisnya tetapi dapat di golongan menjadi dua golongan saja, yaitu faktor intern dan faktor ekstern. (slameto.2010:54-60)

1. Faktor Intern

a). Faktor jasmaniah

1. Faktor kesehatan

Sehat berarti dalam keadaan baik segenap badan beserta bagian-bagiannya/bebas dari penyakit. Kesehatan adalah keadaan atau hal sehat. Proses belajar seseorang akan terganggu jika kesehatan seseorang terganggu, selain itu juga

ia akan cepat lelah, kurang bersemangat, mudah pusing, ngantuk jika badannya lemah, kurang darah atau apapun ada gangguan-gangguan fungsi alat inderanya serta tubuhnya.

2. Cacat tubuh

Cacat tubuh adalah sesuatu yang menyebabkan kurang baik atau kurang sempurna mengenai tubuh. Keadaan cacat tubuh juga mempengaruhi belajar. Siswa yang cacat belajarnya juga terganggu.

b). Faktor biologis

- 1) Intelegensi
- 2) Perhatian
- 3) Minat
- 4) Bakat

2. Faktor Ekstern

Faktor keluarga, cara orang tua mendidik anaknya besar pengaruhnya terhadap belajar anaknya.

D. Bimbingan Kegagalan Belajar

1. Bimbingan dalam belajar

Masalah belajar adalah inti dari kegiatan disekolah. Sebab semua di sekolah diperuntukkan bagi berhasilnya proses belajar bagi setiap siswa yang sedang studi disekolah tersebut. (Abu Ahmadi. 2013: 109). Oleh karena itu, memberikan pelayan, bimbingan di sekolah berarti pula memberikan pelayanan belajar bagi setiap siswa. Untuk lebih jelasnya dalam bab ini akan diuraikan hal-hal sebagai berikut :

a. Tujuan pelayanan bimbingan di sekolah.

Dengan bimbingan di sekolah artinya suatu proses bantuan kepada anak didik yang di lakukan secara terus menerus supaya

anak didik dapat memahami dirinya sendiri, sehingga sanggup mengarahkan diri dan bertindak laku yang wajar, sesuai dengan tuntutan, dan keadaan lingkungan sekolah, keluarga dan masyarakat (Dr. Singgih D. Gunarsa. 1981: 25). Dengan rumusan tujuan bimbingan di sekolah seperti tersebut jelaslah bahwa yang ingin dicapai dalam bimbingan ialah :

- 1) Kebahagiaan hidup pribadi
- 2) Kehidupan yang efektif dan produktif
- 3) Kesanggupan hidup bersama dengan orang lain
- 4) Keserasian antara cita-cita siswa dengan kemampuan yang dimilikinya

2. Tujuan pelayanan bimbingan bagi murid

- a. Membantu dalam memahami tingkah laku orang lain
- b. Membantu murid-murid supaya hidup dalam kehidupan yang seimbang antara aspek fisik, mental, dan sosial
- c. Membantu proses sosialisasi dan sikap sensitif terhadap kebutuhan orang lain

3. Tujuan pelayanan bimbingan dalam belajar

Tujuan bimbingan belajar dalam belajar secara umum adalah membantu murid-murid agar mendapat penyesuaian yang baik dalam situasi belajar, sehingga setiap murid dapat belajar dengan efisien sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya dan mencapai perkembangan yang optimal.

- a. Kebutuhan-kebutuhan dalam belajar
- b. Memiliki kondisi fisik yang tetap sehat
- c. Memiliki jadwal belajar di rumah, yang disusun dengan baik dan teratur
- d. Memiliki disiplin terhadap diri sendiri, patuh, dan taat dengan rencana belajar yang telah diwujudkan.
- e. Peranan guru dalam bimbingan belajar

Guru sebagai pembimbing sekaligus berperan sebagai pembimbing dalam proses belajar mengajar. Sebagai pembimbing dalam belajar mengajar di harapkan mampu untuk :

1. Memberikan berbagai informasi yang di perlukan dalam proses belajar
2. Membantu setiap siswa dalam mengatasi masalah-masalah pribadi tang dihadapinya.
3. Mengevaluasi hasil setiap langkah kegiatan yang telah dilakukan
4. Memberikan kesempatan yang memadai agar setiap murid dapat belajar sesuai dengan karakteristik pribadinya.
5. Mengenal dan memahami setiap murid baik secara individual maupun secara kelompok.
6. Teknik-teknik dalam bimbingan

Teknik bimbingan (*counseling*) dapat dibagankan sebagai berikut :

1. Teknik individual terdiri dari :
2. Directive counseling
3. Non-derective counseling
4. Eclective counseling
5. Teknik kelompok, terdiri dari :
6. Home room
7. Field drip
8. Group discussion
9. Kegiatan kelompok
10. Organisasi murid
11. Sosiodrama
12. Psikodrama
13. Upacara
14. Papan bimbingan

D. Faktor-Faktor dan Cara Mencegahnya

1. Pengaruh Perilaku Orangtua Yang Tidak Membantu

Keluarga adalah penyedia utama lingkungan fisik, intelektual, dan emosional bagi kehidupan seorang anak. Lingkungan ini akan mempengaruhi pandangan dunia anak tersebut di kemudian hari dan kemampuan anak tersebut untuk mengatasi berbagai tantangan di masa depan. Oleh karenanya, keterhubungan dan struktur dalam menyesuaikan diri. Para orang tua perlu untuk mengungkapkan perilaku-perilaku yang tidak dapat dibenarkan pada kanak-kanak mereka dan mendorong perilaku yang pantas secara sosial.

2. Kekerasan Emosional

Kekerasan emosional sering terjadi bersama dengan jenis kekerasan lain. R. Mc Gee, dkk, (1997) menguji persepsi anak muda tentang perilaku buruk, termasuk kekerasan emosional, kekerasan fisik, kekerasan seksual, pengabaian, dan mengalami kekerasan dalam keluarga. Dari berbagai jenis kekerasan ini, anak muda dalam studi ini melaporkan kekerasan emosional sebagai jenis perlakuan buruk yang paling kuat. Beberapa orangtua mementingkan kebutuhan mereka sendiri terlebih dahulu justru ketika anak-anak mereka atau anak muda membutuhkan bantuan, persetujuan, dan dorongan mereka pada perilaku positif. Melakukan hal semacam ini berarti para orangtua ini lalai untuk menghadirkan diri mereka secara emosional pada anak-anak mereka. Hal seperti ini termasuk perlakuan buruk atau kekerasan. Ketika anak-anak ini menapaki masa remaja, mereka cenderung memiliki masalah-masalah yang tidak terselesaikan dalam kaitannya dengan kebutuhan emosional mereka. Sebagai contoh, mereka bisa terlibat dalam kegiatan penyalahgunaan obat-obatan, berkelompok dengan

teman sebayanya yang terlibat dalam perilaku kenakalan berisiko yang “menantang”.

3. Tekanan Lingkungan Bagi Anak.

Masa remaja adalah masa perubahan, masa ketika anak muda menghadapi berbagai pengalaman baru. Berbagai lingkungan tempat mereka bergerak didalamnya menghadirkan situasi dan peristiwa baru dan tidak terduga yang memerlukan respons yang sebelumnya belum pernah mereka terapkan.

Berikut adalah sejumlah lingkungan-lingkungan dan situasi yang secara inheren memiliki potensi menimbulkan stres pada anak muda.

- a. Lingkungan keluarga
- b. Lingkungan pendidikan
- c. Lingkungan kerja
- d. Lingkungan hubungan
- e. Mengalami masalah seputar seksualitas
- f. Tekanan sosio-ekonomi dan pengganggu.

BAB 8

PERILAKU MENYONTEK

A. Pengertian Perilaku Menyontek

Bagi pelajar “menyontek” adalah sebuah kata yang tak asing lagi. Hal ini dikarenakan menyontek sudah menjadi budaya tersendiri bagi pelajar. “Menyontek” merupakan salah satu fenomena pendidikan yang sering dan bahkan selalu muncul menyertai aktivitas proses belajar mengajar sehari-hari, tetapi jarang mendapat pembahasan dalam wacana pendidikan kita di Indonesia. Dalam dunia pendidikan konsep diri yang baik sangat penting bagi siswa dalam membangun kepercayaan diri pada setiap melaksanakan tugas-tugasnya, baik yang bersifat akademik maupun non akademik. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (Tim Pustaka Pheonix, 2009), menyontek berasal dari kata sontek yang berarti melanggar, menocoh, menggocoh yang artinya mengutip tulisan, dan lain sebagainya sebagaimana aslinya, menjiplak.

Menurut *Webster’s New Universal Unabridged Dictionary* (Schmelkin, 2008) menyontek diartikan sebagai perilaku yang

menipu yaitu dengan kecurangan. Menurut Eric, dkk (Hartanto, 2012), menyontek berarti upaya yang dilakukan seseorang untuk mendapatkan keberhasilan dengan cara-cara yang tidak jujur

Abdullah Alhadza dalam Admin (2004) mengutip pendapat dari Bower (1964) yang mendefinisikan “*cheating is manifestation of using illigitimate means to achieve a legitimate end (achieve academic success or avoid academic failure,*” maksudnya “menyontek” adalah perbuatan yang menggunakan cara-cara yang tidak sah untuk tujuan yang sah/terhormat yaitu mendapatkan keberhasilan akademis atau menghindari kegagalan akademis.

Taylor dan Carol (Hartanto, 2012) menyontek didefinisikan sebagai mengikuti ujian dengan melalui jalan yang tidak jujur, menjawab pertanyaan dengan cara yang tidak semestinya, melanggar aturan dalam ujian atau kesepakatan.

Menurut Ronney dan Steinbach (Barzegar dan Khezini, 2011) menyontek didefinisikan sebagai menggunakan cara apa pun untuk mendapatkan sesuatu yang tidak adil, yang termasuk berbohong, menutupi kebenaran, penipuan, dan pelanggaran kepercayaan.

Dari teori-teori tentang motivasi, diketahui bahwa *cheating* atau menyontek bisa terjadi apabila seseorang berada dalam kondisi underpressure (dibawah tekanan), atau apabila dorongan atau harapan untuk berprestasi jauh lebih besar dari pada potensi yang dimiliki. Semakin besar harapan atau semakin tinggi prestasi yang diinginkan dan semakin kecil potensi yang dimiliki maka semakin besar hasrat dan kemungkinan untuk melakukan perilaku menyontek (Alhadza, 2004).

Belajar yang efektif dapat membantu siswa untuk meningkatkan kemampuan yang diharapkan sesuai dengan tujuan instruksional yang ingin dicapai. Untuk meningkatkan prestasi

belajar yang baik perlu diperhatikan kondisi internal dan eksternal. Kondisi internal adalah kondisi atau situasi yang ada dalam diri siswa, seperti kesehatan, keterampilan, kemampuan dan sebagainya. Kondisi eksternal adalah kondisi yang ada di luar diri pribadi manusia, misalnya ruang belajar yang bersih, sarana dan prasarana belajar yang memadai.

Dalam perkembangan mutakhir “menyontek” dapat ditemukan dalam bentuk perjokian seperti kasus yang sering terjadi dalam UMPTN/SMPTN, memberi lilin atau pelumas kepada lembaran jawaban komputer atau menebarkan atom magnet dengan maksud agar mesin scanner komputer dapat terkecoh ketika membaca lembar jawaban sehingga gagal mendeteksi jawaban yang salah atau menganggap semua jawaban benar, dan banyak lagi cara-cara yang sifatnya spekulatif maupun rasional.

Dalam tingkatan yang lebih intelektual, sering kita dengar plagiat karya ilmiah seperti dalam wujud membajak hasil penelitian orang lain, menyalin skripsi, tesis, ataupun disertasi orang lain dan mengajukannya dalam ujian sebagai karyanya sendiri. Ternyata praktik “menyontek” banyak macamnya, dimulai dari bentuk yang sederhana sampai kepada bentuk yang canggih. Teknik “menyontek” tampaknya mengikuti pula perkembangan teknologi, artinya semakin canggih teknologi yang dilibatkan dalam pendidikan semakin canggih pula bentuk “menyontek” yang bakal menyertainya. Bervariasi dan beragamnya bentuk perbuatan yang dapat dikategorikan sebagai “menyontek” maka sekilas dapat diduga bahwa hampir semua pelajar pernah melakukan “menyontek” meskipun mungkin wujudnya sangat sederhana dan sudah dalam kategori yang dapat ditolerir.

Meskipun demikian dapat dikatakan bahwa apapun bentuknya, dengan cara sederhana ataupun dengan cara yang canggih, dari sesuatu yang sangat tercela sampai kepada yang mungkin dapat ditolerir, “menyontek” tetap dianggap oleh

masyarakat umum sebagai perbuatan ketidakjujuran, perbuatan curang yang bertentangan dengan moral dan etika serta tercela untuk dilakukan oleh seseorang yang terpelajar.

Berdasarkan uraian di atas maka yang dimaksud dengan “menyontek” dalam tulisan ini adalah segala perbuatan atau trik-trik yang tidak jujur, perilaku tidak terpuji atau perbuatan curang yang dilakukan oleh seseorang untuk mencapai keberhasilan dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik terutama yang terkait dengan evaluasi/ujian hasil belajar. Salah satu faktor yang mempengaruhi siswa menyontek adalah motivasi berkompetisi dalam prestasi belajar yang ketat. Motivasi Berkompetisi adalah suatu dorongan dalam diri seseorang untuk memperlihatkan keunggulan masing-masing dan untuk mencapai sesuatu yang terbaik, mencari pengakuan dan kehormatan diri dari orang lain dengan cara memperkecil hasil orang lain, menghindari kerjasama, memaksimalkan hasil pribadi dan menonjolkan diri (Mahzumah, 2004).

Dari beberapa pengertian menyontek oleh ahli diatas maka penulis secara umum menyimpulkan bahwa menyontek adalah perbuatan meniru, atau menjiplak pekerjaan orang lain sesuai dengan aslinya saat ujian yang menyalahi aturan atau pelanggaran yang terjadi saat ujian.

B. Bentuk –Bentuk Perilaku Menyontek

Perilaku menyontek sebagai perilaku yang kompleks (rumit) dapat disebabkan berbagai macam faktor, juga dapat terlihat dalam berbagai bentuk perilaku yang terkadang tidak kita sadari bahwa sebenarnya kita sudah melakukan perilaku menyontek. Hetherington dan Feldman (Anderman dan Murdock, 2007) mengelompokkan empat bentuk perilaku menyontek, yaitu:

1. **Individualistic-opportunistic** dapat diartikan sebagai perilaku dimana siswa mengganti suatu jawaban ketika ujian atau

tes sedang berlangsung dengan menggunakan catatan ketika guru atau guru keluar dari kelas.

2. **Independent-planned** (mandiri terencana) dapat diidentifikasi sebagai menggunakan catatan ketika tes atau ujian berlangsung, atau membawa jawaban yang telah lengkap atau telah dipersiapkan dengan menuliskannya terlebih dahulu sebelum ujian berlangsung.
3. **Social-active** (sosial aktif) yaitu perilaku menyontek dimana siswa mengkopli, melihat atau meminta jawaban dari orang lain.
4. **Social-passive** (sosial pasif) adalah mengizinkan seseorang melihat atau mengkopli jawabannya.

Berdasarkan hasil penelitian dari Friyatmi (2011: 181) bentuk-bentuk perilaku menyontek yang sering dilakukan siswa yaitu :

1. Menggunakan bahan atau bantuan yang tidak diizinkan
2. Menyalin jawaban orang lain mengizinkan orang lain menyalin jawaban sendiri.
3. Saling bertukar jawaban dengan orang lain dalam berbagai cara
4. Mencari jawaban diluar ruang ujian.

Ada beberapa bentuk perilaku menyontek yang dilakukan kebanyakan siswa antara lain: seorang siswa memindahkan informasi contekan pada kertas kecil, seorang siswa memberikan bantuan kepada temannya sebagian jawaban dengan berbagai cara, soal ujian yang telah bocor kepada sebagian pelajar, membuat catatan kecil terselip di baju, alat tulis atau meja, mencatat di tangan dan kaki, menggunakan Isyarat tertentu, serta membuat pengalih perhatian agar pengawas ujian tidak melihat saat menyontek..

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa pengertian perilaku menyontek adalah kecurangan yang dilakukan untuk memperoleh hasil yang maksimal dengan cara yang tidak halal seperti membuka catatan, bertanya kepada teman, ataupun melihat langsung jawaban dari internet, dan perilaku lainnya yang tidak dibenarkan untuk dilakukan karena tidak hanya merugikan bagi orang lain, tetapi juga sangat merugikan dirinya sendiri sebagai pelaku sontek. Cheating dalam tugas akademik meliputi susunan yang bermacam-macam dari fenomena psikologis, meliputi pembelajaran, perkembangan, dan motivasi. Fenomena ini merupakan inti dari psikologi pendidikan.

C. Faktor Penyebab Perilaku Menyontek

Faktor penyebab “menyontek”, menurut Nugroho (2008), yang menjadi penyebab munculnya tindakan ”menyontek” bisa dipengaruhi beberapa hal. Baik yang sifatnya berasal dari dalam (internal) yakni diri sendiri maupun dari luar (eksternal) misalnya dari guru, orang tua maupun sistem pendidikan itu sendiri.

1. Faktor dari dalam diri sendiri

Kurangnya rasa percaya diri pelajar dalam mengerjakan soal. Biasanya disebabkan ketidaksiapan belajar baik persoalan malas dan kurangnya waktu belajar. Orientasi pelajar pada nilai bukan pada ilmu. Sudah menjadi kebiasaan dan merupakan bagian dari insting untuk bertahan. Merupakan bentuk pelarian/protes untuk mendapatkan keadilan. Hal ini disebabkan pelajaran yang disampaikan kurang dipahami atau tidak mengerti dan sehingga merasa tidak puas oleh penjelasan dari guru/dosen. Melihat beberapa mata pelajaran dengan kaca mata yang kurang tepat, yakni merasa ada pelajaran yang penting dan tidak penting

sehingga mempengaruhi keseriusan belajar. Terpengaruh oleh budaya instan yang mempengaruhi sehingga pelajar selalu mencari jalan keluar yang mudah dan cepat ketika menghadapi suatu persoalan termasuk test/ujian. Tidak ingin dianggap sok suci dan lemahnya tingkat keimanan.

2. Faktor dari Guru

Guru tidak mempersiapkan proses belajar mengajar dengan baik sehingga yang terjadi tidak ada variasi dalam mengajar dan pada akhirnya murid menjadi malas belajar. Guru terlalu banyak melakukan kerja sampingan sehingga tidak ada kesempatan untuk membuat soal-soal yang variatif. Akibatnya soal yang diberikan antara satu kelas dengan kelas yang lain sama atau bahkan dari tahun ke tahun tidak mengalami variasi soal. Soal yang diberikan selalu berorientasi pada hafal mati dari text book. Tidak ada integritas dan keteladan dalam diri guru berkenaan dengan mudahnya soal diberikan kepada pelajar dengan imbalan sejumlah uang.

3. Faktor dari Orang Tua

Adanya hukuman yang berat jikalau anaknya tidak berprestasi. Ketidaktahuan orang tua dalam mengerti pribadi dan keunikan masing-masing dari anaknya, sehingga yang terjadi pemaksaan kehendak.

4. Faktor dari Sistem Pendidikan

Meskipun pemerintah terus memperbaharui sistem kurikulum yang ada, akan tetapi sistem pengajarannya tetap tidak berubah, misalnya tetap terjadi one way yakni dari guru untuk siswa. Muatan materi kurikulum yang ada seringkali masih tumpang tindih dari satu jenjang ke jenjang lainnya yang akhirnya menyebabkan pelajar/siswa menganggap rendah dan mudah setiap materi. Sehingga yang terjadi bukan semakin bisa melainkan pembodohan karena kebosanan.

Menurut Abdullah Alhadza dalam Admin (2004) mengutip pendapat Smith yang menemukan bahwa keputusan moral (moral decision) dan motivasi untuk berprestasi/ ketakutan untuk gagal menjadi alasan yang signifikan seseorang untuk melakukan "menyontek". Alhadza juga pernah melakukan penelitian dengan menyebarkan kuesioner dengan pertanyaan terbuka kepada sekitar 60 orang mahasiswa di PPS UNJ. Dari hasil kuisisioner tersebut didapatkan jawaban tentang alasan seseorang melakukan menyontek dengan pengelompokan sebagai berikut:

1. Karena terpengaruh setelah melihat orang lain melakukan "menyontek" meskipun pada awalnya tidak ada niat melakukannya.
2. Terpaksa membuka buku karena pertanyaan ujian terlalu membukuk (buku sentris) sehingga memaksa peserta ujian harus menghafal kata demi kata dari buku teks.
3. Merasa dosen/guru kurang adil dan diskriminatif dalam pemberian nilai.
4. Adanya peluang karena pengawasan yang tidak ketat.
5. Takut gagal. Yang bersangkutan tidak siap menghadapi ujian tetapi tidak mau menundanya dan tidak mau gagal.
6. Ingin mendapatkan nilai tinggi tetapi tidak bersedia mengimbangi dengan belajar keras atau serius.
7. Tidak percaya diri. Sebenarnya yang bersangkutan sudah belajar teratur tetapi ada kekhawatiran akan lupa lalu akan menimbulkan kefatalan, sehingga perlu diantisipasi dengan membawa catatan kecil.
8. Terlalu cemas menghadapi ujian sehingga hilang ingatan sama sekali lalu terpaksa buka buku atau bertanya kepada teman yang duduk berdekatan.

9. Merasa sudah sulit menghafal atau mengingat karena faktor usia, sementara soal yang dibuat penguji sangat menekankan kepada kemampuan mengingat.
10. Mencari jalan pintas dengan pertimbangan daripada mempelajari sesuatu yang belum tentu keluar lebih baik mencari bocoran soal.
11. Menganggap sistem penilaian tidak objektif, sehingga pendekatan pribadi kepada dosen/guru lebih efektif daripada belajar serius.

Hal demikian terjadi dikarenakan para siswa/ mahasiswa akibat Penugasan guru/dosen yang tidak rasional yang mengakibatkan siswa/mahasiswa terdesak sehingga terpaksa menempuh segala macam cara. Yakin bahwa dosen/guru tidak akan memeriksa tugas yang diberikan berdasarkan pengalaman sebelumnya sehingga bermaksud membalas dengan mengelabui dosen/guru yang bersangkutan.

D. Dampak Perilaku Menyontek

Perilaku menyontek adalah kegiatan menghilangkan nilai-nilai yang berharga dengan melakukan ketidak jujuran atau penipuan.

Dampak Menyontek dan Pengaruh budaya menyontek terhadap prestasi siswa. Menurut Bandura (dalam Vegawati, Oki dan Noviani, 2004), fungsi psikologis merupakan hubungan timbal balik yang interdependen dan berlangsung terus menerus antara faktor individu, tingkah laku, dan lingkungan. Dalam hal ini, faktor penentu tingkah laku internal (keyakinan dan harapan), serta faktor penentu eksternal (“hadiah” dan “hukuman”) merupakan bagian dari sistem pengaruh yang saling berinteraksi. Proses interaksi yang terjadi dalam individu terdiri dari empat proses, yaitu atensi, retensi, reproduksi motorik, dan motivasi. Menurut Vegawati, Oki dan Noviani,

(2004), Pada saat dorongan tingkah laku menyontek muncul, terjadilah proses atensi, yaitu muncul ketertarikan terhadap dorongan karena adanya harapan mengenai hasil yang akan dicapai jika ia menyontek. Pada proses retensi, faktor-faktor yang memberikan atensi terhadap stimulus perilaku menyontek itu menjadi sebuah informasi baru atau digunakan untuk mengingat kembali pengetahuan maupun pengalaman mengenai perilaku menyontek, baik secara maya (*imaginary*) maupun nyata (*visual*).

Dampak yang timbul dari praktek menyontek yang secara terus menerus dilakukan akan mengakibatkan ketidakjujuran. Jika tidak, niscaya akan muncul malapetaka: peserta didik akan menanam kebiasaan berbuat tidak jujur, yang pada saatnya nanti akan menjadi kandidat koruptor. (Poedjinoegroho, 2006) Pengajaran yang orientasinya siswa mampu menjawab soal dan bukan pada pengertian serta pengembangan inovasi dan kreatifitas siswa akan menumbuhkan kebosanan, kejenuhan, suasana monoton yang dapat berakibat stress. Sudah waktunya sistem pendidikan kita bersifat two way communication antara guru dan siswa. Kelompok kerja makalah, presentasi, pembuatan alat peraga, studi lapangan (misalnya ke pabrik salah satu orang tua siswa) kiranya lebih digiatkan daripada menimbuni siswa dengan soal-soal yang banyak tapi dikerjakan dengan menyontek. (Widiawan,1995).

Jika masalah menyontek ini masih saja dianggap sepele oleh semua orang, tidak akan respon dan tanggapan dari guru, kepala sekolah, pengawas, dinas pendidikan para pakar pendidikan dan pengambil kebijakan dalam bidang pendidikan, penulis pesimis dunia pendidikan akan maju, kreatifitas siswa akan hilang yang tumbuh mungkin orang-orang yang tidak jujur yang bekerja disemua sektor kehidupan. Beralih kembali ke permasalahan kebiasaan menyontek dalam konteks masyarakat ialah tidak

adanya penerapan budaya malu dalam menyontek. Pendidik atau guru pada saat terjebak dengan pandangan penerapan budaya malu dengan penerapan mempermalukan. Hal ini terlihat dengan adanya konsekuensi yang biasa diberikan kepada pelaku dengan mempermalukan di depan teman-temannya yang lain atau lingkungan lain atas tindakan menyontek. Penerapan budaya malu lebih kepada upaya brain washing untuk mendoktrin setiap orang bahwa menyontek adalah upaya yang sangat memalukan dan tidak memerlukan sebuah hukuman langsung terhadap pelaku. Setiap orang yang ingin menyontek akan merasa bahwa setiap orang bahkan dirinya sendiri akan mengawasi dan menghakiminya ketika dia menyontek. Suatu ironi hal ini tidak berlaku dalam masyarakat kita yang dikenal dengan mitos masyarakat yang santun, ramah, bermoral dll.

Pandangan di atas menghilangkan faktor individu sebagai sebuah permasalahan seperti pandangan bahwa seseorang menyontek karena ketidaksiapan dalam menghadapi ujian, adanya sifat pemalas pada individu maupun pandangan-pandangan lain yang lebih mengarah pada penghakiman terhadap individu. Hal ini dikarenakan penulis menyepakati sebuah anggapan bahwa bagaimanapun sebuah sistem jauh lebih penting dari pada pelaku sistem itu sendiri, pertama karena pelaku sistem adalah bagian dari sistem itu sendiri dan kedua adalah sebaik-baiknya pelaku sistem pasti akan menyesuaikan diri dengan sistem itu sendiri. Terlepas dari semua itu, banyak siswa yang mengakui bahwa mereka menyontek pada saat tidak tahu jawaban dari soal-soal yang diberikan oleh guru dan termasuk saat ulangan berlangsung. Pada dasarnya koesioner tidak menyadari bahwa ketidakmampuan mereka menjawab soal ujian merupakan salah satu faktor penyebab mereka menyontek.

E. Pengaruh Menyontek Bagi Prestasi Siswa

Dalam hubungannya dengan prestasi belajar, prestasi yang diperoleh dianggap sebagai prestasi palsu, karena diperoleh dari hasil menyontek dan menjiplak. Bukan berdasarkan aturan-aturan dasar untuk berprestasi yang terdiri dari kepandaiaan, kecerdasan, ketanggapan, dan kerajinan berusaha. Fenomena menyontek sering terjadi dalam kegiatan belajar mengajar di sekolah atau madrasah, tetapi jarang kita dengar masalah menyontek dibahas dalam tingkatan atas, cukup diselesaikan oleh guru atau paling tinggi pada tingkat pimpinan sekolah atau madrasah itu sendiri.

Sudah dimaklumi bahwa orientasi belajar siswa-siswi di sekolah hanya untuk mendapatkan nilai tinggi dan lulus ujian, lebih banyak kemampuan kognitif dari afektif dan psikomotor, inilah yang membuat mereka mengambil jalan pintas, tidak jujur dalam ujian atau melakukan praktek menyontek. Dalam hubungannya dengan prestasi belajar, prestasi yang diperoleh dianggap sebagai prestasi palsu, karena diperoleh dari hasil menyontek dan menjiplak. Bukan berdasarkan aturan-aturan dasar untuk berprestasi yang terdiri dari kepandaiaan, kecerdasan, ketanggapan, dan kerajinan berusaha.

F. Upaya Menanggulangi Prilaku Mentontek

Sebagai konselor harus mengetahui dan memahami perilaku menyontek siswa . upaya penanggulangannya yaitu :

Pertama, Diri Sendiri

a. Bangkitkan Rasa Percaya Diri (*Self-efficacy*)

Dengan membangkitkan rasa percaya diri, seorang siswa akan mampu untuk mandiri dan tidak tergantung pada orang lain. Siswa yang menyontek biasanya akan terbiasa untuk bergantung pada orang lain. Oleh karena itu untuk mengurangi kebiasaan

menyontek, seorang siswa harus dapat meningkatkan rasa percaya dirinya. Jika siswa sudah memiliki rasa percaya diri yang tinggi maka dia akan percaya akan kemampuan dirinya ketika menjawab soal-soal ujian. Seorang siswa yang memiliki *self-efficacy* yang baik, ketika dalam menghadapi ujian akan memiliki pengharapan akan nilai yang bagus dan hasil yang memuaskan dengan mempersiapkan diri sebelum dilakukannya ujian.

b. Arahkan *Self-consept* ke Arah yang Lebih Proporsional

Jika seorang siswa sudah memiliki konsep diri yang positif, maka dia akan dapat mengontrol dirinya agar tidak menyontek ketika ujian maupun tes lainnya. Siswa yang memiliki konsep diri yang positif berarti dia sudah mampu mengenal diri dan potensi-potensi yang dapat dikembangkan baik dalam bidang akademik maupun non akademik. Hal tersebut dapat membuat siswa mampu menentukan tujuan yang realistis dan lebih mudah mencapai prestasi yang optimal. Hubungan antara tingginya konsep diri yang dimiliki seorang siswa dengan intensi siswa menyontek sudah dibuktikan oleh Uni Setyani (2007:80) bahwa pada siswa di SMA Negeri 2 Semarang, sebanyak 21,5% siswa menyontek karena konsep diri yang rendah. Konsep diri yang dimiliki seseorang juga dipengaruhi oleh lingkungannya terutama teman sebaya di sekolah. Interaksi antara teman sebaya akan memunculkan adanya penerimaan atau penolakan sosial. Penilaian tersebut akan memberikan pandangan kepada individu mengenai peranannya dalam lingkungan sosial.

Menurut Pudjijogjanti (1985:26; dalam Uni Setyani, 2007:75) menyatakan bahwa siswa memiliki pendekatan yang berbeda-beda dalam memahami dan melaksanakan tugas-tugas sekolah. Bentuk pendekatan yang dilakukan siswa untuk memahami dan melaksanakan tugas dipengaruhi oleh pandangan siswa pada diri

dan lingkungannya, yang berarti konsep diri berperan penting dalam menentukan kualitas dan kuantitas belajar siswa dalam usahanya meraih prestasi.

c. Biasakan Berpikir Lebih Realistis dan Tidak Ambisius

Di dalam belajar maupun ujian hendaknya seorang siswa tidak hanya mementingkan tujuan akan nilai yang tinggi dan prestasi yang baik saja. Dii dalam belajar yang diharapkan terhadap siswa adalah mampu menguasai apa yang di pelajari bukan hanya berorientasi pada hasil akhirnya.

Kedua, Orang Tua

Menurut Hurlock (1999:132; dalam Uni Setyani, 2007:76) pandangan orang tua tentang kemampuan dan prestasi anak akan mempengaruhi cara pandang anak terhadap dirinya. Orang tua yang terlalu mengaharapkan anaknya mendapatkan prestasi yang baik akan mempengaruhi anak untuk memperoleh nilai yang baik bagaimanapun caranya, termasuk menyontek.

Orang tua hendaknya mengenali potensi dan kemampuan anaknya. Jika anak kemampuan yang rendah jangan terlalu menuntut anak untuk mendapatkan nilai tinggi.

Orang tua hendaknya juga senantiasa menciptakan lingkungan psikologis yang mampu mempertahankan terwujudnya kosep diri positif dengan memberi penghargaan terhadap prestasi yang sudah diraih anak.

Orang tua diharapkan agar tidak mematok atau memberi target nilai yang harus didapatkan oleh anak. Orang tua hendaknya memberikan perhatian dan mengontrol proses belajar anak, memberi pengertian dan motivasi pada anak tentang pentingnya proses belajar sehingga anak tidak berorientasi pada hasil atau nilai sehingga dapat meminimalisir intensi menyontek. Orang tua hendaknya juga tidak menggunakan pola asuh yang otoriter

dalam mendidik anak sehingga anak percaya diri di dalam bergaul dan bersosialisasi.

Ketiga, Guru

Guru hendaknya meningkatkan pengawasan dan memberikan hukuman tegas pada siswa yang menyontek sehingga siswa tidak berani mengulangi perbuatannya. Guru juga hendaknya tidak menganggap bahwa menyontek sebagai perbuatan yang wajar, akan tetapi harus menyikapinya dengan serius.

Hal-hal yang perlu dilakukan oleh guru untuk mengurangi intensitas menyontek adalah sebagai berikut:

- a. Membentuk hubungan saling menghargai antara guru dengan siswa, serta menolong siswa bertindak jujur dan tanggung jawab.
- b. Membuat dan mendukung peraturan sehubungan dengan menyontek, karena siswa memahami peraturan dari tindakan guru.
- c. Mengembangkan kebiasaan dan keterampilan belajar yang baik dan menolong siswa merencanakan, melaksanakan cara belajar siswa.
- d. Tidak membiarkan siswa menyontek jika hal tersebut terjadi dalam kelas dengan teguran atau cara lain yang pantas dengan perbuatannya, sebagai penerapan disiplin.
- e. Bertanggung jawab merefleksikan “kebenaran dan kejujuran”, yaitu guru menjadikan diri sebagai teladan siswa dalam menanamkan nilai kebenaran dan kejujuran.
- f. Menggunakan tes subjektif sebagai dasar proses ulangan dan ujian.
- g. Menekankan “belajar” lebih sekedar mendapat nilai, yaitu membantu siswa memahami arti belajar sebagai suatu tujuan mereka sekolah dan nilai akan berarti bila murni dengan kemampuan siswa sendiri.

Keempat, Sekolah

Berkaitan dengan pelaksanaan ujian, sekolah diharapkan membuat sistem ujian dan menggunakan bentuk soal yang meminimalisir intensi menyontek. Sistem ujian diharapkan memperkecil kemungkinan terwujudnya perilaku menyontek, misalnya dengan mengatur jarak antar siswa dan membuat soal ujian yang berbeda-beda antar kelas. Sejak siswa mulai masuk, sekolah diharapkan menanamkan pemahaman pada siswa bahwa menyontek merupakan suatu bentuk ketidakjujuran yang dapat berdampak pada aspek kehidupan lain.

Langkah yang perlu dilakukan untuk mengurangi intensitas menyontek adalah dengan mengurangi perilaku ketidaksiapan siswa dalam mengikuti pelajaran, mengurangi perilaku prokrastinasi, dan menghilangkan materi yang mempersulit proses belajar (Whitley, 1998; Anderman, 2007; dalam Dody Hartanto, 2012:45).

Menurut McCabe dan Pavela (1997; Linda Klebe Trevino, 2001; dalam Dody Hartanto, 2012:46) mengemukakan 10 prinsip yang harus dilakukan dalam menangani masalah menyontek, yaitu sebagai berikut:

1. memberikan penegasan atau penguatan tentang pentingnya integritas akademik,
2. mendorong kecintaan belajar,
3. memperlakukan siswa sebagai diri mereka sendiri,
4. membantu terciptanya perkembangan lingkungan yang saling percaya,
5. mendorong tanggung jawab siswa dalam meraih integritas akademik,
6. melakukan klarifikasi atas harapan siswa,
7. membuat atau menciptakan bentuk tes yang adil dan relevan,
8. mengurangi kemungkinan terjadinya ketidakjujuran akademik,

9. melawan ketidakjujuran akademik yang terjadi, dan
10. membantu mendefinisikan dan mendukung terciptanya standar integritas akademik.

Menyontek juga berkaitan dengan pola pikir siswa terhadap perilaku menyontek, jadi berkenaan dengan ini sekolah hendaknya mengubah pola pikir siswa bahwa menyontek merupakan suatu perilaku yang tidak baik, menyontek dapat mengikis kejujuran dan moral seseorang.

Kelima, Guru BK atau Konselor

Untuk menanggulangi perilaku menyontek, guru BK dapat menggunakan Konseling Kognitif Perilaku (KKP) dan konseling REBT berbasis kelompok.

1. Konseling Kognitif Perilaku (KKP)

Konseling kognitif perilaku digunakan untuk menangani masalah kecemasan pada siswa. Salah satunya kecemasan yang akhirnya menyebabkan siswa menyontek. Konseling kognitif perilaku ini berkaitan dengan kognitif (pemikiran) dan perilaku seseorang dalam kehidupan. Filosofi yang digunakan dalam Konseling Kognitif Perilaku adalah perasaan dan perilaku manusia ditentukan oleh bagaimana ia memberi arti (makna) pada setiap kejadian, masalah, dan situasi yang dihadapi (Dody Hartanto, 2012:49). Jadi perilaku manusia dikaitkan dengan bagaimana manusia itu memaknai setiap kejadian di dalam hidupnya.

Menurut Oemaryadi (Mubyar, 2009; dalam Dody Hartanto, 2012:50), teori KKP didasarkan pada pola pembentukan manusia melalui program Stimulus-Kognisi-Respons (SKR) yang saling terkait dan membentuk jaringan dalam otak, dimana proses kognitif menjadi faktor penentu dalam menjelaskan bagaimana manusia merasa, berpikir, dan bertindak.

Tujuan dari Konseling Kognitif Perilaku ini adalah mengoreksi *self-belief* yang salah atau menyimpang yang mengakibatkan cara berpikir yang tidak rasional yang selanjutnya akan menimbulkan gangguan psikologis. Menurut perspektif keyakinan diri, Konseling Kognitif Perilaku bertujuan untuk meningkatkan *efikasi diri (self-efficacy)* individu (Kalodner, 1995; Ilfiandra, 2008; dalam Dody Hartanto, 2012:51). Berdasarkan teori efikasi diri, individu memiliki harapan untuk berhasil dalam menampilkan perilaku yang khusus dan harapan yang dimiliki itu dapat berpengaruh pada pengambilan keputusan untuk mencoba perilaku baru dan mempertahankan perubahan perilaku.

Model *self-efficacy* oleh Albert Bandura merupakan salah satu model Konseling Kognitif Perilaku (KKP) yang sering digunakan. *Self-efficacy* dapat diartikan sebagai keyakinan terhadap diri sendiri. Bandura merupakan ahli psikologi yang banyak menulis bahwa faktor sosial-kognitif mempengaruhi belajar dan perubahan perilaku individu.

Berbagai teknik yang digunakan dalam Konseling Kognitif Perilaku oleh Bond (2004; dalam Dody Hartanto, 2012:56) dibagi kedalam tiga kategori, yaitu (a) restrukturisasi kognitif, yang mencakup terapi emosi rasional, pengajaran diri, dan terapi kognitif, (b) terapi keterampilan dalam menangani situasi yang meliputi pemodelan tertutup, latihan pengolahan kecemasan, dan suntikan stres, serta (c) terapi pemecahan masalah yang berisikan pemecahan masalah perilaku dan kepercayaan diri.

McLeod (2006; Mubyar, 2009; dalam Dody Hartanto, 2012:57) menyebutkan bahwa beberapa teknik yang dapat digunakan dalam Konseling Kognitif Perilaku, yaitu:

a. Menata keyakinan yang irasional,

- b. Bibliotherapy (terapi pustaka), yaitu menerima kondisi emosi internal sebagai sesuatu yang menarik bukannya sesuatu yang menakutkan,
- c. Mengulang kembali penggunaan beragam pernyataan diri,
- d. Mencoba penggunaan berbagai pernyataan diri,
- e. Mengukur perasaan,
- f. Menghentikan pikiran,
- g. Desensitisasi sistematis,
- h. Pelatihan keterampilan sosial,
- i. Assertiveness skill training atau pelatihan keterampilan agar dapat bertindak dengan tegas,
- j. Pemberian tugas rumah, dan
- k. In vivo exposure, yaitu mengatasi situasi yang menyebabkan masalah dengan memasuki situasi tersebut.
- l. Penggunaan KKP untuk mengurangi intensitas menyontek sudah dibuktikan oleh Mubarok (2009) bahwa menyontek di sekolah dasar memiliki intensitas sedang dan rendah. Penelitian yang lain juga menemukan intensitas menyontek di sekolah menengah pertama yang berada pada kategori sedang dan tinggi.

2. Konseling REBT Berbasis Kelompok

REBT (*Rasional Emotive Behavior Therapy*) dulu dikenal sebagai RET (*Rational Emotive Therapy*). Pendekatan RET lebih ditekankan pada kognisi, perilaku dan aksi yang lebih mengutamakan berpikir, menilai, menentukan, menganalisis dan melakukan sesuatu. George & Crintiani (1990; dalam Hartanto dan Boy Soedarmadji, 2013:131) menyatakan bahwa pendekatan RET ini menekankan pada proses berpikir konseli yang dihubungkan dengan perilaku serta kesulitan psikologis dan emosional.

Berkenaan dengan teknik REBT, menurut Gladding (2004; dalam Dody Hartanto, 2012:60) dapat menggunakan berbagai macam teknik. Dua yang utama adalah mengajari (*teaching*) dan menantang (*disputing*). Mengajari menyangkut memberikan pemahaman tentang ide dasar REBT dan memahami bahwa pikiran bertautan dengan emosi dan perilaku. Sedangkan teknik menantang terbagi menjadi tiga, yaitu menantang pemikiran atau keyakinan, tantang imajiner, dan tantangan perilaku.

REBT tidak hanya bertujuan menghilangkan simtom, tetapi juga membantu orang memeriksa dan mengubah beberapa nilai dasar mereka terutama yang menimbulkan gangguan (Dody Hartanto, 2012: 67). Hal ini berkaitan dengan menghilangkan penilaian yang salah oleh siswa terhadap perilaku menyontek.[]

BAB 9

BURNOUT SEKOLAH

A. Defenisi Burnout Sekolah

Sejarah Istilah burnout sebenarnya diperkenalkan oleh Bradley pada tahun 1969, namun tokoh yang dianggap sebagai penemu dan penggagas istilah burnout adalah **Herbert Freudenberger** yang menulis artikel tentang fenomena burnout pada tahun 1974. Pada masa itu, Freudenberger yang bekerja sebagai psikiater disalah satu klinik kecanduan obat di New York melihat bahwa banyak tenaga sukarelawan yang semula bersemangat melayani pasien kemudian mengalami penurunan motivasi dan komitmen kerja yang disertai dengan gejala keletihan fisik dan mental secara keseluruhan yang disebabkan oleh upaya yang berlebihan untuk mencapai tujuan kerja yang tidak realistis dan merupakan akibat akhir dari stres kerja (Dessler, 1992)

Secara harfiah, arti kejenuhan ialah padat atau penuh sehingga tidak mampu lagi memuat apapun. Selain itu, jenuh juga dapat berarti jemu atau bosan. Dalam belajar, disamping

siswa sering mengalami kelupaan, ia juga terkadang mengalami peristiwa negatif lainnya seperti jenuh belajar. Peristiwa jenuh ini kalau dialami seorang siswa yang sedang dalam proses belajar (kejenuhan belajar) dapat membuat siswa tersebut merasa telah memubazirkan usahanya (Syah, 1995).

Menurut Al-Qawiy (2004) bahwa kejenuhan adalah tekanan sangat mendalam yang sudah sampai titik jenuh. Kejenuhan belajar adalah suatu kondisi mental seseorang saat mengalami rasa bosan dan lelah yang amat sangat sehingga mengakibatkan timbulnya rasa lesu, tidak bersemangat atau hidup tidak bergairah untuk melakukan aktifitas belajar (Hakim, 2004).

Sedangkan menurut Robert (dalam Muhibbin syah,1999) kejenuhan belajar adalah rentang waktu yang digunakan untuk belajar, tetapi tidak mendatangkan hasil. Menurut Schaufeli, Martinez, Pinto, Salanova dan Bakker (2002) burnout yang terjadi di kalangan siswa merujuk pada rasa lelah secara emosional yang disebabkan oleh tuntutan belajar, memiliki perilaku sinis dan meninggalkan pelajaran, serta merasa sebagai pelajar yang tidak kompeten.

Burnout sebelumnya didefinisikan oleh Maslach dan Jackson (1981) sebagai sindrom kelelahan secara emosional dan sinisme dengan frekuensi yang sering pada seseorang yang pekerjaannya berhubungan dengan orang atau semacamnya (dalam Laili, 2014).

Berdasarkan pendapat diatas dapat diambil kesimpulan bahwa kejenuhan belajar adalah dimana kondisi emosional dan fisik seseorang yang tidak dapat memproses informasi-informasi atau pengalaman baru karena tekanan sangat mendalam yang berkaitan dengan belajar sehingga tidak bersemangat untuk melakukan aktivitas belajar. Didalam kamus psikologi (Chaplin, 1972) kejenuhan belajar dapat melanda siswa apabila ia telah kehilangan motivasi dan kehilangan konsolidasi salah satu

tingkat keterampilan tertentu sebelum siswa tertentu sampai pada tingkat keterampilan berikutnya.

Seorang siswa yang mengalami kejenuhan belajar merasa seakan-akan pengetahuan dan kecakapan yang diperoleh dari belajar tidak ada kemajuan. Tidak adanya kemajuan hasil belajar ini pada umumnya tidak berlangsung selamanya, tetapi dalam rentang waktu tertentu saja misalnya seminggu. Namun tidak sedikit siswa yang mengalami rentang waktu yang membawa kejenuhan itu berkali-kali dalam satu periode belajar tertentu. Menurut Cross (1974) dalam bukunya *the psychology of learning*, keletihan siswa dapat dikategorikan kedalam tiga macam, yakni: 1) keletihan indera siswa, 2) keletihan fisik siswa dan 3) keletihan mental siswa. Keletihan fisik dan keletihan indera (dalam hal ini mata dan telinga)

Pada umumnya dapat dikurangi atau dihilangkan lebih mudah setelah siswa beristirahat cukup (terutama tidur nyenyak) dan mengkonsumsi makanan dan minuman yang bergizi. Sebaliknya, keletihan mental tidak dapat diatasi dengan cara yang sederhana. Itulah sebabnya, keletihan mental dipandang sebagai faktor utama penyebab munculnya kejenuhan belajar. Dari beberapa uraian diatas dapat disimpulkan bahwa burnout belajar adalah suatu kondisi maupun reaksi-reaksi yang dialami individu dalam melaksanakan tugas-tugasnya yang ditandai dengan adanya kelelahan emosional, depersonalisasi dan perasaan rendah diri yang ditunjukkan pada menurunnya prestasi diri dalam belajar.

B. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Burnout Belajar

Faktor-faktor yang menyebabkan kejenuhan belajar menurut muhibbin syah (1999) yaitu:

1. Terlalu lama waktu untuk belajar tanpa atau kurang istirahat. Belajar secara rutin atau monoton tanpa variasi.

2. Lingkungan belajar yang buruk atau tidak mendukung. Lingkungan yang mendukung dapat meningkatkan motivasi belajar begitu pula dengan lingkungan yang kurang mendukung dapat menyebabkan kejenuhan belajar.
3. Lingkungan yang baik menimbulkan suasana belajar yang baik, sehingga kejenuhan dalam belajar akan berkurang, begitupun sebaliknya.
4. Konflik. Adanya konflik dalam lingkungan belajar anak baik itu konflik dengan guru maupun teman.
5. Tidak adanya umpan balik positif terhadap belajar, gaya belajar yang berpusat pada guru atau siswa tidak diberi kesempatan dalam menjelaskan maka siswa dapat merasa jenuh.

Mengerjakan sesuatu karena terpaksa. Tidak ada minat siswa dalam belajar dapat menyebabkan kejenuhan belajar pada pelajaran itu. Selain daripada faktor yang disebutkan oleh Syah adapula beberapa faktor yang mempengaruhi kejenuhan belajar.

Menurut Hakim (2004) faktor penyebab kejenuhan belajar adalah:

1. Cara atau metode yang tidak bervariasi
2. Belajar hanya ditempat tertentu
3. Suasana belajar yang tidak berubah-ubah
4. Kurang aktifitas rekreasi atau hiburan
5. Adanya ketegangan mental kuat dan berlarut-larut pada saat belajar.

Kesimpulannya dari beberapa faktor diatas bahwa lingkungan belajar sekaligus metode pembelajaran dapat menyebabkan kejenuhan belajar. Lingkungan belajar yang kurang nyaman serta metode pembelajaran yang monoton dapat menyebabkan kejenuhan belajar begitu pula sebaliknya, lingkungan belajar

yang nyaman dan metode pembelajaran yang bervariasi dapat membuat suasana belajar menjadi menyenangkan.

C. Aspek-Aspek Burnout Belajar

Menurut Hakim (2004) kejenuhan belajar juga mempunyai tandatanda atau gejala-gejala yang sering dialami yaitu timbulnya rasa enggan, malas, lesu dan tidak bergairah untuk belajar. Sedangkan menurut Reber (dalam muhibbin syah, 2010) gejala-gejala kejenuhan belajar yaitu:

- 1) Merasa seakan-akan pengetahuan dan kecakapan yang diperoleh dari proses belajar tidak ada kemajuan. Siswa yang mulai memasuki kejenuhan dalam belajarnya merasa seakan-akan pengetahuan dan kecakapan yang diperolehnya dalam belajar tidak meningkat, sehingga siswa merasa sia-sia dengan waktu belajarnya.
- 2) Sistem akalinya tidak dapat bekerja sebagaimana yang diharapkan dalam memproses informasi atau pengalaman, sehingga mengalami stagnan dalam kemajuan belajarnya. Seorang siswa yang sedang dalam keadaan jenuh, sistem akalinya tidak dapat bekerja sebagaimana yang diharapkan dalam memproses berbagai informasi yang diterima atau pengalaman baru yang didapat.
- 3) Kehilangan motivasi dan konsolidasi. Siswa yang dalam keadaan jenuh merasa bahwa dirinya tidak lagi mempunyai motivasi yang dapat membuatnya bersemangat untuk meningkatkan pemahamannya terhadap pelajaran yang diterimanya atau dipelajarinya.

Menurut Maslach dan Leiter (dalam Muna 2013) mengemukakan bahwa burnout mempunyai tiga aspek yang terdapat pada Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS) yaitu:

- (1) Keletihan emosi (emotional exhaustion), yang ditunjukkan dengan sering merasa lelah, frustrasi, mudah tersinggung, sedih, putus asa, tidak berdaya,
- (2) merasa tertekan, mudah marah, dan perasaan tidak nyaman dalam melakukan tugas-tugas sekolah.
- (3) Depersonalisasi (cynism), yaitu menjauhnya individu dari lingkungan sekitar, merasa tidak mampu bersosialisasi terhadap orang lain, mudah menegelah setiap hari, merasa tidak peduli dengan orang lain, emosi tidak terkontrol, kehilangan harapan dalam belajar, merasa terjebak, dan merasa gagal.
- (4) Menurunnya keyakinan akademik (*reduce academic efficacy*), ditandai dengan perasaan rendah diri terhadap dirinya sendiri, kehilangan semangat belajar, merasa tidak kompeten, individu mengalami ketidakpuasan terhadap prestasi yang didapat dan merasa tidak pernah melakukan sesuatu yang bermanfaat bagi dirinya dan orang lain.

Cara Mengatasi Burnout Belajar Thursan Hakim (2004) (dalam Mubarak, 2009) menyebutkan beberapa cara untuk mengatasi kejenuhan belajar antara lain:

- a. Belajar dengan cara atau metode yang bervariasi Belajar dengan metode yang monoton akan menyebabkan kejenuhan dalam belajar, untuk itu kita di tuntut untuk menggunakan metode yang bervariasi agar tidak bosan, dengan cara merubah metode yang biasa kita gunakan dengan metode baru dan seterusnya akan menciptakan suasana baru Mengadakan perubahan fisik diruangan belajar
- b. Mengadakan perubahan fisik diruang belajar baik dikelas maupun dirumah yang ada kaitannya dengan perubahan bentuk materi seperti perubahan letak meja, kursi, papan tulis dan segala sesuatu yang ada kaitannya dengan aktifitas belajar.

- c. Menciptakan suasana baru di ruang belajar Pada umumnya ruang belajar yang tenang dan jauh dari kebisingan merupakan tempat yang ideal untuk belajar, namun hal ini jika dilakukan dalam waktu yang lama tanpa ada perubahan maka akan mengakibatkan kejenuhan belajar, oleh sebab itu ciptakan suasana baru diruang belaja, semisal belajar sambil mendengarkan musik instrumental yang berirama tenang atau musik kesukaan.
- d. Melakukan aktivitas rekreasi dan hiburan Belajar adalah salah satu kegiatan mental yang sangat melelahkan dan sangat menyita banyak energi, kelelahan yang berlarut-larut akan mengakibatkan kejenuhan, untuk itu perlu adanya istirahat yang cukup sebagai alternatif dalam mengembalikan atau memulihkan energi yang banyak tersita/terkurus saat belajar. didalam kelas.
- e. Hindari adanya ketegangan mental saat belajar Ketegangan mental akan membuat aktifitas belajar akan terasa jauh lebih berat dan melelahkan dan berujung pada kejenuhan belajar. Ketegangan mental dapat dihindari dengan jalan belajar santai artinya belajar dengan sikap rileks dan bebas dari ketegangan.

Adapun belajar santai yang dianggap bisa meminimalisir ketegangan mental adalah sebagai berikut:

- 1) Memperkecil seminimal mungkin kesulitan-kesulitan dalam pelajaran tertentu dengan cara sering bertanya pada guru maupun teman atau diskusi.
- 2) Usahakan untuk lebih fokus pada pelajaran yang akan diajarkan, bukan pada sipengajar. Sehingga tidak ada alasan tidak bisa karena takut pada guru atau pendidik.
- 3) Hindari selalu menunda-nunda waktu belajar yang hanya akan menyebabkan menumpuknya pelajaran yang harus kita pelajari, sehingga berakibat pada sistem kebut semalam yang

akan mengganggu pengoptimalan kinerja otak. (Mubarak, 2009).

Untuk mengatasi kelelahan mental yang berakibat pada kejenuhan belajar ada beberapa hal yang perlu diperhatikan sebagai berikut:

- 1) Siswa dianjurkan beristirahat dan mengonsumsi makanan dan minuman yang bergizi dalam takaran yang cukup.
- 2) Peninjauan kembali jam-jam dan jadwal belajar, sehingga memungkinkan siswa lebih giat belajar.
- 3) Mengubah dan menata kembali lingkungan belajar siswa yang meliputi pengubahan posisi meja tulis, lemari, rak buku, alat-alat belajar lainnya, sehingga memungkinkan siswa merasa berada didalam suasana baru, yang lebih menyenangkan untuk belajar.
- 4) Motivasi dan kreatifitas guru dengan menggunakan beberapa metode pengajaran, sehingga siswa tidak mudah bosan dan jenuh.
- 5) Siswa harus berbuat nyata (tidak menyerah atau tinggal diam) dengan kiat belajar tanpa ada rasa bosan. (muhibbin syah, 2005)

Dalam literatur lain, memberikan suatu solusi untuk mengatasi kejenuhan belajar, yaitu:

- 1) Cari manfaat dari belajar yang dilakukan. Belajar yang dilakukan oleh siswa pasti ada manfaatnya, dengan belajar siswa bisa memperoleh ilmu pengetahuan, menambah wawasan dan pengalaman hidup.
- 2) Lakukan belajar dengan perasaan senang dan kreatif. Suatu pekerjaan yang dilakukan dengan perasaan senang akan menimbulkan semangat. Begitu juga dengan kegiatan belajar, apabila merasa senang, siswa akan belajar dengan gairah dan bersemangat.

- 3) Pandang guru dari segi positifnya. Guru sebagai manusia biasa tidak lepas dari segala kelebihan dan kekurangan. Setiap bertemu dengan guru, siswa bisa diskusi, bertukar pendapat dan informasi untuk menambah wawasan ilmu pengetahuan.
- 4) Anggaplah belajar itu sebagai kebutuhan yang mendesak. Belajar jangan sampai hanya untuk menggugurkan kewajiban. Artinya, belajar selain sebagai kewajiban, juga harus menjadi kebutuhan yang harus segera dipenuhi. Kalau belajar itu sebagai suatu kebutuhan, siswa akan berusaha untuk belajar dengan giat.
- 5) Lakukan diskusi kelompok. Untuk menambah gairah belajar, siswa bisa mengajak teman-teman untuk melakukan kegiatan belajar bersama. Melalui diskusi kelompok atau belajar bersama, siswa bisa tukar pendapat, pengalaman, dan informasi diantara teman (Sukmana, 2011).

D. Upaya Untuk Mengatasi Burnout Sekolah

Adapun upaya yang dilakukan oleh sekolah untuk mengatasi *Burnout* dalam belajar, diantaranya :

1. Mendorong guru untuk menggunakan strategi, pendekatan, metode dan media pembelajaran yang bervariasi sehingga tidak menimbulkan kejenuhan dalam belajar.
2. Melakukan istirahat sejenak dan menganjurkan siswa untuk mengkonsumsi makanan dan minuman yang bergizi dengan takaran cukup.
3. Melakukan penjadwalan kembali jam-jam dari hari belajar yang dianggap lebih memungkinkan siswa belajar lebih giat.
4. Mengubah atau penataan kembali lingkungan belajar siswa yang meliputi pengubahan posisi meja tulis, lemari, rak buku, alat-alat perlengkapan belajar dan sebagainya sampai memungkinkan siswa merasa berada disebuah kamar baru yang lebih menyenangkan untuk belajar.

5. Memberikan motivasi dan stimulasi baru agar siswa merasa terdorong untuk belajar lebih giat dari pada sebelumnya.
6. Siswa didorong untuk berbuat nyata (tak menyerah/ tinggal diam) dengan cara mencoba belajar dan belajar lagi.
7. Menyampaikan informasi manfaat dari belajar.

Belajar yang dilakukan pasti ada manfaatnya. Dengan belajar, maka bisa memperoleh ilmu pengetahuan, bisa menambah teman mempererat tali silaturahmi, menambah wawasan dan pengalaman hidup. Singkatnya, manfaat belajar yaitu untuk persiapan masa depan yang lebih cerah semakin tahu manfaat belajar, akan semakin bersemangat untuk belajar dan menghilangkan kejenuhan.

8. Menciptakan suasana belajar yang menyenangkan dan kreatif.

Suatu pekerjaan yang dilakukan dengan perasaan senang akan menimbulkan senang. Begitu juga dengan kegiatan belajar, apabila suasananya menyenangkan, maka akan memiliki gairah dan semangat untuk belajar. Lama kelamaan perasaan jenuh akan terkikis dan hilang. Disamping itu, selama melakukan kegiatan belajar, kita atau siswa juga harus kreatif. Belajar dengan kreatif akan menimbulkan keasyikan dan kepuasan pribadi sehingga jauh dari perasaan jenuh atau bosan.[]

BAB 10

UNDERACHIEVEMENT (PRESTASI BELAJAR RENDAH)

A. Pengertian Underachievement

Siswa yang menunjukkan prestasi belajar yang rendah biasanya diasumsikan sebagai siswa yang memiliki tingkat intelegensi yang rendah pula. Intelegensi memiliki hubungan yang erat dengan prestasi belajar siswa sehingga digunakan sebagai alat untuk meramalkan kemampuan yang dimiliki siswa.

Semiawan (1997: 209) menyebutkan ”*underachievement* adalah kinerja yang secara signifikan berada di bawah potensinya”. Makmun (2001: 274) juga mengungkapkan bahwa yang dimaksud ”*underachiever* adalah mereka yang prestasinya ternyata lebih rendah dari apa yang diperkirakan berdasar hasil tes kemampuan belajarnya”.

Oleh karena itu, tingkat intelegensi dianggap sebagai penyebab utama rendahnya prestasi belajar seorang siswa. Ketika seorang siswa memiliki potensi intelegensi yang tinggi maka dia tidak akan mengalami kesulitan dalam mencapai prestasi di sekolah, namun pada kenyataannya sangat sedikit siswa yang

menunjukkan prestasi belajar yang sama persis dengan kapasitas yang dimilikinya.

Rimm (Del Siegle & McCoah, 2008) menyatakan bahwa *underachiever* adalah suatu kondisi di mana siswa tidak dapat menampilkan potensinya. Reis dan McMoach (Robinson, 2006) mendefinisikan *underachievement* sebagai kesenjangan akut antara potensi prestasi (*expected achievement*) dan prestasi yang diraih (*actual achievement*). Menurut Peters & VanBoxtel (1999). *Underachievement* dapat didefinisikan sebagai kesenjangan antara skor tes inteligensi dan hasil yang diperoleh siswa di sekolah yang diukur dengan tingkatan kelas dan hasil evaluasi mengajar dari guru.

Robinson (2006) mengatakan bahwa untuk dapat diklasifikasikan sebagai *underachiever*, kesenjangan antara potensi dan prestasi tersebut bukan merupakan hasil diagnosa kesulitan belajar (*learning disability*) dan terjadi secara menetap pada periode yang panjang. *Underachiever* ini juga tidak dikaitkan dengan adanya perubahan hormonal menjelang remaja. *Underachiever* adalah orang-orang yang memiliki prestasi tidak sebaik dengan kemampuan yang dimiliki.

Siswa *underachiever* digambarkan oleh Hurlock (Rimm, 1986; Sulistiana, 2009) sebagai siswa-siswa yang prestasi akademiknya berada di bawah kemampuan akademik. Didasari oleh kesulitan untuk menemukan istilah teknis yang baku dalam bahasa Indonesia, maka Moh. Surya (1983; Sulistiana, 2009 : 26) mengidentikkan istilah *underachiever* dengan istilah siswa berprestasi kurang, yaitu siswa yang memiliki potensi tergolong tinggi tetapi prestasi belajarnya tergolong rendah atau di bawah dari seharusnya dapat dicapai. Jadi prestasinya masih kurang dari yang diharapkan dapat tercapai sesuai dengan potensinya.

Natawidjaja (Husein, 1999:1; Sulistiana, 2009) mengemukakan bahwa terdapat dua faktor yang dapat mempengaruhi

prestasi belajar siswa yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal dalam belajar adalah faktor-faktor yang ada pada individu yang mencakup intelegensi atau kecerdasan, kepribadian, bakat, motivasi, metode belajar, serta sikap dan kebiasaan belajar, sedangkan faktor eksternal yang mempengaruhi belajar pada individu yaitu lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat.

Berdasarkan pendapat para ahli tersebut, maka kita dapat menyimpulkan bahwa siswa *underachiever* adalah siswa yang memiliki tingkat intelegensi yang tinggi, namun tingkat prestasi akademiknya tidak sesuai dengan kapasitas kemampuan yang dimilikinya. Siswa *underachiever* memiliki kesenjangan antara skor tes intelegensi dengan skor hasil belajar siswa di sekolah yang diukur dengan tingkatan kelas dan hasil evaluasi yang dilakukan oleh guru. Sebagai contoh siswa yang mempunyai tingkat IQ 120, ternyata nilai yang diperoleh hanya 6. Siswa tersebut dikategorikan *underachiever* karena prestasi belajarnya di bawah standar nilai.

B. Ciri-Ciri *Underachievement*

Underachiver banyak dialami oleh siswa berbakat akademik. Mereka menunjukkan prestasi yang tidak sesuai dengan tingkat (IQ) yang sebenarnya. Pengklasifikasian IQ dalam penelitian ini berdasarkan pada tes intelegensi "*Wechsler Intelligence Scale for Children*" yang sering dikenal tes intelegensi WISC. Tes intelegensi ini merupakan perkembangan dari tes integensi "*Wechsler Bellevue Intelligence Scale* yang diciptakan David Wechsler pada tahun 1939. Distribusi IQ yang digunakan dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel Distribusi IQ

IQ	KLASIFIKASI
> 130	Sangat Superior
120 – 129	Superior
110 – 119	Rata-rata Tinggi
90 – 109	Rata-rata
80 – 89	Rata-rata Rendah
70 – 79	Batas Lemah Mental
≤ 69	Lemah Mental

Sumber: Walgito, 1992: 152

Berdasarkan penilaian sistem belajar tuntas, maka siswa dikatakan lulus jika memperoleh nilai 6 pada skala 0-10 atau 60 pada skala 0-100. Siswa berbakat akademik seharusnya tidak cukup hanya memperoleh nilai minimal kelulusan. Mereka hendaknya mampu berprestasi sesuai dengan tingkat IQ yang tinggi. Peneliti membandingkan prestasi siswa dengan hasil tes IQ untuk mengidentifikasi *underachiever*. Batasan yang digunakan peneliti terangkum pada tabel dibawah ini:

Pedoman Pengkategorian *Underachiever*

NO	IQ	KLASIFIKASI	PRESTASI MINIMAL
1	> 130	Sangat Superior	9
2	120 – 129	Superior	8

3	110 – 119	Rata-rata Tinggi	7
4	90 – 109	Rata-rata	6
5	80 – 89	Rata-rata Rendah	
6	70 – 79	Batas Lemah Mental	
7	≤ 69	Lemah Mental	

Seseorang yang mengalami *underachievement* pada umumnya menunjukkan karakteristik yang berbeda dengan lainnya. Berikut ini merupakan penjelasan mengenai karakteristik *underachiever*.

Menurut Clark (1992: 471) ada beberapa karakteristik yang ditunjukkan siswa *underachiever*, yaitu sebagai berikut:

1. Menunjukkan prestasi yang berlawanan dengan harapan atau potensi yang dimilikinya.
2. Merasa tidak senang dengan sekolah atau gurunya dan cenderung bergabung dengan teman yang juga memiliki sikap negatif terhadap sekolah.
3. Kurang termotivasi untuk belajar, tidak mengerjakan tugas, sering mengantuk ketika belajar dan tidak tuntas dalam mengerjakan tugas.
4. Kurang mampu melakukan penyesuaian intelektual.
5. Merasa kurang bersemangat, kurang tegas dan sering ribut di kelas.
6. Memiliki disiplin yang rendah, sering telat sekolah, enggan mengerjakan tugas, sering ribut, dan mudah terpengaruh.
7. Tidak memiliki hobi atau minat terhadap kegiatan untuk mengisi waktu luang.
8. Takut ujian dan berprestasi rendah.

Rimm dan Whitmore (Munandar, 2002: 338; Sulistiana, 2009) mengungkapkan karakteristik siswa *underachiever* adalah sebagai berikut:

- 1) Karakteristik primer: rasa harga diri yang rendah, karakteristik yang paling sering ditemukan secara konsisten pada siswa *underachiever* adalah rasa harga diri yang rendah. Mereka tidak percaya dengan kemampuan yang dimiliki dan merasa tidak mampu melakukan apa yang menjadi harapan orang tua dan guru terhadap mereka.
- 2) Karakteristik sekunder: perilaku menghindar. Rasa harga diri yang rendah mengakibatkan perilaku menghindar yang non produktif baik di sekolah maupun di rumah. Misalnya, siswa *underachiever* menghindari upaya berprestasi dengan menyatakan bahwa belajar adalah suatu kegiatan yang tidak ada gunanya. Dengan perilaku menghindar mereka melindungi diri dari pengakuan bahwa mereka tidak mampu. Perilaku yang muncul dalam perilaku menghindar tersebut diantaranya adalah menyalahkan sekolah untuk menghindari tanggung jawab mereka untuk berprestasi.
- 3) Karakteristik tersier. Karena siswa *underachiever* menghindari usaha dan prestasi untuk melindungi rasa harga diri mereka yang rentan, maka timbul karakteristik tersier berupa kebiasaan buruk yang diperlihatkan di sekolah.

Delisie (1992) (Sulistiana, 2009) mengungkapkan secara jelas mengenai karakteristik tersier siswa *underachiever* sebagai berikut:

1. Menemukan secara berulang-ulang adanya konsep diri yang rendah terutama pada aspek evaluasi diri, memiliki rasa *inferior* yang ditunjukkan dengan bentuk ketidakpercayaan, kurangnya perhatian, dan sesekali memperlihatkan permusuhan terhadap orang lain.

2. Sering merasa ditolak oleh keluarga dan merasa orang tua tidak puas terhadap mereka.
3. Karena rasa tidak percaya, mereka tidak bertanggung jawab terhadap perilakunya, dan tidak dapat keluar dari konflik atau masalah.
4. Memperlihatkan tanda permusuhan terhadap figur orang dewasa yang berwibawa dan dipercayai masyarakat.
5. Menantang pengaruh yang diberikan guru atau orang lain.
6. Merasa menjadi korban.
7. Tidak menyukai sekolah dan guru serta memiliki sikap negatif terhadap sekolah.
8. Memperlihatkan sikap sukarelawan.
9. Memiliki motivasi dan keterampilan akademik yang lemah atau kurang.
10. Cenderung memiliki kebiasaan studi yang jelek, kurang dalam pengerjaan tugas rumah, dan meninggalkan pekerjaan sebelum selesai.
11. Kurang dalam penyelesaian intelektual.
12. Berpegang teguh pada status kepemimpinan yang rendah dan kurang populer di kelas.
13. Kurang memiliki kematangan dalam belajar.
14. Memperlihatkan penyesuaian diri yang rendah dan mengekspresikan perasaan secara terbatas.
15. Tidak memiliki minat, hobi, dan kreativitas yang dapat digunakan dalam mengisi waktu luang.
16. Sering menunjukkan nilai tes yang jelek.
17. Cenderung memiliki aspirasi yang rendah dalam belajar dan tidak memiliki pendapat yang jelas mengenai tujuan pekerjaan.
18. Tidak mampu berfikir dan merencanakan masa depan.

Selain itu ada karakteristik lain yang menunjukkan bahwa siswa tersebut tergolong siswa *underachiever*, yaitu:

1. IQ lebih tinggi dari prestasi
2. Prestasi inkonsisten: kadang bagus, kadang tidak
3. Tidak menyelesaikan Pekerjaan rumah
4. Rendah diri
5. Takut gagal (atau sukses)
6. Takut menghadapi ulangan
7. Tidak punya inisiatif
8. Malas, bahkan depresi
9. Memiliki *self esteem* yang rendah, kurang merasa berharga untuk tampil diantara teman-teman atau keluarganya
10. Memiliki konsep diri yang tidak realistis, kadang merasa sebagai anak yang gagal atau tidak berguna
11. Menghindari komunikasi, menghindari risiko, tidak berdaya (menunggu diajak orang lain)
12. Pasif, taat hanya sekedarnya saja
13. Agresif, memberontak
14. Menolak perintah atau instruksi dari tokoh otoritas (orangtua, guru dan lain-lain)
15. Menyalahkan orang lain kalau ada masalah
16. Kurang konstruktif dalam kelompok
17. Tidak punya tokoh identifikasi, tidak punya teman dekat
18. Kurang fleksibel, sering 'mentok', kreativitas rendah

Berdasarkan beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa kriteria utama dari *underachiever* yaitu adanya kesenjangan antara prestasi dengan kemampuan IQ. Prestasi belajar yang diperoleh secara nyata berada di bawah standar minimal yang seharusnya dicapai dengan tingkat IQ tertentu. Selain itu *underachiever* menunjukkan karakter pribadi yang cenderung perfectionis, terlalu sensitif, kurang percaya diri, dan kurang berminat terhadap aktifitas sosial. *Underachiever* lebih senang

melakukan kegiatan sendiri daripada berkelompok. Berkaitan dengan kegiatannya di sekolah, *underachiever* menunjukkan sikap negatif terhadap kegiatan sekolah. Kurang konsentrasi ketika belajar, menghindari pekerjaan sekolah, disiplin rendah, dan kurang berminat dengan kegiatan yang diselenggarakan sekolah merupakan beberapa karakteristik *underachiever* jika dilihat dari sudut pandang sekolah.

C. Gejala *Underachievement*

Gejala *underachiever* muncul terutama ketika angka mulai mendekati angka 6 tahun. Ketika mulai terlibat kompetisi. Gejala-gejala anak *underachiever* dalam kegiatan pembelajaran yang sering dijumpai adalah: Emosional, anak *underachiever* lebih sering tersinggung jika ada perkataan yang menurutnya kurang sesuai dengan dirinya. Ia lebih suka menyendiri, pendiam dan bersifat acuh tak acuh terhadap teman-temannya. Raut wajahnya menunjukkan ketidak ceriaan karena ia merasa tertekan. Entah karena masalah keluarga ataupun prestasi akademik. Anak merasa rendah diri. Perasaan tidak berharga menurunkan motivasi anak. Anak merasa tidak berdaya berhadapan dengan lingkungannya. Ia merasa tidak berharga, tidak bisa belajar apa-apa bahkan tidak berani menginginkan sesuatu. Ia hanya berani menginginkan target di bawah potensi sesungguhnya yang ia miliki. Ia juga takut ketahuan bahwa ia tidak mampu atau tak berguna. Maka ia lebih suka menarik diri daripada menempuh risiko gagal dalam mencoba kemampuannya.

Konflik nilai juga bisa membuat anak rendah diri, misalnya anak yang kreatif, eksentrik, *easygoing*, merasa dirinya unik, bisa-bisa merasa bersalah dan tidak berguna dihadapan orangtuanya yang rapi, konservatif dan hanya menghargai prestasi akademik. Akhirnya anak menyalahkan dirinya sendiri

lalu mencari teman di luar rumah dan mencari kepuasan dari aktifitas yang justru tidak diharapkan orangtuanya.

Menurut pandangan Montgomery seperti dalam jurnal Westminster Institute of Education, seorang anak dapat dikatakan *underfunctioning* bila memiliki beberapa indikator yang ada di bawah ini, yaitu:

1. Suka melamun atau mengkhayal di dalam kelas.
2. Penyendiri dan menarik diri dari keramaian. Mereka tampak tidak menginginkan teman. Bahkan mungkin, *under-achievers* lainnya terlihat angkuh dan mudah marah, dan terkadang memulai perkelahian.
3. Menolak untuk menuliskan apa pun.
4. Terlalu kasar dan kaku dalam bergaul.
5. Adanya ketidakmampuan untuk membentuk dan mempertahankan hubungan sosial dengan teman sebaya.
6. Adanya ketidakmampuan untuk menghadapi kegagalan.
7. Adanya ketakutan dan menghindari dari kesuksesan.
8. Kurang mampu untuk menggali pengetahuan yang dalam tentang diri dan orang lain.

Perilaku anak *underachiever* di sekolah, seperti:

1. Bersikap negatif terhadap sekolah
2. Berkata kalau ia bosan belajar
3. Tugas-tugasnya tidak selesai
4. Tidak pernah puas dengan hasil kerjanya (perfeksionis)
5. Mudah terganggu konsentrasinya
6. Mempunyai masalah disiplin – berkeliling kelas, terlambat, mengganggu kelas
7. Menyalahkan guru atau teman kalau ada masalah
8. Prestasi akademiknya rendah
9. Tidak punya target, ambisinya kurang
10. Berteman dengan siswa lain yang juga tidak puas

Ada beberapa diagnostik penanganan anak *underachiever*, yaitu:

a. Kebutuhan, Potensi, Minat, Bakat, dan Masalah Anak Underachiever dalam Kegiatan Pembelajaran.

Kebutuhan anak *underachiever* antara lain: anak diberikan kebebasan untuk mengeksplor bakat dan minatnya sesuai dengan kemampuan dirinya. Orangtua hanya memberikan pengarahan, jangan menuntut anak jika di luar kemampuannya. Apapun prestasi anak, orangtua harus percaya kepada anak (bahwa ia mampu dan telah berusaha maksimal), menghargainya (bahwa ia telah berusaha, terlepas ia berhasil atau gagal. Jangan sekali-kali berkata kasar atau melecehkan. Anak juga diberikan motivasi, ditanggapi keluhannya, misalnya ketika ia meragukan kemampuannya, kita bisa memberinya motivasi: "Insya Allah kamu bisa". Tekankan bahwa yang paling penting adalah berusaha semaksimal mungkin, gagal itu merupakan hal yang bukan tidak diperbolehkan tetapi pantang untuk berputus asa.

Potensi/minat anak *underachiever* antarlain: anak yang kreatif, memiliki kompetensi yang tinggi, dan memiliki kemampuan matematis yang sangat tinggi. Bakat anak *underachiever* antarlain: menjadi seorang penulis, melihat dari ciri-ciri anak *underachiever* yang cenderung pendiam, jadi dia bisa mengungkapkan apa yang dia rasakan lewat tulisan. Selain itu anak *underachiever* berbakat untuk pekerjaan yang berada dibalik layar. Anak *underachiever* bisa menjadi apapun yang orangtua mereka inginkan.

b. Pertumbuhan dan perkembangan anak underachiever di lingkungan sekolah

1. Guru senantiasa memonitor perkembangan prestasi anak.

2. Guru ikut menyadari adanya masalah underachievers ini, dan guru melakukan usaha untuk mengarahkan, memberikan motivasi, dan memberikan perhatian.
3. Pastikan anak bisa mengikuti kelas bimbingan konseling individual/kelompok jika diperlukan.
4. Guru perlu kreatif, menggunakan media ataupun metode pembelajaran yang menarik, merancang pembelajaran yang menantang, bermakna secara personal, dan rewarding untuk anak yang disesuaikan dengan permasalahan spesifik anak. Karena upaya ini merupakan suatu hal yang patut dan berharga dibangun untuk mengoptimalkan prestasi anak, baik secara akademik maupun non akademik sesuai bakat dan minat anak.
5. Sekolah menyediakan berbagai fasilitas sesuai kebutuhan anak, misalnya anak suka olah raga maka disediakan berbagai permainan olahraga..
6. Disediakan buku-buku bacaan, karena anak underachiever kurang bisa bergaul dengan teman-temannya, maka buku-buku yang ada di sekolah bisa membantu dalam proses pertumbuhan dan perkembangannya.
7. Arena bermain yang sesuai dengan minat anak.
8. Untuk meningkatkan kreativitas anak diberikan kegiatan kreatif, seperti main musik, menyanyi, olah raga, menari, dan sebagainya. Guru dan orang tua harus menghargai bakat dan minat anak. Segala yang ingin diketahui anak jangan diabaikan dan dibebaskan mengembangkan kreativitasnya.

c. Bimbingan kelompok bagi anak underachiever

1. Diberikan tugas kelompok untuk memecahkan suatu masalah, gurumemonitor, membimbing siswa untuk menyelesaikan masalah tersebut. Di sini siswa underachiever bisa berkelompok dengan teman-temannya, guru memantau

- kegiatan siswa supaya tidak ada keinginan anak underachiever untuk menyendiri atau meninggalkan kelompoknya
2. Percobaan, anak diberikan bimbingan melalui percobaan untuk melakukan suatu penelitian, jadi siswa ada kegiatan, bisa aktif, tidak melamun sesuai gejala anak underachiever.
 3. Bimbingan narkoba, anak underachiever yang merasa tertekan menginginkan untuk lari dari tekanan, di rumah ia merupakan anak yang pasif dan penurut terhadap perintah orangtua, namun di luar dia justru melakukan hal yang tidak dikehendaki orangtua. Untuk itu diperlukan bimbingan narkoba untuk mengantisipasi terjadinya hal yang tidak diinginkan.
 4. Bimbingan kenakalan remaja, bimbingan kenakalan remaja juga perlu diberikan karena tidak hanya dari faktor keluarga saja melainkan dari pengaruh pergaulan teman anak bisa menjadi lupa diri.

d. Melengkapi Rencana-rencana yang Telah Dirumuskan Anak Underachiever

Untuk menghilangkan rasa jenuh siswa, rasa tertekan siswa, guru dan siswa perlu membuat rencana untuk mereshuffle pikiran siswa antarlain dengan: Karyawisata berbasis penelitian, untuk mengenalkan anak terhadap alam, pembelajaran yang konkret, karyawisata di sini bertujuan untuk mengakrabkan siswa underachiever dengan anak-anak lain.

Selain itu, perlu diadakan perombakan strategi pembelajaran disesuaikan dengan bakat dan minat siswa. Guru perlu bekerjasama dengan siswa mengenai strategi pembelajaran yang bagaimana yang disukai siswa, memotivasi untuk giat belajar, tidak membosankan dan penuh rasa kekeluargaan. Perlu sesekali sekolah mengadakan kegiatan jalan santai atau

kegiatan bakti lingkungan, untuk melatih siswa bersosialisasi dengan masyarakat.

Diadakan lomba-lomba, jadi pertumbuhan dan perkembangan anak berkembang, merasa harus mengembangkan kemampuannya tanpa harus merasa tertekan. Outbond atau diadakan games, siswa dibagi menjadi beberapa kelompok yang heterogen, memungkinkan adanya kerjasama, kekompakan kelompok, memungkinkan anak yang underachiever merasa ceria.

e. Melaksanakan Pengajaran Sesuai dengan Kebutuhan Anak Underachiever

Masalah kesulitan belajar yang sering dialami oleh para peserta didik disekolah, merupakan masalah penting yang perlu mendapat perhatian yang serius dikalangan para pendidik. Dikatakan demikian, karena kesulitan belajar yang dialami para peserta didik di sekolah akan membawa dampak negatif baik terhadap diri siswa itu sendiri maupun terhadap lingkungannya. Oleh karena itu perlu dilakukan pengajaran yang sesuai dengan anak underachiever.

Anak underachiever kemungkinan adalah anak yang kreatif, sangat verbal, dan memiliki kemampuan matematis yang sangat tinggi. Meskipun begitu, dengan bakat yang dia dimiliki, anak yang tergolong underachiever tidak sukses anak-anak lain di sekolahnya. Underachievement dapat didefinisikan sebagai ketidakmampuan atau kegagalan untuk menampilkan tingkah laku atau prestasi sesuai usia atau bakat yang dimiliki anak, potensi si anak tidak terpenuhi (*unfulfilled potentials*). Untuk mengembangkan kretaitas anak usia sekolah dasar, Dr. David George menyarankan beberapa kegiatan kreatif yang dapat dilakukan di waktu senggang di rumah, antara lain: (a) Main catur untuk melatih logika; (b) Main scrabble dengan

memakai kosakata; (c) Membuat rencana perjalanan dan menyebutkan masalah yang mungkin akan terjadi. Anak diminta memecahkan masalahnya; (d) Mengisi teka-teki silang (TTS); (e) Mendiskusikan acara TV yang menarik.

f. Mengumpulkan Data dan Informasi Tentang Anak *Under-achiever* dalam Kegiatan Belajar

Data dan informasi yang perlu dikumpulkan dapat berupa apa saja mengenai siswa *underachiever*, misalnya tentang kesulitan belajar. Untuk mengetahui siswa yang mengalami kesulitan belajar adalah dengan mendeteksi hasil dan proses belajarnya dapat ditempuh dengan langkah-langkah sebagai berikut (Syamsudin, 2005: 312- 313)

1. Menetapkan angka nilai kualifikasi minimal yang dapat diterima sebagai batas lulus
2. Membandingkan angka nilai (prestasi) dari setiap siswa dengan angka nilai batas lulus tersebut.
3. Menghimpun semua siswa yang angka nilai prestasinya dibawah nilai batas lulus tersebut.
4. Mengadakan prioritas layanan kepada mereka yang diduga paling berat kesulitannya atau paling banyak membuat kesalahan, seyogyanya dibuat membuat ranking

Data dan informasi yang diperoleh guru bimbingan dan konseling melalui diagnostik kesulitan belajar tadi perlu dianalisis sedemikian rupa, sehingga jenis kesulitan khusus yang dialami siswa yang berprestasi rendah itu dapat diketahui secara pasti. (Syah, 2006:108)

Adakalanya, siswa menjadi kasus belajar berdasarkan analisis prestasi (nilai) belajarnya juga menjadi kasus di dalam hasil analisis terhadap catatan proses belajarnya. Kalau hal itu terjadi, indikator menggambarkan secara logis dapat dipahami kalau seorang siswa mendapat kesulitan dalam proses belajarnya,

sehingga hasil belajarnya kurang memadai. Meskipun demikian hal serupa tidak selalu benar. Mungkin saja seorang siswa dilihat dari segi nilai prestasinya tinggi tetapi ia merupakan siswa yang terisolasi didalam kelasnya. Begitu juga sebaliknya siswa dilihat dari segi nilai prestasinya rendah tetapi dari segi IQ ia tergolong tinggi, hal-hal seperti inilah yang membutuhkan pemahaman yang lebih mendalam tentang jenis dan penyebab dari kesulitan belajar siswa.

g. Melaksanakan kontak dengan masyarakat, terutama dengan orang tua/wali anak, antara lain dengan mengadakan kunjungan rumah (*homevisiit*).

Guru dapat melakukan kunjungan secara berjangka/secara periodik ke rumah-rumah siswa untuk mengetahui keadaan dan kegiatan siswa. Wawancara dengan orangtua membantu untuk menemukan pula berprestasi kurang yang nyata di rumah dan di sekolah. Sebaiknya kedua orangtua di wawancara, tetapi hanya satu yang dapat hadir, perlu dipertanyakan mengenai hubungan orangtua yang tidak hadir itu dengan anak. Secara keseluruhan, analisis dari kemampuan anak dan sejauh mana lingkungan rumah dan sekolah memperkuat pola berprestasi kurang, penting untuk langkah kedua dari program mengatasi *Underachiever*.

Komunikasi antara orang tua dan guru yang merupakan komponen penting untuk mengatasi/mengurangi *underachiever*. Komunikasi dapat dengan membicarakan perkembangan belajar siswa, dalam hal ini tidak boleh saling menyalahkan, melainkan harus mencakup diskusi tentang yang dinilai, dan kemajuan belajar yang dievaluasi baik formal maupun informal dengan memperhatikan pernyataan ketergantungan atau penguasaan siswa. Komunikasi ini harus jelas, jangan sampai komunikasi itu

tidak dipahami orang tua sehingga jatuh kembali dalam pola masalah. (Semiawan, 1997: 215).

h. Melaksanakan konseling terbatas mengingat hubungan yang baik dapat terjalin dengan mudah antara guru dan siswa

Peserta didik *underachiever*, di pandang sebagai siswa yang mengalami kesulitan belajar di sekolah, karena secara potensial mereka memiliki kemungkinan untuk memperoleh prestasi belajar yang tinggi. Keadaan ini biasanya di latar belakang oleh aspek-aspek motivasi, minat, sikap, kebiasaan belajar, dan sebagainya.

Orang yang mengalami kesulitan belajar ini kemungkinan akan mengalami kegagalan yang berturut-turut dalam proses akademiknya dan memiliki rasa percaya diri yang rendah. Menderita kesulitan belajar seperti ini, atau hidup bersama dengan mereka, akan menimbulkan rasa frustrasi yang luar biasa (Wood, 2005: 18).

Hal inilah yang mendorong adanya korelasi antara guru dan siswa dalam keberhasilan proses belajar mengajar, untuk memahami karakter ataupun kepribadian siswa, maka seorang guru harus sering berinteraksi dengan siswa sehingga dapat membantu masalah yang sedang dihadapi oleh siswa. Karena dalam keadaan seperti itu, individu di tuntut untuk mampu menghadapi berbagai masalah seperti kemampuan menyesuaikan diri (*adaptasi*), perencanaan dan pemilihan pendidikan, perencanaan dan pemilihan pekerjaan, masalah hubungan sosial, keluarga, masalah-masalah pribadi dan lain sebagainya. Tidak semua individu mampu mengatasi masalahnya sendiri.

Dalam keadaan seperti itu ia perlu mendapatkan bimbingan (bantuan) dari orang lain (Tohirin, 2007: 3).”Menurut Tolbert, Konseling adalah hubungan pribadi yang dilakukan secara tatap muka antar dua orang yang mana konselor melalui hubungan itu

dengan kemampuan-kemampuan khusus yang dimilikinya menyediakan situasi belajar, yang mana dalam hal ini seseorang dibantu untuk memahami diri sendiri, keadaannya sekarang, dan kemungkinan keadaannya masa depan yang dapat ia ciptakan dengan menggunakan potensi yang dimilikinya demi mensejahterakan pribadi maupun masyarakat. Lebih lanjut konseli dapat belajar bagaimana memecahkan masalah-masalah dan menemukan kebutuhan-kebutuhan yang akan datang.” (Tohirin, 2007: 101).

Dengan adanya layanan Bimbingan Koseling diharapkan dapat mengatasi segala bentuk permasalahan yang dihadapi oleh siswa atau paling tidak dapat mengarahkan penyesuaian yang salah menuju penyesuaian yang benar baik secara internal maupun eksternal yang dialami siswa.

i. Memberikan pelayanan rujukan, yaitu melimpahkan anak kepada orangtua yang lebih kompeten untuk mendapatkan bantuan yang tepat.

Untuk menetapkan usaha bantuan harus berdasarkan hasil analisis diagnostik, sehingga dapat menentukan bidang kecakapan bermasalah dan memerlukan perbaikan. Bidang-bidang kecakapan ini dapat dikategorikan menjadi tiga macam (Syah, 2006: 176) :

Bidang kecakapan bermasalah yang dapat ditangani oleh guru sendiri.

1. Bidang kecakapan bermasalah yang dapat ditangani oleh guru dengan bantuan orang tua.
2. Bidang kecakapan bermasalah yang tidak dapat ditangani oleh guru maupun orang tua.

Selanjutnya, untuk memperluas wawasan pengetahuan mengenai alternatif-alternatif kiat pemecahan masalah kesulitan belajar siswa, guru sangat dianjurkan mempelajari buku-buku

khusus mengenai bimbingan dan konseling. Selain itu, guru juga dianjurkan untuk mempertimbangkan penggunaan model-model mengajar yang dianggap sesuai sebagai alternatif lain atau pendukung cara memecahkan masalah kesulitan belajar (Syah, 2006: 178)

D. Langkah Pelaksanaan Bantuan Atau Bimbingan

1. Asesmen (penilaian) kemampuan anak dan kemungkinan penguatan.

- a. Memberikan tes intelegensi individual. Selama penge-tesan, pemeriksa harus waspada terhadap karakteristik khusus pada anak yang berkaitan dengan tugas seperti ketegangan, perhatian, ketekunan, keuletan dalam mengerjakan tugas, respons terhadap frustrasi, cara pemecahan masalah, dan respons terhadap dorongan dari pemeriksa.
- b. Memberikan tes prestasi individual yang menunjukkan kekuatan dan kelemahan dalam keterampilan dasar, terutama membaca dan matematika.
- c. Memberikan tes kreativitas dan inventori yang diberikan oleh psikolog. Disamping skor berpikir kreatif diperoleh gambaran mengenai ciri-ciri afektif (sikap) yang berkaitan dengan kreativitas, seperti kemandirian, kepercayaan diri, dan pengambilan risiko, untuk lebih memahami terjadinya Underachiever.
- d. Wawancara dengan orangtua membantu untuk menemukenali pula berprestasi kurang yang nyata di rumah dan di sekolah.

2. Modifikasi penguatan di rumah dan sekolah.

Berdasarkan analisis perilaku anak dan wawancara orangtua pada langkah pertama dapat ditemukan kenali keadaan di rumah

dan sekolah yang menyebabkan anak berprestasi kurang. Perilaku anak perlu diubah dengan menentukan tujuan jangka panjang dan beberapa sasaran jangka pendek yang menjamin anak mengalami keberhasilan langsung, meskipun kecil baik di rumah maupun di sekolah. Pengalaman keberhasilan ini perlu diperkuat dengan penghargaan atau hadiah yang tidak perlu mahal. Hadiah itu harus berarti atau bermakna bagi anak. Hadiah yang efektif dan sesuai dengan sistem nilai orangtua dan kemungkinan diberikan oleh guru adalah misalnya, waktu bebas. Hadiah itu hendaknya tidak besar, tetapi efektif untuk memotivasi perilaku.

3. Mengubah harapan orang yang penting.

Bagi anak berprestasi kurang sangat penting bahwa orangtua dan guru dengan jujur dapat mengatakan bahwa mereka percaya akan kemampuan anak untuk berprestasi. Harapan dari orangtua yang berarti bagi anak sangat penting untuk mengubah harapan diri anak dari seorang yang kurang berprestasi menjadi berprestasi tinggi. Kadang-kadang, mengubah lingkungan sekolah anak merupakan cara yang efektif. Sebelum melakukan hal ini, kita harus yakin bahwa perubahan lingkungan sekolah akan bermakna. Jika anak berbakat luar biasa dihambat dalam lingkungan sekolah yang hanya menentukan tujuan dan harapan yang rata-rata, sering anak dapat mengubah pola prestasinya jika ditempatkan di dalam lingkungan yang menghargai dan mengharapkan prestasi tinggi. Namun, bagi kebanyakan anak lebih realistis untuk mencoba mengubah harapan di sekolah.

4. Identifikasi model.

Menemukan model identifikasi bagi anak berprestasi kurang sangat penting melebihi upaya treatment lainnya. Anak berbakat berprestasi kurang, memerlukan tokoh yang berhasil dan

berprestasi sebagai model. Sebaiknya model itu memiliki karakteristik sebagai berikut:

- a. Kepedulian yang sungguh-sungguh terhadap anak.
- b. Jenis kelamin yang sama.
- c. Kesamaan dengan anak, misalnya dalam agama, minat, talenta, latar belakang ekonomi, pengalaman masalah khusus, dan sifatsifat lain yang sama sehingga memudahkan identifikasi.
- d. Keterbukaan, kesediaan model untuk berbagi pengalamannya, kesulitan yang pernah dialami, dan cara mengatasinya sehingga mencapai prestasi tinggi sehingga memotivasi anak untuk berprestasi.
- e. Kesediaan untuk memberi waktu, agar efektif dan positif, model harus dapat menyediakan waktu, apakah itu waktu kerja atau waktu senggang. Jika anak dapat melihat model ketika bekerja, melihat sifat dan sikap model dalam menghadapi tantangan, menang dan kalah dalam kompetisi, gaya penalaran, kepemimpinan, bagaimana berkomunikasi dengan orang lain, pengalaman keberhasilan dan kekalahan, anak akan belajar bersikap dan keterampilan yang perlu untuk berhasil.
- f. Rasa kepuasan, model menunjukkan kepada anak bahwa prestasi yang dihasilkan memberi kepuasan pribadi. Prestasi menuntut pengorbanan dan penundaan kepuasan yang segera.

5. Mengoreksi keterampilan yang kurang.

Memperbaiki kekurangankekurangan akademis perlu dilakukan dengan tepat sehingga :

- a. anak dapat belajar mandiri,
- b. anak tidak dapat memanipulasi tutor,
- c. anak melihat hubungan antara usaha dan prestasi.

d. Whitmore menyarankan strategi remedial untuk memperbaiki prestasi akademis siswa dalam bidang di mana ia mengalami kesulitan belajar, mengalami kegagalan, dan menjadi tidak bermotivasi untuk melakukan tugas-tugas belajar.

6. Komunikasi.

Komunikasi antara orang tua dan guru yang merupakan komponen penting untuk meremidi prestasi belajar kurang. Komunikasi ini tidak boleh saling menyalahkan, melainkan harus mencakup diskusi tentang yang dinilai, dan kemajuan belajar yang dievaluasi baik formal maupun informal dengan memperhatikan pernyataan ketergantungan atau penguasaan anak. Komunikasi ini harus jelas, jangan sampai komunikasi itu tidak dipahami orang tua sehingga jatuh kembali dalam pola masalah (Semiawan, 1997: 215)

E. Pencegahan Underachiever

Untuk mencegah anak menjadi underachiever, beberapa upaya bisa dilakukan, yaitu:

1. Terima anak apa adanya dan beri suport

Sejak dini, anak perlu sering-sering ditanggapi keluhannya, misalnya ketika ia meragukan kemampuannya, anda bisa mengatakan: "Insya Allah kamu bisa". Tekankan bahwa yang paling penting adalah berusaha semaksimal mungkin, gagal itu merupakan hal yang bukan tidak diperbolehkan tetapi pantang untuk berputus asa.

2. Anda juga perlu bersikap konsisten

Jangan menuntut anak di luar kemampuannya. Apapun prestasi anak, orangtua harus percaya kepada anak (bahwa ia mampu dan telah berusaha maksimal), menghargainya (bahwa

ia telah berusaha, terlepas ia berhasil atau gagal, kehadiran anak tetap merupakan karunia bagi orangtua), dan mendengarkan apa yang disuarakan anak. Jangan sekali-kali berkata kasar atau melecehkan.

3. Target yang realistik

Tetapkanlah target yang menurut perkiraan anda sesuai dengan anak. Jangan terlalu berlebihan berharap anak akan cepat mengatasi masalahnya. Semua itu harus melalui suatu proses.

4. Kuasai seni menuntut.

Perhatikan kesiapan anak untuk mengerjakan tugas baru, sehingga dimungkinkan mereka dapat berprestasi optimal. Tugas yang terlalu mudah tidak akan menantang anak untuk menunjukkan kemampuannya. Sebaliknya kegagalan yang terus menerus (karena target terlalu tinggi) akan membunuh motivasi anak untuk berprestasi. Menetapkan target yang tidak terlalu tinggi dan tidak terlalu rendah merupakan seni tersendiri.

5. Belajar menunda kepuasan jangka pendek

Setelah anak berusia 5 tahun, ia mulai bisa mengenal target jangka panjang dan jangka pendek; serta mengenal kepuasan jangka panjang dan jangka pendek. Ajari dan dorong anak untuk menunda kepuasa-kepuasan jangka pendeknya demi mendapatkan kepuasan jangka panjang atau kepuasan yang lebih besar. Misalnya, "Yuk, kita menghafal Al-Qur'an ayat demi ayat, lalu surat demi surat, kalo sudah hafal beberapa surat pendek sholatmu bisa lebih khusyu'."

6. Ajari dan beri contoh untuk belajar aktif memecahkan masalah

Ajari anak bahwa rasa ingin tahu itu menggairahkan, mengajukan pertanyaan dan mencari jawabannya itu meng-

asyikkan, sehingga belajar itu kegiatan yang menyenangkan. Lontarkan saja pertanyaan pada diri sendiri, dan biarkan anak ikut mendengarkan dan terangsang rasa ingin tahunya, mengapa dan bagaimana cara kerja sesuatu (yoyo yang sedang dimainkan anak, juicer di dapur, hujan turun dari langit dsb).

Biasakan secara bersama mencari jawaban dari buku. Jadi secara tidak langsung anak mendapatkan bekal bagaimana caranya belajar aktif dan menyenangi kegiatan belajar. Motivasi belajar akan bangkit dan terpelihara dalam dirinya karena anak merasakan sendiri manfaatnya.

7. Beri ‘imbangan’ bila anak menunjukkan prestasi besar

Penelitian terakhir menunjukkan bahwa prestasi akademik dan kepribadian yang positif (misalnya konsep diri yang positif, merasa berfungsi secara efektif) terkait erat dengan kondisi rumah. Anak yang selalu dihargai karena prestasinya umumnya akan lebih termotivasi untuk berprestasi. Anak underachiever biasanya kurang memiliki tanggungjawab atas dirinya sendiri, termasuk prestasinya. Sistem imbalan akan membantu membangkitkan rasa tanggung jawab ini. Tugas orangtua adalah menemukan imbalan apa yang efektif bagi anak. Ada yang senang dengan pujian tetapi ada yang pada awalnya memerlukan imbalan yang lebih konkret, misalnya tambahan pensil baru, meja belajar baru atau sekedar ciuman di pipi.

Apabila anak sudah terlanjur underachiever, ada dua hal yang perlu dilakukan, yaitu:

Pertama, gunakan sistem imbalan yang efektif. Efektifitas ini tergantung akurasi informasi prestasi anak di kelas. Karena itu orang tua harus sesering mungkin berkonsultasi dengan guru,

Kedua, ajari anak strategi untuk membangkitkan motivasi. Selain imbalan yang diterimanya, ajari anak untuk mencari

imbangan kepada dirinya sendiri. Misalnya setelah mengerjakan PR ia boleh main komputer atau naik sepeda.

Mengingat gangguan underachiever ini akan sangat mempengaruhi perkembangan anak, sebaiknya kita sesegera mungkin mengatasinya. Mencegah itu lebih baik daripada mengobati. Karena itu, kenalilah putera-puteri kita sebaik mungkin dan bergaullah sedekat mungkin. Bukan tak mungkin, karena didera kesibukan, tahu-tahu kita telah mendapatkan mereka sudah beranjak dewasa dan kita menyesal karena kehilangan masa-masa emas bersama mereka. Menyesal kemudian tentu tidak berguna.[]

BAB 11

PROKRASTINAASI AKADEMIK

A. Defenisi Prokrastinasi

Prokrastinasi yang dalam bahasa Inggris disebut *procrastination* yang berasal dari kata bahasa Latin *procrastinare*. Kata *procrastinare* merupakan dua akar kata yang dibentuk dari awalan *pro* yang berarti mendorong maju atau bergerak maju, dan akhiran *crastinus* yang berarti keputusan hari esok. Jadi, secara harfiah, prokrastinasi berarti menanggukkan atau menunda sampai hari berikutnya (DeSimone dalam Ferrari dkk., 1995: 4).

Balkis dan Duru (2009: 19) menyatakan: “*Procrastination is defined as a behavior in which an individual leaves a feasible, important deed planned beforehand to another time without any sensible reason*”. (Prokrastinasi merupakan perilaku individu yang meninggalkan kegiatan penting yang bisa dilakukan dan telah direncanakan sebelumnya tanpa alasan yang masuk akal). Jadi, dalam pandangan Balkis dan Duru, seseorang dikatakan melakukan prokrastinasi jika ia menunda pekerjaan penting

tanpa alasan yang logis, padahal ia bisa melakukannya pada waktunya sesuai dengan rencana yang telah dibuat sebelumnya.

Dalam kaitannya dengan lingkup akademik, prokrastinasi dijelaskan sebagai perilaku menunda tugas-tugas akademis (seperti: mengerjakan PR, mempersiapkan diri untuk ujian, atau mengerjakan tugas makalah) sampai batas akhir waktu yang tersedia (Solomon & Rothblum, 1984: 505). Meskipun perilaku prokrastinasi adalah fenomena umum dan perilaku yang tidak baik, tampaknya tidak mudah mendefinisikannya dengan cara yang dapat diterima oleh semua pihak. Jika semua definisi dibandingkan, maka sering terlihat bahwa definisi-definisi tersebut mencakup tindakan dan perilaku yang mempengaruhi efektivitas individu dengan cara yang negatif. Selain adanya keragaman definisi prokrastinasi, prokrastinasi tidak selalu diartikan sama dalam perspektif budaya dan bahasa manusia. Misalnya, bangsa Mesir Kuno mengartikan prokrastinasi dengan dua arti. *Pertama*, prokrastinasi diartikan sebagai kebiasaan yang berguna untuk menghindari pekerjaan yang tidak terlalu penting dan usaha yang impulsif. *Kedua*, prokrastinasi dianggap sebagai kebiasaan berbahaya akibat kemalasan dalam menye-lesaikan suatu tugas yang penting untuk nafkah hidup, seperti mengerjakan ladang ketika waktu menanam sudah tiba (Ferrari dkk., 1995: 4).

Kebanyakan literatur tentang prokrastinasi menyajikan perbedaan antara prokrastinator dan bukan prokrastinator. Prokrastinasi dianggap sebagai perilaku buruk dan merugikan karena memboroskan waktu, menurunkan kinerja, dan meningkatkan stres. Ferrari & Tice (2000: 74) sering menggambarkan pelaku prokrastinator sebagai orang yang malas, manja, dan tidak mampu mengatur dirinya sendiri. Sebaliknya, orang yang bukan prokrastinator (*nonprocrastinator*) dianggap sebagai orang yang mempunyai efisiensi dan produktivitas tinggi serta

kinerja yang unggul. Individu yang bukan prokrastinator juga sering digambarkan sebagai individu yang teratur dan bermotivasi tinggi (Knaus, 2000: 154).

Walaupun beberapa literatur tersebut memberikan konotasi negatif bagi prokrastinasi, beberapa peneliti lain menemukan bahwa dalam jangka pendek prokrastinasi dapat memberikan manfaat. Tice dan Baumeister (1997: 457) melaporkan bahwa dibandingkan dengan orang yang bukan prokrastinator, para pelaku prokrastinasi mengalami sedikit tekanan atau stres dan memiliki kondisi kesehatan fisik yang lebih baik ketika tenggang waktu pelaksanaan tugas masih lama. Dalam hal ini, prokrastinasi dapat dianggap sebagai sebuah strategi agar dapat mengatur emosi negatif, sehingga ia merasa lebih tenang atau nyaman walaupun untuk sementara waktu (Baumeister, Heatherton, & Tice, 1994: 19). Selain itu, pada prinsipnya, selama tidak ada keterlambatan dalam menyelesaikan tugas, kapanpun tugas itu dilaksanakan tidak berpengaruh terhadap kualitas pekerjaan (Tice & Baumeister, 1997: 457). Karena itu, dapat dikatakan bahwa prokrastinasi tidak selalu berdampak yang negatif terhadap efektivitas kinerja pelakunya.

Senada dengan hal tersebut, Knaus (2000: 155) membuktikan bahwa tidak semua penundaan pekerjaan mengarah pada hasil negatif atau buruk. Sebagai contoh, karena banyaknya waktu yang diperlukan untuk membuat perencanaan dan melakukan persiapan yang matang, maka penundaan tugas/tidak terburu-buru melaksanakan rencana bisa jadi bermanfaat (Knaus, 2000: 155). Banyak orang mengklaim bahwa walaupun mereka memulai pekerjaan pada menit-menit akhir dari waktu yang tersedia, mereka masih mampu menyelesaikan tugas tepat waktu. Mereka juga mengklaim bahwa mereka cenderung bekerja lebih baik dan lebih cepat atau menghasilkan ide-ide yang lebih kreatif di bawah tekanan waktu (Chu & Choi, 2005:

246). Pemikiran tentang prokrastinasi ini mengarah pada adanya kesan bahwa terdapat lebih dari satu macam prokrastinasi dan dalam beberapa kasus perilaku prokrastinasi itu membawa hasil yang positif.

Dengan adanya kemungkinan bahwa tidak semua perilaku prokrastinasi berdampak negatif, Chu & Choi (2005: 250) membedakan pelaku prokrastinasi (prokrastinator) menjadi dua tipe, yaitu prokrastinator aktif dan prokrastinator pasif. Prokrastinator pasif adalah para pelaku prokrastinasi dalam pengertian yang umum. Secara kognitif, prokrastinator pasif tidak mempunyai niat untuk melakukan prokrastinasi, tetapi mereka tetap menunda tugasnya karena mereka tidak mampu membuat keputusan secara cepat dan bertindak secara cepat pula. Sebaliknya, prokrastinator aktif adalah mereka yang mempunyai kemampuan untuk membuat keputusan dan melaksanakan tugas pada waktunya. Akan tetapi, mereka dengan leluasa menunda-nunda tugas tersebut dan berfokus pada tugas-tugas penting lainnya. Karena itu, prokrastinator pasif dan prokrastinator aktif mempunyai perbedaan dalam dimensi kognitif, afektif, dan perilaku. Secara afektif, ketika tenggang waktu pelaksanaan tugas hampir habis, prokrastinator pasif merasa sangat tertekan dan memiliki pandangan yang pesimistis, terutama tentang kemampuannya dalam mencapai hasil prestasi yang memuaskan (Ferrari, Parker, & Ware, 1992: 500). Keraguan mereka akan ketidakmampuannya memperbesar peluang kegagalan dan menimbulkan perasaan bersalah dan depresi (Steel, Brothen, & Wambach, 2001: 97). Di pihak lain, prokrastinator aktif senang bekerja di bawah tekanan. Ketika mereka menyisakan sedikit waktu untuk melaksanakan tugas, mereka merasa tertantang dan termotivasi. Perasaan tersebut menjadikan mereka kebal dan mampu bertahan dalam menghadapi

berbagai macam kondisi menyakitkan, sebagaimana yang dirasakan oleh prokrastinator pasif.

Dengan demikian, bertolak dari berbagai definisi yang telah diutarakan di atas, secara umum dapat dipahami bahwa prokrastinasi adalah penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang, dengan melakukan aktivitas lain yang tidak diperlukan dalam pengerjaan tugas. Karena itu, prokrastinasi tersebut dapat dibedakan menjadi dua jenis berdasarkan tujuan dan manfaat penundaan, yaitu:

1. Prokrastinasi yang disfungsiional (*disfunctional procrastination*), yang merupakan penundaan yang tidak bertujuan dan merugikan; dan
2. Prokrastinasi yang fungsiional (*functional procrastination*), yaitu penundaan yang disertai alasan yang kuat, mempunyai tujuan pasti sehingga tidak merugikan, bahkan berguna untuk melakukan suatu upaya konstruktif agar suatu tugas dapat diselesaikan dengan baik.

Adapun defenisi prokrastinasi akademik, maka dalam penelitian ini dibatasi sebagai suatu penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang, dengan melakukan aktivitas lain yang tidak diperlukan dalam pengerjaan tugas akademik. Penundaan tersebut bersifat disfungsiional, yaitu penundaan yang dilakukan pada tugas yang penting, penundaan tersebut tidak bertujuan, dan bisa menimbulkan akibat yang negatif.

B. Jenis-Jenis Tugas Pada Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi dapat dilakukan pada beberapa jenis pekerjaan. Balkis dan Duru (2009: 19) mengatakan bahwa seseorang dapat melakukan prokrastinasi hanya pada hal-hal tertentu saja atau pada semua hal. Adapun jenis-jenis tugas yang sering ditunda oleh prokrastinator adalah: pembuatan keputusan, tugas-tugas rumah tangga, aktivitas akademik, pekerjaan kantor dan lainnya.

Prokrastinasi akademik dan non-akademik sering menjadi istilah yang digunakan oleh para ahli untuk membagi jenis-jenis tugas di atas. Prokrastinasi akademik adalah jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik, misalnya tugas sekolah atau tugas kursus. Prokrastinasi non-akademik adalah penundaan yang dilakukan pada jenis tugas non-formal atau tugas yang berhubungan dengan kehidupan sehari-hari, misalnya tugas rumah tangga, tugas sosial, tugas kantor dan lain sebagainya (Ferrari, dkk., 1995 :5).

Menurut Solomon dan Rothblum (1984: 505), jenis tugas yang menjadi obyek prokrastinasi akademik adalah: tugas mengarang, belajar untuk menghadapi ujian, membaca, kinerja administratif, mengikuti pembelajaran di kelas, dan kinerja akademik secara keseluruhan. Prokrastinasi pada tugas mengarang meliputi penundaan melaksanakan kewajiban atau tugas-tugas menulis, misalnya: menulis makalah, laporan, atau tugas mengarang. Prokrastinasi pada tugas belajar menghadapi ujian mencakup penundaan belajar untuk menghadapi ujian, misalnya ujian tengah semester, akhir semester, atau ulangan mingguan. Prokrastinasi pada tugas membaca meliputi adanya penundaan untuk membaca buku atau referensi yang berkaitan dengan tugas akademik yang diwajibkan. Dalam hal kinerja tugas administratif, prokrastinasi terjadi pada tugas-tugas seperti: menyalin catatan, mengisi daftar hadir di kelas, dan daftar hadir praktikum. Prokrastinasi untuk menghadiri kegiatan pembelajaran, yaitu penundaan maupun keterlambatan dalam menghadiri pelajaran, praktikum dan pertemuan-pertemuan lainnya. Adapun contoh prokrastinasi dalam kinerja akademik secara keseluruhan yaitu menunda mengerjakan atau menyelesaikan tugas-tugas akademik secara keseluruhan.

C. Ciri-Ciri Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi sebagai suatu perilaku penundaan mempunyai karakteristik. Menurut Burka & Yuen (1983: 16), seorang prokrastinator memiliki karakteristik-karakteristik tertentu, yang disebut sebagai “kode prokrastinasi”. Kode prokrastinasi ini merupakan cara berpikir yang dimiliki oleh seorang prokrastinator, yang dipengaruhi oleh asumsi-asumsi yang tidak realistis sehingga menyebabkannya memperkuat prokrastinasi yang dilakukannya, meskipun mengakibatkan frustrasi. Kode-kode prokrastinasi tersebut adalah sebagai berikut:

a. Kurang percaya diri

Individu yang menunda biasanya berjuang dengan perasaannya yang kurang percaya diri dan kurang menghargai diri sendiri. Individu yang demikian ini kemungkinan ingin berada pada penampilan yang bagus sehingga menunda. Prokrastinator merasa tidak sanggup menghasilkan sesuatu dan terkadang menahan ide-ide yang dimilikinya karena takut tidak diterima orang lain.

b. Perfeksionis

Prokrastinator merasa bahwa segala sesuatunya itu harus sempurna. Lebih baik menunda daripada bekerja keras dan mengambil resiko kemudian dinilai gagal. Prokrastinator akan menunggu sampai dirasa saat yang tepat bagi dirinya untuk bertindak agar dapat memperoleh hasil yang sempurna.

c. Tingkah laku menghindari

Prokrastinator menghindari tantangan. Segala sesuatu yang dilakukannya, bagi prokrastinator seharusnya terjadi dengan mudah dan tanpa usaha.

D. Komponen Prokrastinasi Akademik

Ferrari dkk., (1995: 16) mengatakan bahwa sebagai suatu perilaku penundaan, prokrastinasi akademik dapat termanifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati ciri-cirinya, yaitu:

- a. Penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan kerja pada tugas yang dihadapi. Seseorang yang melakukan prokrastinasi tahu bahwa tugas yang dihadapinya harus segera diselesaikan dan berguna bagi dirinya, akan tetapi dia menunda-nunda untuk mulai mengerjakannya atau menunda-nunda untuk menyelesaikan sampai tuntas jika dia sudah mulai mengerjakan sebelumnya.
- b. Keterlambatan dalam mengerjakan tugas. Orang yang melakukan prokrastinasi memerlukan waktu yang lebih lama daripada waktu yang dibutuhkan pada umumnya dalam mengerjakan suatu tugas. Seorang prokrastinator menghabiskan waktu yang dimilikinya untuk mempersiapkan diri secara berlebihan, maupun melakukan hal-hal yang tidak dibutuhkan dalam penyelesaian suatu tugas, tanpa memperhitungkan keterbatasan waktu yang dimilikinya. Kadang-kadang tindakan tersebut mengakibatkan seseorang tidak berhasil menyelesaikan tugasnya secara memadai. Kelambanan, dalam arti lambannya kerja seseorang dalam melakukan suatu tugas, dapat menjadi ciri yang utama dalam prokrastinasi akademik.
- c. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual. Seorang prokrastinator mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan sebelumnya. Seorang prokrastinator sering mengalami keterlambatan dalam memenuhi *deadline* yang telah ditentukan, baik oleh orang lain maupun rencanarencana yang telah dia tentukan sendiri. Seseorang mungkin telah merencanakan

untuk mulai mengerjakan tugas pada waktu yang telah ia tentukan sendiri. Seseorang mungkin telah merencanakan untuk mulai mengerjakan tugas pada waktu yang telah ia tentukan sendiri, akan tetapi ketika saatnya tiba dia tidak juga melakukannya sesuai dengan apa yang telah direncanakan, sehingga menyebabkan keterlambatan maupun kegagalan untuk menyelesaikan tugas secara memadai.

- d. Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan. Seorang prokrastinator dengan sengaja tidak segera melakukan tugasnya, akan tetapi menggunakan waktu yang dia miliki untuk melakukan aktivitas lain yang dipandang lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan, seperti membaca (koran, majalah, atau buku cerita lainnya), nonton, ngobrol, jalan, mendengarkan musik, dan sebagainya, sehingga menyita waktu yang dia miliki untuk mengerjakan tugas yang harus diselesaikannya.

Jadi, dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri prokrastinasi akademik adalah penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan kerja pada tugas yang dihadapi, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual dan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan.

E. Teori-Teori Tentang Prokrastinasi Akademik

Berikut ini akan disajikan beberapa pandangan teoritis mengenai prokrastinasi akademik, yakni ditinjau dari teori-teori yang berasal dari Barat, seperti: Psikodinamika, Behaviorisme, dan Behavioral Kognitif; serta Psikologi Islam.

a. Psikodinamika.

Penganut psikodinamika beranggapan bahwa pengalaman masa kanak-kanak akan mempengaruhi perkembangan proses

kognitif seseorang ketika dewasa, terutama trauma. Seseorang yang pernah mengalami trauma akan suatu tugas tertentu, misalnya gagal menyelesaikan tugas sekolahnya, akan cenderung melakukan prokrastinasi ketika ia dihadapkan lagi pada suatu tugas yang sama. Orang tersebut akan teringat kepada pengalaman kegagalan maupun perasaan tidak menyenangkan yang pernah dialami seperti masa lalu, sehingga seseorang menunda mengerjakan tugas sekolah, yang dipersepsikannya akan mendatangkan perasaan seperti masa lalu (Ferrari dkk, dalam Romano, 1996: 698).

Berkaitan dengan konsep tentang penghindaran tugas, Freud (dalam Ferrari dkk, 1995: 8) mengatakan bahwa seseorang yang dihadapkan pada tugas yang mengancam *ego* pada alam bawah sadar akan menimbulkan ketakutan dan kecemasan. Perilaku penundaan atau prokrastinasi merupakan akibat dari penghindaran tugas dan sebagai mekanisme pertahanan diri. Seseorang bisa secara tidak sadar melakukan penundaan untuk menghindari penilaian yang dirasakan akan mengancam keberadaan *ego* atau harga dirinya. Akibatnya, tugas yang cenderung dihindari atau yang tidak diselesaikan adalah jenis tugas yang mengancam *ego* seseorang, seperti menghindari tugas-tugas sekolah sebagaimana tercermin dalam perilaku prokrastinasi akademik.

b. Behaviorisme.

Penganut aliran Behaviorisme beranggapan bahwa perilaku prokrastinasi akademik muncul akibat proses pembelajaran. Seseorang yang pernah merasakan sukses dalam melakukan tugas sekolah dengan melakukan penundaan, cenderung akan mengulangi lagi perbuatannya. Sukses yang pernah dia rasakan akan dijadikan hadiah (*reward*) untuk mengulangi perilaku yang sama di masa yang akan datang (Bijou dkk, dalam Ferrari dkk,

1995: 8). Adanya obyek lain yang memberikan hadiah lebih menyenangkan daripada obyek yang diprokrastinasi, menurut McCown dan Johnson (dalam Ferrari dkk, 1995: 9), juga dapat memunculkan perilaku prokrastinasi akademik. Seseorang yang memandang bermain *video game* lebih menyenangkan daripada mengerjakan tugas sekolah, mengakibatkan tugas sekolah lebih sering diprokrastinasi daripada bermain *video game*.

Di samping hadiah yang diperoleh, prokrastinasi akademik juga cenderung dilakukan pada jenis tugas sekolah yang memiliki konsekuensi hukuman (*punishment*) dalam jangka waktu yang lama. Hal itu bisa terjadi karena konsekuensi hukuman yang akan dihadapi kurang begitu kuat untuk menghentikan perilaku prokrastinasi. Misalnya, jika seseorang terpaksa harus memilih untuk menunda belajar ujian semester atau menunda untuk mengerjakan pekerjaan rumah mingguan, maka kecenderungan untuk menunda belajar untuk ujian semester lebih besar daripada menunda mengerjakan pekerjaan rumah mingguan. Kecenderungan tersebut timbul karena resiko nyata akibat menunda pekerjaan rumah mingguan lebih cepat dihadapi/diterima daripada resiko akibat menunda belajar untuk ujian semester.

c. Behavioral Kognitif (*Cognitive-Behavioral*).

Ellis dan Knaus (dalam Tuckman, 2002: 1) memberikan penjelasan tentang prokrastinasi akademik dari sudut pandang *Cognitive-Behavioral*. Menurutnya, prokrastinasi akademik terjadi karena adanya keyakinan irrasional yang dimiliki oleh seseorang. Keyakinan irrasional tersebut dapat disebabkan oleh suatu kesalahan dalam mempersepsikan tugas sekolah, seperti: memandang tugas sebagai beban yang berat dan tidak menyenangkan (*aversiveness of the task*) serta takut mengalami kegagalan (*fear of failure*) (Solomon dan Rothblum,

1984: 505). Akibatnya, ia merasa tidak mampu untuk menyelesaikan tugasnya secara memadai, sehingga ia menunda penyelesaian tugas tersebut.

BAB 12

DROP OUT (DO)

A. Pengertian Drop Out

Drop Out adalah keluar dari sekolah sebelum waktunya, atau sebelum lulus. Drop out demikian ini perlu dicegah, oleh karena hal demikian dipandang sebagai pemborosan bagi biaya yang sudah terlanjur dikeluarkan untuknya. Banyaknya peserta didik yang drop out adalah indikasi rendahnya produktivitas pendidikan. Tingginya angka drop out juga bisa mengganggu angka partisipasi pendidikan atau sekolah.

B. Faktor-Faktor Terjadinya Drop Out

Pada umumnya di sekolah-sekolah sekarang ini dibedakan 3 hal sehubungan dengan masalah ketidakhadiran. Penyebab ketidakhadiran tersebut diantaranya adalah adanya ijin, sakit dan alpa. Tetapi ketiga hal tersebut akan menyebabkan sebuah masalah jika dalam jumlah yang sering dilakukan oleh peserta didik. Salah satu akibat yang akan diterima oleh peserta didik adalah

sebuah pilihan yang harus diterima yaitu sebuah pernyataan drop out dari sekolah. Secara umum sebab-sebab terjadinya drop out yaitu peserta didik tidak mampu menyelesaikan pendidikan, tidak mempunyai biaya sekolah, peserta didik dalam keadaan sakit dan tidak kunjung sembuh. Jika dibedakan melalui beberapa sumber ketidakhadiran yang juga akan menyebabkan terjadinya sebuah drop out dapat dilihat dari berbagai sumber, yaitu sebagai berikut: (Sahertian, 1987:75)

1. Dilihat dari segi tanggung jawab murid itu sendiri

- a. Murid yang sering sakit
- b. Membolos karena pengaruh teman-teman sekelompok
- c. Karena malas
- d. Tidak mengerjakan pekerjaan rumah
- e. Melanggar peraturan lalu dihukum
- f. Berkelahi lalu tidak berani masuk sekolah
- g. Lupa atau tidak mau minta ijin dari sekolah
- h. Kebiasaan-kebiasaan buru yang telah dibawa sejak lama

2. Dilihat dari segi rumah tangga (Orang Tua)

- a. Orang tua yang selalu sibuk karena ayah dan ibu bekerja dan kurang memperhatikan anak
- b. Latar belakang ekonomi orang tua yang terlalu buruk
- c. Terlalu memanjakan anak
- d. Keluarga yang berpindah-pindah tempat kerja
- e. Tempat tinggal yang jauh
- f. Karena tidak mempunyai pakaian yang layak untuk ke sekolah
 - 1) Tuntutan orang tua yang harus bekerja
 - 2) Orang tua mengajak anak untuk bepergian

3. Dilihat dari segi sekolah

- a. Suasana belajar yang kurang menyenangkan
- b. Guru yang terlalu keras dan menyakitkan
- c. Kurangnya pembinaan dan bimbingan dari guru
- d. Kebijaksanaan pimpinan sekolah yang kurang menguntungkan
- e. Bangunan sekolah yang agak jauh
- f. Biaya dan pungutan uang sekolah yang terlalu tinggi
- g. Tuntutan peraturan yang menekan para siswa
- h. Keadaan gedung yang tidak memenuhi syarat
- i. Program sekolah yang kurang menarik
- j. Sukarnya pengangkutan untuk datang ke sekolah

4. Dilihat dari segi masyarakat

- a. Musim panaan yang memaksa anak harus ikut kerja musiman
- b. Bencana alam menimpa sehingga masyarakat kacau
- c. Jalan yang terhalang

Dari uraian di atas dapat dirangkum hal-hal sebagai berikut:

1. Bahwa ada hubungan yang berarti antara ketidakhadiran seseorang siswa dari kemajuan belajar dan pembentukan pribadi.
2. Bahwa ketidakhadiran ada yang disebut *tardiness* atau terlambat datang dan ada yang disebut *truency* (terlambat datang).
3. Umumnya ketidakhadiran itu disebabkan dari faktor kesehatan atau faktor diluar kesehatan.
4. Untuk mengatasi masalah ketidakhadiran itu diperlukan perhitungan yang lebih akurat dan lebih teliti.
5. Mengatasi sumber sebab ketidakhadiran harus dilihat dari setiap segi, yaitu segi dari murid sendiri, orang tua, sekolah, dan masyarakat.

Kerjasama dan pendekatan yang manusiawi akan dapat mengurangi ketidakhadiran di sekolah.

C. Langkah Bimbingan yang Ditempuh

Berikut ini merupakan saran yang dapat ditempuh oleh konselor dalam memberikan bimbingan terhadap murid yang drop out (DO) yaitu :

a. Usaha Pencegahan

Usaha pencegahan yang dilakukan adalah menciptakan kondisi sekolah lebih sehat yang menunjang bagi perkembangan sosial dan kesehatan mental anak. Langkah-langkah pencegahan yang dapat ditempuh, yaitu :

1. Menciptakan lingkungan sekolah yang memungkinkan adanya pergaulan yang sehat.
2. Kurikulum dan bahan pengajaran modul disesuaikan pada kebutuhan murid.

Hubungan antara guru dengan murid yang akrab dengan memperhatikan kaidah-kaidah dan norma-norma serta batas tanggungjawab yang jelas.

b. Usaha Referral (Penyerahan)

Untuk kasus Drop Out yang belum parah maka konselor bersama-sama guru akan dapat mengatasi. Tetapi apabila kasus itu sudah parah hendaknya guru menyerahkan kasus referral itu kepada konselor atau lembaga yang berwenang menangani kasus tersebut. Cara melaksanakan referral perlu memperhatikan beberapa hal, yaitu :

1. Penyerahan hanya dilaksanakan untuk memberi pertolongan.
2. Penyerahan tidak dimaksudkan memperuncing masalah.
3. Penyerahan kasus dilaksanakan dengan penuh kehangatan dan keramah tamahan.

c. Usaha Konseling Kelompok

Konseling kelompok diberlakukan bagi murid-murid yang sudah dapat mengadakan kontak dengan orang lain dengan bahasa lisan. Adapun cara melaksanakannya adalah :

1. Kelompok ditunjuk oleh pembimbing dengan memperhatikan keseimbangan murid agresif dan murid pasif.
2. Kelompok berdiskusi sampai 3 kali seminggu.
3. Tujuannya adalah saling mengenal satu sama lain.
4. Konselor bertugas menciptakan suasana akrab.
5. Pembicaraan cenderung berkisar pada pengalaman masing-masing murid.

d. Menyelenggarakan Konseling Pribadi

Konseling merupakan layanan yang teratur, terarah dan terkontrol serta tidak diselenggarakan secara acak ataupun seadanya. Sebagai rambu-rambu pokok dalam pelaksanaan layanan konseling, **Munro, dkk.** mengemukakan tiga dasar etika konseling, yaitu :

1. Kerahasiaan.
2. Keterbukaan.
3. Tanggungjawab.

Dalam penyelenggaraan konseling perorangan, **Priyatno, dkk.** juga memberikan pedoman sebagai berikut :

1. Memberikan penjelasan dari contoh masalah-masalah yang dapat ditangani melalui konseling perorangan.
2. Menjelaskan dan memberikan contoh-contoh tentang tujuan dan kegunaan konseling perorangan.
3. Menerima klien dalam suasana yang hangat, akrab dan apa adanya.
4. Mengatur reformasi pelaksanaan konseling perorangan.
5. Memberikan penstrukturan dalam konseling perorangan.
6. Menerapkan asas-asas BK dalam konseling perorangan.

7. Menerapkan teknik-teknik dasar umum dalam konseling perorangan.
8. Menerapkan teknik-teknik khusus dalam konseling perorangan.
9. Menerapkan teknik-teknik perubahan tingkah laku dalam konseling perorangan.
10. Mengevaluasi proses dan hasil konseling perorangan.
11. Membuat catatan dan menyusun laporan konseling perorangan sesuai dengan kode etik BK.

BAB 13

DIAGNOSIS KESULITAN BELAJAR DAN PROSEDUR REMEDIAL

A. Diagnosis Kesulitan Belajar

1. Defenisi Diagnosis Kesulitan Belajar

Diagnosis, merupakan istilah teknis (terminology) yang kita adopsi dari bidang medis. Menurut Thorndike dan Hagen (1955: 530-532), diagnosis dapat diartikan sebagai :

- a. Upaya atau proses menemukan kelemahan atau penyakit apa yang dialami seseorang dengan melalui pengujian dan studi yang saksama mengenai gejala-gejalanya.
- b. Studi yang saksama terhadap fakta tentang suatu hal untuk menemukan karakteristik atau kesalahan-kesalahan dan sebagainya yang esensial.
- c. Keputusan yang dicapai setelah dilakukan studi secara sakasama atas gejala-gejala atau fakta tentang suatu hal.

Dilihat dari ketiga definisi di atas, diagnosis ternyata bukan hanya mengidentifikasi, tetapi juga memutuskan prediksi kemungkinan-kemungkinan untuk menyarankan cara pemeca-

hannya. Dengan demikian dapat disimpulkan defenisi diagnosis kesulitan belajar yaitu : menentukan jenis dan penyebab kesulitan serta alternatif strategi pengajaran remedial yang efektif dan efesien. Dengan kata lain Diagnosis kesulitan belajar adalah proses menemukan masalah atau kendala peserta didik dalam belajar dengan meneliti apa peneyebabnya atau gejala-gejala baik hambatan atau kesulitan dalam belajar yang nampak.

Menurut Burton (1952 : 622-624) mengidentifikasi seorang siswa kasus dapat dipandang atau dapat diduga mengalami kesulitan belajar kalau yang bersangkutan menunjukkan kegagalan tertentu dalam mencapai tujuan-tujuan belajarnya. Kegagalan belajar didefinisikan sebagai berikut :

1. Siswa dikatakan gagal apabila dalam batas waktu tertentu yang bersangkutan tidak mecapai ukuran tingkat keberhasilan atau tingkat penguasaan minimal dalam pelajaran tertentu, seperti yang telah ditetapkan oleh orang dewasa atau guru.
2. Siswa dikatakan gagal apabila yang bersangkutan tidak dapat mengerjakan atau mencapai prestasi yang semestinya. Ia diramalkan akan dapat mengerjakannya atau mencapai suatu prestasi, namun ternyata tidak sesuai dengan kemampuannya.
3. Siswa dikatakan gagal kalau yang bersangkutan tidak dapat mewujudkan tugas-tugas perkembangan, termasuk penyelesaian sosial sesuai dengan pola organismiknya pada fase perkembangan tertentu, seperti yang berlaku bagi kelompok sosial dan usia yang bersangkutan.
4. Siswa dikatakan gagal kalau yang bersangkutan tidak berhasil mencapai tingkat penguasaan yang diperlukan sebagai prasyarat bagi kelanjutan pada tingkat pelajaran berikutnya.

Berdasarkan pengertian diagnosis dan kesulitan belajar di atas, dapat disimpulkan diagnostic kesulitan belajar sebagai

suatu proses atau upaya untuk memahami jenis dan karakteristik serta latar belakang kesulitan-kesulitan belajar dengan menghimpun dan mempergunakan berbagai data/informasi selengkap dan seobjektif mungkin sehingga memungkinkan untuk mengambil kesimpulan dan keputusan serta mencari alternative kemungkinan pemecahannya.

2. Macam- Macam Kesulitan Belajar

Kesulitan belajar dibagi menjadi tiga kategori besar, yaitu:

a. Kesulitan dalam berbicara dan berbahasa

Kesulitan ini menjadi indikasi awal bagi kesulitan belajar yang dialami oleh siswa. Siswa yang mengalami kesulitan jenis akan sulit dalam menghasilkan bunyi-bunyi bahasa yang tepat, sulit berkomunikasi dengan orang lain melalui penggunaan bahasa yang benar atau sulit memahami apa yang orang lain katakan.

b. Permasalahan dalam hal kemampuan akademik

c. Kesulitan lainnya mencakup kesulitan dalam mengkoordinasi gerakan anggota tubuh serta permasalahan belajar yang belum dicakup oleh kedua kategori di atas.

3. Faktor-Faktor Munculnya Kesulitan Belajar

Kesulitan belajar siswa yang dihadapi oleh siswa bisa disebabkan oleh beberapa faktor, baik faktor yang terdapat dalam dirinya (intern) maupun yang terdapat di luar dirinya (eksternal). Adapun kedua faktor yang bisa menghambat proses belajar siswa menurut Mohammad Surya (1992: 87) adalah sebagai berikut:

a. Faktor yang terdapat dalam diri siswa (intern):

1. Kurangnya kemampuan dasar yang dimiliki oleh siswa
2. Kurangnya bakat khusus untuk situasi belajar tertentu
3. Kurangnya motivasi atau dorongan untuk belajar

4. Situasi pribadi terutama emosional yang dihadapi siswa-siswa tertentu
5. Faktor jasmaniah
6. Faktor bawaan seperti buta warna, dan sebagainya

b. Faktor yang terdapat di luar diri siswa (eksternal):

1. Faktor lingkungan sekolah yang kurang memadai
2. Situasi dalam keluarga yang kurang mendukung
3. Situasi lingkungan sosial yang mengganggu keadaan anak

Dapat disimpulkan tentang beberapa faktor penyebab kesulitan belajar yaitu sebagai berikut:

a. Faktor yang terletak pada dirinya (faktor intern) antara lain:

1. Kurangnya kemampuan dasar yang dimiliki oleh murid. Kemampuan dasar (intelegensi) merupakan wadah bagi kemungkinan tercapainya hasil belajar. Jika kemampuan ini rendah maka hasil yang akan dicapai pun akan rendah pula, dan ini akan menimbulkan kesulitan belajar.
2. Kurangnya bakat khusus suatu situasi belajar tertentu. Seperti halnya dengan intelegensi, bakat merupakan untuk mencapai hasil belajar tertentu. Murid yang kurang atau tidak memiliki bakat dalam suatu kegiatan belajar tertentu akan mengalami kesulitan belajar. Keberhasilan dalam belajar hanya ditentukan oleh minat ini, sehingga anak yang kurang berminat dalam suatu pelajaran tertentu akan lebih banyak mengalami kesulitan belajar.
3. Kurang motivasi atau dorongan untuk belajar. Tanpa motif yang besar anak akan banyak mengalami kesulitan belajar, karena motif ini merupakan faktor pendorong
4. Situasi pribadi terutama emosional yang dihadapi murid-murid tertentu. Misalnya pertentangan yang dialami dalam dirinya, situasi kekecewaan (frustasi), dalam kesedi-

han, dan sebagainya dapat menimbulkan kesulitan dalam belajar.

5. Faktor-faktor jasmaniah, seperti cacat tubuh, gangguan kesehatan gangguan penglihatan, pendengaran, kelainan jasmani dan sebagainya. Misalnya anak yang terganggu pendengarannya akan lebih banyak mengalami kesulitan dalam belajar.
6. Faktor-faktor bawaan, seperti buta warna, kidal cacat tubuh dn sebagainya.

b. Faktor yang terletak di luar dirinya

1. Faktor lingkungan sekolah yang kurang memadai bagi situasi belajar anak seperti: cara mengajar, sikap guru, kurikulum atau materi yang dipelajari, perlengkapan belajar yang kurang, cara evaluasi yang kurang tepat, ruang belajar yang kurang memadai. Sistem administrasi, waktu belajar yang kurang tepat, situasi sosial di sekolah, dan sebagainya.
2. Situasi dalam keluarga yang kurang mendukung situasi belajar seperti: kekacauan rumah tangga (broken home). Kurang perhatian orang tua, kurangnya perlengkapan belajar, kurangnya kemampuan orang tua, dan sebagainya.
3. Situasi lingkungan sosial yang mengganggu keadaan anak seperti pengaruh negatif dari pergaulan, situasi masyarakat yang kurang memadai, gangguan kebudayaan seperti film, bacaan-bacaan, dan sebagainya.

Dari uraian diatas, kiranya dapat diambil suatu kesimpulan, bahwa pada dasarnya ada dua faktor yang menyebabkan terjadinya kesulitan belajar siswa, yakni faktor yang terdapat dalam diri siswa itu sendiri (faktor intern) dan faktor yang ada di luar diri siswa (faktor ekstern) baik lingkungan keluarga,

lingkungan sekolah maupun masyarakat sekitar. Dengan mengetahui latar belakang kesulitan siswa, akan memberikan kemudahan bagi guru dalam membantu mengatasi kesulitan belajar siswa tersebut, serta akan memberikan suatu pemahaman bahwa meskipun siswa itu memiliki kesulitan yang relatif sama, akan memiliki latar belakang yang berbeda. Dengan demikian bantuan yang diberikanpun akan cenderung berbeda pula.

B. Proserdur Remedial

Kata remedial berasal dari bahasa Inggris yang artinya menyembuhkan, membetulkan. Ini berarti bahwa pembelajaran remedial adalah pembelajaran yang bersifat menyembuhkan sehingga menjadi baik atau sembuh dari masalah pembelajaran yang dirasa sulit. Abu Ahmadi (2013:152) menyebutkan pengajaran remedial adalah suatu bentuk pengajaran yang bersifat menyembuhkan atau membetulkan, atau dengan kata lain pengajaran yang membuat lebih baik. Membuat menjadi lebih baik artinya bahwa pengajaran remedial diadakan untuk membuat prestasi atau hasil belajar siswa menjadi baik, seperti siswa yang memperoleh nilai 5 menjadi memperoleh nilai 7 setelah pengejaran remedial.

Beberapa fungsi dari pengajaran remedial adalah :

1. Fungsi Korektif

Melalui pengajaran remedial dapat diadakan pembetulan atau perbaikan terhadap suatu yang di pandang masih belum tercapai sesuai dengan yang diharapkan dalam keseluruhan proses belajar mengajar.

2. Fungsi Pemahaman

Pengajaran remedial memungkinkan guru, siswa dan pihak-pihak lain dapat memperoleh pemahaman yang lebih baik, dan guru lebih bisa memahami keadaan siswa bersangkutan.

3. Fungsi Penyesuaian

Dapat membantu siswa untuk lebih menyesuaikan dirinya terhadap tuntutan kegiatan belajar, misalnya siswa bisa mencapai prestasi belajar (nilai) yang telah distandarkan.

4. Fungsi Pengayaan

Remedial dapat memperkaya proses belajar-mengajar, materi yang tidak diperoleh dalam pengajaran remedial. Misalnya bagi kelas unggulan siswanya memerlukan materi tambahan sebagai wawasan.

5. Fungsi Ekselerasi

Pengajaran ini dapat membantu mempercepat proses belajar baik dalam waktu maupun materi, misalnya bagi siswa yang cerdas dapat masukan ke dalam kelas akselerasi untuk mempercepat studinya.

6. Fungsi Terapeutik

Pengajaran dapat menyembuhkan atau memperbaiki kondisi-kondisi kepribadian siswa yang diperkirakan menunjukkan adanya penyimpangan. Pengajaran remedial ini dapat diterapkan sebagai salah satu cara untuk menanggulangi permasalahan kesulitan belajar.

Dalam melaksanakan kegiatan remedial sebaiknya mengikuti langkah-langkah sebagai berikut :

1. Analisis Hasil Diagnosis

Seperti yang telah Anda ketahui, diagnosis kesulitan belajar adalah suatu proses pemeriksaan terhadap siswa yang diduga mengalami kesulitan dalam belajar. Melalui kegiatan diagnosis guru akan mengetahui para siswa yang perlu mendapatkan bantuan. Untuk keperluan kegiatan remedial, tentu yang menjadi fokus perhatian adalah siswa-siswa yang mengalami kesulitan dalam belajar yang ditunjukkan tidak tercapainya kriteria keberhasilan belajar. Apabila kriteria keberhasilan 80 %,

maka siswa yang dianggap berhasil jika mencapai tingkat penguasaan 80 % ke atas, sedangkan siswa yang mencapai tingkat penguasaannya di bawah 80 % dikategorikan belum berhasil.

Mereka inilah yang perlu mendapatkan remedial. Setelah guru mengetahui siswa-siswa mana yang harus mendapatkan remedial, informasi selanjutnya yang harus diketahui guru adalah topik atau materi apa yang belum dikuasai oleh siswa tersebut. Dalam hal ini guru harus melihat kesulitan belajar siswa secara individual. Hal ini dikarenakan ada kemungkinan masalah yang dihadapi siswa satu dengan siswa yang lainnya tidak sama. Padahal setiap siswa harus mendapat perhatian dari guru.

2. Menemukan Penyebab Kesulitan

Sebelum Anda merancang kegiatan remedial, terlebih dahulu harus mengetahui mengapa siswa mengalami kesulitan dalam menguasai materi pelajaran. Faktor penyebab kesulitan ini harus diidentifikasi terlebih dahulu, karena gejala yang sama yang ditunjukkan oleh siswa dapat ditimbulkan sebab yang berbeda dan faktor penyebab ini akan berpengaruh terhadap pemilihan jenis kegiatan remedial.

3. Menyusun Rencana Kegiatan Remedial

Setelah diketahui siswa-siswa yang perlu mendapatkan remedial, topik yang belum dikuasai setiap siswa, serta faktor penyebab kesulitan, langkah selanjutnya adalah menyusun rencana pembelajaran. Sama halnya pada pembelajaran pada umumnya, komponen-komponen yang harus direncanakan dalam melaksanakan kegiatan remedial adalah sebagai berikut;

- a. Merumuskan indikator hasil belajar
- b. Menentukan materi yang sesuai dengan indikator hasil belajar

- c. Memilih strategi dan metode yang sesuai dengan karakteristik siswa
- d. Merencanakan waktu yang diperlukan
- e. Menentukan jenis, prosedur dan alat penilaian.

4. Melaksanakan Kegiatan Remedial

Setelah kegiatan perencanaan remedial disusun, langkah berikutnya adalah melaksanakan kegiatan remedial. Sebaiknya pelaksanaan kegiatan remedial dilakukan sesegera mungkin, karena semakin cepat siswa dibantu mengatasi kesulitan yang dihadapinya, semakin besar kemungkinan siswa tersebut berhasil dalam belajarnya.

5. Menilai Kegiatan Remedial

Untuk mengetahui berhasil tidaknya kegiatan remedial yang telah dilaksanakan, harus dilakukan penilaian. Penilaian ini dapat dilakukan dengan cara mengkaji kemajuan belajar siswa. Apabila siswa mengalami kemauan belajar sesuai yang diharapkan, berarti kegiatan remedial yang direncanakan dan dilaksanakan cukup efektif membantu siswa yang mengalami kesulitan belajar. Tetapi, apabila siswa tidak mengalami kemajuan dalam belajarnya berarti kegiatan remedial yang direncanakan dan dilaksanakan kurang efektif. Untuk itu guru harus menganalisis setiap komponen pembelajaran.

C. Tahapan Pengajaran Remedial

Pengajaran remedial seringkali menjadi kegiatan lanjutan dari usaha diagnostik kesulitan belajar-mengajar . Dimana siswa-siswi yang diduga mengalami kesulitan belajar, akan diberi sebuah rekomendasi treatment bantuan, yakni salah satunya dengan kegiatan pengajaran remedial. Berikut langkah-langkah pengajaran remedial (Abin Syamsuddin:2008) adalah :

1. Penelaahan kembali kasus dengan permasalahannya.

2. Menentukan alternatif pilihan tindakan.
3. Layanan bimbingan dan konseling/psikoterapi.
4. Melaksanakan pengajaran remedial.
5. Mengadakan pengukuran hasil belajar kembali.
6. Mengadakan re-evaluasi dan re-diagnostik.

D. Strategi, Teknik, dan Pendekatan Pengajaran Remedial

Abin Syamsuddin Makmun (2009) mengemukakan ada 3 jenis Strategi, Teknik dan pendekatan pengajaran remedial yaitu : Strategi dan teknik pendekatan pengajaran dan remedial yang bersifat kuratif, Strategi dan teknik pendekatan pengajaran remedial yang bersifat preventif, dan Strategi dan teknik pendekatan pengajaran remedial yang bersifat pengembangan (development).

E. Proses Evaluasi Pengajaran Remedial

Abin Syamsuddin Makmun (2009: 369) mengemukakan suatu strategi, teknik atau model pengajaran remedial di pandang baik, bila memahami indikator sebagai berikut :

1. Serasi dengan tujuan (pemecahan masalah), jenis/jumlah tingkat/karakteristik kasus berikut permasalahannya, kemampuan teknis dan kepribadian guru yang bersangkutan, serta daya dukung fasilitas instrumental/tempat/lingkungan/ waktu atau kesempatan.
2. Efektif yang ditunjukkan oleh adanya peningkatan prestasi belajar dan/atau kemampuan penyesuaian diri pada siswa sesuai dengan kriteria keberhasilan yang diharapkan.
3. Efisien yang didukung oleh minimalnya waktu yang digunakan untuk mencapai peningkatan prestasi dan kemampuan penyesuaian siswa tersebut.

BAB 14

KETRAMPILAN BELAJAR

A. Pokok-Pokok Keterampilan Belajar

1. Defenisi Keterampilan Belajar

Definisi tentang keterampilan belajar seringkali didasarkan pada daftar keterampilan yang spesifik seperti mengorganisasi, memproses, dan menggunakan informasi yang diperoleh dari aktivitas membaca (Salinger, 1983). Barangkali definisi paling baik digunakan untuk menjelaskan keterampilan belajar adalah suatu keterampilan yang dapat mengembangkan kemandirian siswa dalam belajar (Dean, 1977 dalam Maher & Zins, 1987) Moh. Surya (1992: 28) mengungkapkan bahwa keterampilan merupakan kegiatan-kegiatan yang bersifat neuromuscular, artinya menuntut kesadaran yang tinggi. Dibandingkan dengan kebiasaan, keterampilan merupakan kegiatan yang lebih membutuhkan perhatian serta kemampuan intelektualitas, selalu berubah dan sangat disadari oleh individu.

Secara khusus, keterampilan belajar merupakan suatu teknik yang digunakan untuk memperoleh, mempertahankan, serta

mengungkapkan pengetahuan dan merupakan cara untuk menyelesaikan persoalan (Marshak & Burkle, 1981 dalam Maher & Zins, 1987). Dalam memperoleh keterampilan belajar, siswa akan menyadari bagaimana cara belajar yang terbaik sehingga menjadi lebih bertanggungjawab terhadap kegiatan belajarnya.

2. Hakikat Keterampilan

Hakikat keterampilan belajar meliputi empat unsur utama yaitu:

a. Transformasi Persepsi Belajar

Dalam berbagai hal guna meningkatkan keahlian belajar dalam *basic skills* (membaca, menulis dan mendengar) ataupun dalam menangani rasa takut dan kecemasan. Transformasi ini tidak hanya melatih kemampuan kognitif saja akan tetapi juga meliputi domain afektif dan psikomotorik dari setiap orang. Sehingga mampu menunjukkan pemahaman tentang keterampilan dan strategi belajar yang diperlukan untuk sukses di sekolah.

b. Keterampilan Manajemen Pribadi

Kemampuan menerapkan pengetahuan keterampilan belajar dan kekuatan (potensi) belajar yang dimilikinya untuk mengembangkan strategi guna memaksimalkan dan meningkatkan pembelajaran sehingga dapat meraih kesuksesan belajar di sekolah menengah.

c. Interpersonal Dan Keterampilan Kerjasama Tim

Kemampuan mengidentifikasi dan menjelaskan pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan untuk sukses dalam hubungan interpersonal dan kerjasama tim. Selain itu, juga menunjukkan kemampuan yang tepat untuk menerapkan keterampilan

interpersonal dan kerjasama tim dalam berbagai lingkungan belajar.

d. Kesempatan Eksplorasi

Mengembangkan portofolio dokumen yang terkait dengan penilaian diri, penelitian, dan eksplorasi karir yang diperlukan untuk merencanakan jalur untuk keberhasilan sekolah menengah.

Keempat unsur itu merupakan ciri keterampilan belajar yang utuh yang sebenarnya tidak dapat dipisahkan satu sama lain. Dalam proses pembelajaran keterampilan belajar keempat unsur itu diharapkan dapat muncul, sehingga peserta didik dapat mengalami proses internalisasi keterampilan belajar di dalam sikap belajarnya secara utuh dan sempurna sehingga dapat mengurangi kemungkinan kebuntuan dalam belajar (*learning shutdown*).

3. Tujuan Penerapan Keterampilan Belajar

Tujuan penerapan keterampilan belajar adalah sebagai berikut:

- a. Meningkatkan efisiensi dan efektivitas pembelajaran.
- b. Menumbuhkan minat dan motivasi belajar.
- c. Membentuk peserta didik yang mandiri dalam belajar.

4. Karakteristik Siswa yang Memiliki Keterampilan Belajar

Beberapa karakteristik siswa yang memiliki keterampilan belajar, antara lain :

- a. Percaya diri (*Self-Esteem*)
- b. Tidak menyandarkan diri pada orang lain (independence)
- c. Mampu merekonstruksi belajar sesuai dengan dirinya (mengorganisasi belajar)
- d. Mampu berinisiatif sendiri
- e. Bertanggung jawab (responsibility)

- f. Mampu berpikir logis dalam mengarahkan tujuan belajar
- g. Mempunyai kemampuan fleksibilitas dan adaptabilitas yang tinggi terhadap lingkungan
- h. Selalu mempunyai gagasan baru (kreatif)

5. Aspek-aspek Keterampilan Belajar

a. Cara Mengatur Waktu dan Lingkungan

Manajemen waktu merupakan perencanaan, pengorganisasian, penggerakan, dan pengawasan produktivitas waktu. Manajemen waktu bertujuan kepada produktivitas yang berarti rasio output dengan input.

Cara-cara mengatur waktu:

1. Membuat daftar “kerjaan”.
2. Membuat jadwal harian/mingguan.
3. Merencanakan jadwal yang lebih panjang (bulanan).
4. Belajarlah dengan rutin setiap hari tetapi dengan frekuensi waktu yang tidak terlalu lama.
5. Atur waktu belajar sekitar 5-10 menit saja.
6. Dahulukan pelajaran yang dianggap sulit.

Cara-cara mengatur lingkungan:

1. Sebelum kegiatan belajar dimulai, lingkungan fisik hendaknya ditata sehingga tampak menyenangkan.
2. Buku, jurnal, majalah, surat kabar, atau media lain, yang hendak dijadikan sebagai sumber belajar perlu ditempatkan di dekat kegiatan belajar peserta didik.

b. Cara Mengikuti Pelajaran

Cara-cara mengikuti pelajaran adalah:

1. Niat

Semenjak melangkahkan kaki meninggalkan rumah pergi ke sekolah, siswa harus sudah berniat dan membulatkan tekad untuk mencari ilmu yang tidak lupa diiringi dengan doa. Dengan niat yang kuat dan dilandasi dengan doa menurut agama masing-masing, akan memperoleh hasil belajar yang baik.

2. Kemauan yang kuat

Kemauan adalah modal yang penting dalam belajar, maka dengan kemauan belajar yang kuat dan usaha yang keras akan diperoleh hasil yang lebih baik. Kemauan yang tidak diiringi dengan usaha adalah separuh dari kegagalan. Oleh sebab itu, pelajar yang ingin sukses dalam belajar harus siap siaga dan tak gentar menghadapi rintangan dan kesulitan.

3. Perhatian

Seorang pelajar harus dapat memfungsikan alat pengindraannya sebaik mungkin untuk mengikuti kegiatan belajar mengajar. Ia harus pandai menyikapi mana yang dianggap penting dan mana yang harus banyak diulang.

4. Konsentrasi

Konsentrasi berarti pemusatan pikiran dan perasaan pada suatu masalah. Dalam hal ini, seorang pelajar dalam belajar harus bisa memusatkan perhatiannya pada masalah pelajaran yang sedang dihadapi.

5. Apersepsi

Apersepsi adalah mempersiapkan pengetahuan dan ketrampilan yang sudah ada untuk menerima hal-hal dan pengetahuan yang baru sehingga dalam kegiatan belajar mengajar dapat memperoleh hasil yang memuaskan.

6. Catatan

Catatan ada 2 macam :

- a. Catatan resmi adalah catatan mengenai apa yang dituliskan oleh guru sebagai rangkuman materi pelajaran yang telah disajikan.
- b. Catatan tidak resmi adalah catatan hasil jerih payah seorang pelajar untuk memperoleh pokok-pokok, inti, isi atau kesimpulan materi pelajaran yang telah dipelajari.

7. Bertanya

Dengan bertanya materi pelajaran yang disajikan oleh guru akan menjadi lebih jelas. Oleh sebab itu, apabila belum ada kejelasan dari keterangan guru hendaklah berani bertanya.

Cara Membaca Buku Teks

Ada banyak metode membaca, metode ini merupakan hasil riset dari para ilmuwan tentang cara membaca yang efektif. Salah satunya adalah metode SQ3R (*Survey, Question, Read, Recite, Review*). Metode SQ3R memberikan strategi yang diawali dengan membangun gambaran umum tentang bahan yang dipelajari, menumbuhkan pertanyaan dari judul/subjudul suatu bab dan dilanjutkan dengan membaca untuk mencari jawaban dari pertanyaan.

Ada lima tahapan proses dalam membaca dengan metode SQ3R ini, yaitu:

1. Survey atau meninjau

Baca Judul - Baca Pendahuluan – Baca Kepala Judul/Subbab – Perhatikan Grafik, Diagram – Perhatikan Alat Bantu Baca.

2. Question atau bertanya

Setelah kerangka pemikiran suatu bab diperoleh, mulai perhatikan kepala judul/subbab yang biasanya dicetak tebal.

Perhatikan kepala judul ini satu per satu dan ubah kepala judul ini jadi beberapa pertanyaan.

Tulislah pertanyaan-pertanyaan itu pada suatu kolom dengan lebar 1/3 halaman kertas dan kolom sisanya untuk jawaban yang diperoleh selama membaca. Misalkan kita membaca buku tentang “Belajar di SMA” dan kepala judulnya adalah “Manfaatkan berbagai kegiatan ekstrakurikuler di sekolahmu”. Pertanyaan yang dapat kita mundulkan adalah “Mengapa kita harus memanfaatkan kegiatan ekstrakurikuler?” dan “Bagaimana caranya kita bisa ikut terlibat dalam kegiatan ekstrakurikuler?”.

3. Read atau membaca

Bacalah suatu subbab dengan tuntas jangan pindah ke subbab lain sebelum kita menyelesaikannya. Pada saat membaca, kita mulai mencari jawaban pertanyaan yang kita buat pada Question. Tuliskan jawaban yang kita peroleh dengan dengan kata-kata sendiri di kertas yang pada 2/3 kolom yang disiapkan. Dan jangan membaca di tempat tidur.

4. Recite atau menuturkan

Cara melakukan Recite adalah dengan melihat pertanyaan-pertanyaan yang kita buat sebelum membaca subbab tersebut dan cobalah jawab pada selemba kertas tanpa melihat buku.

5. Review atau mengulang

Proses ini dapat dilakukan dengan membaca ulang seluruh subbab, melengkapi catatan atau berdiskusi dengan teman. Cara Review yang terbukti efektif adalah dengan menjelaskan kepada orang lain.

Cara Membuat Ringkasan

Ringkasan merupakan sekumpulan berbagai informasi untuk mempermudah pemahaman. Ringkasan memiliki banyak

pengertian, diantaranya ringkasan (Precis yang berarti memotong atau memangkas) adalah suatu cara yang efektif untuk menyajikan suatu karangan yang panjang dalam bentuk singkat. Sedangkan menurut Asmi (2004), Ringkasan merupakan penyajian singkat dari suatu karangan asli, sedangkan perbandingan bagian atau bab dari karangan asli secara proporsional tetap dipertahankan dalam bentuknya yang singkat.

Cara-cara membuat ringkasan yang baik diantaranya:

1. Bacalah bahan pelajaran secara ringkas. Dalam hal ini kita perlu memperoleh gambaran isi materi secara garis besar.
2. Membaca uraian materi secara cermat. Dalam hal ini dituntut untuk mengetahui dan menemukan gagasan utama pada setiap paragraf.
3. Berilah tanda dan catatlah kalimat yang mengandung pokok pikiran dan gagasan utama.
4. Mulailah menyusun ringkasan. Catatan gagasan utama dikembangkan lagi. Keterangan dari gagasan utama tersebut diuraikan dengan kalimat sederhana dan mudah dipahami.
5. Menyusun ringkasan ke dalam suatu skema.

Penggunaan Sumber-Sumber Belajar

Sumber belajar (learning resources) adalah semua sumber baik berupa data, orang dan wujud tertentu yang dapat digunakan oleh peserta didik dalam belajar, baik secara terpisah maupun secara terkombinasi sehingga mempermudah peserta didik dalam mencapai tujuan belajar atau mencapai kompetensi tertentu. Berdasarkan pengertian di atas, sumber belajar terbagi atas enam jenis:

1. Sumber berupa pesan (informasi, bahan ajar, cerita rakyat, dongeng, hikayat, dan sebagainya),

2. Manusia (guru, instruktur, siswa, ahli, nara sumber, tokoh masyarakat, pimpinan lembaga, tokoh karier dan sebagainya),
3. Bahan (buku, transparansi, film, slides, gambar, grafik yang dirancang untuk pembelajaran, relief, candi, arca, komik, dan sebagainya),
4. Peralatan (perangkat keras, komputer, radio, televisi, VCD/DVD, kamera, papan tulis, generator, mesin, mobil, motor, alat listrik, obeng dan sebagainya),
5. Teknik/metode (diskusi, seminar, pemecahan masalah, simulasi, permainan, sarasehan, percakapan biasa, diskusi, debat, talk show dan sejenisnya),
6. Lingkungan/setting (ruang kelas, studio, perpustakaan, aula, teman, kebun, pasar, toko, museum, kantor dan sebagainya).

Secara garis besar, sumber belajar terdiri atas:

1. Sumber belajar yang dirancang (learning resources by design), yakni sumber belajar yang secara khusus dirancang atau dikembangkan sebagai komponen sistem instruksional untuk memberikan fasilitas belajar yang terarah dan bersifat formal.
2. Sumber belajar yang dimanfaatkan (learning resources by utilization), yaitu sumber belajar yang tidak didesain khusus untuk keperluan pembelajaran dan keberadaannya dapat ditemukan, diterapkan dan dimanfaatkan untuk keperluan pembelajaran.

Prosedur pemilihan sumber belajar adalah (1) mempelajari kurikulum, (2) menetapkan kompetensi siswa yang hendak dicapai, (3) memilih dan menentukan materi yang akan disajikan, (4) memilih dan menentukan jenis dan sumber belajar, (5) mengembangkan sumber belajar, (6) mengevaluasi sumber belajar.

Sebelum menentukan sumber belajar, guru perlu memper-
timbang hal-hal berikut ini:

1. Ekonomis atau biaya, apakah ada biaya untuk penggunaan suatu sumber belajar (yang memerlukan biaya).
2. Teknisi (tenaga), apakah guru atau pihak lain yang mengoperasikan alat yang digunakan sebagai sumber belajar.
3. Bersifat praktis dan sederhana, yaitu mudah dijangkau dan mudah dilaksanakan.
4. Bersifat fleksibel, maksudnya sumber belajar jangan bersifat kaku atau paten tapi harus mudah dikembangkan.
5. Relevan dengan tujuan pengajaran.
6. Dapat membantu efisiensi dan kemudahan pencapaian tujuan pengajaran.
7. Memiliki nilai positif bagi proses pengajaran khususnya bagi peserta didik.
8. Sesuai dengan interaksi dan strategi pengajaran yang telah dirancang.

Cara Menyiapkan Diri Untuk Menghadapi Tes dan Cara Mengerjakan Tes

Agar seorang siswa dapat mengerjakan tes dengan baik, maka dia harus mempersiapkan diri, baik itu persiapan secara psikologis, maupun untuk melakukan review sebelumnya. Persiapan tes dapat dilakukan dengan persiapan mental, menjaga kesehatan tubuh, dan percaya pada kemampuan diri sendiri.

Belajar-Pasca Belajar

Beberapa hal yang dapat dilakukan selama maupun setelah belajar, diantaranya

1. Review catatan segera setelah pembelajaran di kelas,
2. Review catatan dengan singkat sebelum masuk pembelajaran di kelas berikutnya,

3. Jadwalkan waktu yang agak lama untuk review catatan tersebut secara periodik.
4. Mengantisipasi Soal Ujian
Siswa dapat mengantisipasi soal ujian dengan mengira-ngira soal yang akan keluar dengan:
 1. Perhatikan setiap pedoman belajar (poin utama, bab, subbab, *handsout*, dll.)
 2. Pelajari soal-soal ujian sebelumnya atau dapat mempelajari soal-soal Latihan Mandiri (LM)
 3. Berdiskusilah dengan teman untuk menebak kira-kira soal apa yang akan keluar dalam ujian.

Tips Saat Ujian

Saat pelaksanaan ujian dapat dilakukan:

1. Datang dengan persiapan yang matang dan lebih awal.
2. Tenang, percaya diri, sudah siap sedia, dan akan mengerjakan ujian dengan baik.
3. Preview soal-soal ujian dulu (terutama untuk soal uraian atau yang memiliki waktu yang cukup banyak), luangkan 10% waktu untuk membaca soal lebih mendalam.
4. Jawab soal-soal ujian secara strategis, dengan mulai menjawab pertanyaan yang mudah, kemudian dengan soal-soal yang sukar.
5. Ketika mengerjakan soal-soal pilihan ganda, etahuilah jawaban mana yang harus dipilih/ditebak.
6. Ketika mengerjakan soal ujian esai/uraian, pikirkan dulu jawabannya sebelum menulis.
7. Sisihkan 10% waktu ujian untuk memeriksa ulang jawaban yang telah dikerjakan.
8. Analisa hasil ujian, setiap ujian dapat membantu dalam mempersiapkan diri untuk ujian selanjutnya.

B. Penerapan Keterampilan Belajar Dalam Bk

Dalam bimbingan konseling, konselor dapat menerapkan bimbingan belajar untuk mengembangkan keterampilan belajar dengan melaksanakan bimbingan belajar. Bimbingan belajar menurut Yusuf (2009) adalah bimbingan yang diarahkan untuk membantu siswa dalam mengembangkan pemahaman dan keterampilan dalam belajar dan memecahkan masalah-masalah belajar. Sedangkan menurut Yusuf, Nurikhsan (2006) mengartikan bahwa bimbingan belajar adalah sebagai bimbingan yang diarahkan untuk membantu siswa dalam memecahkan masalah belajar. Layanan bimbingan belajar dilaksanakan melalui tahap-tahap :

1. Pengenalan siswa yang mengalami masalah belajar
2. Pengungkapan sebab-sebab timbulnya masalah belajar
3. Pemberian bantuan pengentasan masalah

Langkah-langkah yang ditempuh dalam bimbingan:

1. Menentukan masalah
2. Pengumpulan data
3. Analisis data
4. Diagnosis
5. Prognosis
6. *Treatment/terapi*
7. Tindak lanjut/*follow up*

Dalam bimbingan belajar, keterampilan belajar amat penting untuk diterapkan. Berbagai cara belajar yang dimiliki, akan sangat mendukung para konselor mengembangkan kemampuan dan potensi para siswa khususnya pada bidang akademik dengan menerapkan berbagai keterampilan belajar ini. Meskipun demikian, keterampilan belajar perlu didukung oleh program bimbingan untuk dapat mengembangkan keterampilan belajar siswa melalui:

1. Inventarisasi tingkat penguasaan keterampilan belajar siswa,

2. Sikap dan kebiasaan belajar siswa,
3. Pengetahuan yang membantu siswa mengembangkan potensi diri dengan mengembangkan keterampilan belajar.
4. Peran konselor sekolah sebagai ahli yang memiliki kemampuan memandirikan siswa
5. Mampu menuangkan atau memberdayakan semua potensi sekolah ke dalam pengembangan program bimbingan dan konseling sekolah.[]

BAB 15

MATERI BIDANG BIMBINGAN KEGIATAN BELAJAR

A. Pelayanan Bidang Bimbingan Kegiatan Belajar

Suatu pelayanan BK bidang kegiatan belajar yang diberikan untuk pemantapan sikap, dan kebiasaan belajar yang efektif dan efisien serta produktif, baik dalam mencari informasi dari berbagai sumber belajar, bersikap terhadap guru, mengembangkan keterampilan belajar, mengerjakan tugas-tugas pelajaran dan menjalani program penilaian hasil belajar.

1. Pokok-pokok Bidang Bimbingan Belajar, yaitu:

- a. Pemantapan sikap dan kebiasaan belajar yang efektif dan efisien serta produktif, baik dalam mencari informasi dari berbagai sumber belajar, bersikap terhadap guru dan narasumber lainnya, mengembangkan keterampilan belajar, mengerjakan tugas-tugas pelajaran dan menjalani program penilaian hasil belajar

- b. Pemantapan disiplin belajar dan berlatih, baik secara mandiri maupun berkelompok
- c. Pemantapan penguasaan materi program belajar di sekolah menengah umum sesuai dengan perkembangan ilmu, teknologi dan kesenian.
- d. Pemantapan pemahaman dan pemanfaatan kondisi fisik, sosial dan budaya yang ada di sekolah, lingkungan sekitar dan masyarakat untuk pengembangan pengetahuan dan kemampuan serta pengembangan pribadi
- e. Orientasi belajar di perguruan tinggi.

2. Materi pelayanan BK Kegiatan belajar

a. Layanan Orientasi

- 1. Pelaksanaan kegiatan belajar-mengajar, jadwal, pelajaran, guru-guru setiap mata pelajaran
- 2. Lingkungan dan fasilitas sekolah yang menunjang kegiatan dan belajar seperti ruang kelas, workshop, laboratorium, perpustakaan, ruangan diskusi, ruang BK dan sebagainya.
- 3. Suasana belajar di sekolah pada umumnya yang perlu dikembangkan
- 4. Kegiatan belajar yang dituntut dari siswa
- 5. Adanya pelayanan bimbingan belajar bagi para siswa

b. Layanan Informasi

- 1. Tugas-tugas perkembangan masa remaja berkenaan dengan pengembangan diri, keterampilan, ilmu pengetahuan, teknologi dan kesenian.
- 2. Perlunya pengembangan sikap dan kebiasaan belajar yang baik, aktif dan terprogram, baik belajar mandiri maupun kelompok.

3. Cara belajar diperpustakaan, meringkas buku, membuat catatan dan mengulang pelajaran
 4. Kemungkinan timbulnya berbagai masalah belajar dan upaya penegasannya
 5. Pengajaran perbaikan dan pengayaan
- c. Layanan Penempatan dan Penyaluran
Meliputi kegiatan penempatan dan penyaluran siswa pada:
1. Kelompok belajar berdasarkan kemampuan siswa (misalnya kelompok cepat, sedang dan lambat)
 2. Kelompok belajar “campuran”
 3. Kelompok belajar tambahan yang didasarkan pada minat terhadap mata pelajaran sebagai penunjang bakat, minat dan cita-cita.
 4. Program pengajaran perbaikan
 5. Program pengayaan
 6. Kelompok penelitian ilmiah remaja.
- d. Layanan Pembelajaran
Meliputi kegiatan pengembangan motivasi, sikap dan kebiasaan belajar yang baik, keterampilan belajar, program pengajaran perbaikan dan program pengayaan.
- e. Layanan konseling perorangan
Meliputi kegiatan penyelenggaraan konseling perorangan yang membahas dan mengentaskan masalah-masalah belajar siswa: motivasi dan tujuan belajar dan latihan, sikap dan kebiasaan belajar, kegiatan dan disiplin belajar serta berlatih secara efektif, efisien dan produktif.
- f. Layanan Bimbingan Kelompok
Meliputi kegiatan penyelenggaraan bimbingan kelompok yang membahas aspek-aspek kegiatan belajar siswa yang menyangkut: motivasi dan tujuan belajar dan latihan, sikap dan kebiasaan belajar dan lain-lain

g. Layanan Konseling Kelompok

Meliputi kegiatan penyelenggaraan konseling kelompok yang membahas dan mengentaskan masalah belajar siswa yang menyangkut: motivasi dan tujuan dan latihan dan sikap dan kebiasaan belajar,dll.

3. Media yang digunakan

LCD, Buku-buku, poster, Alat Tulis Menulis, laptop, gambar dalam bentuk slide dan bahan slide power point berubahan bahan materi belajar.

4. Cara Pelaksanaan

Dalam hal ini dari sekian pokok-pokok bidang bimbingan belajar ini kami mengambil pokok-pokok bimbingan belajar yaitu “Pemantapan sikap dan kebiasaan belajar yang efektif dan efisien serta produktif,baik dalam mencari informasi dari berbagai sumber belajar,bersikap terhadap guru dan nara sumber lainnya,mengembangkan keterampilan belajar, mengerjakan tugas-tugas pelajaran dan menjalani program penilaian hasil belajar. Pertama-tama untuk melakukan layanan kepada konseli, seorang konselor harus melihat dulu dari berbagai aspek mengenai apa yang dialami konseli dan perlu adanya identifikasi dulu terhadap konseli baik per orang, kelas baik itu melalui konselor langsung maupun narasumber lainnya untuk mengetahui masalah yang dialami oleh konseli. Dalam hal ini bisa dilakukan dengan mengumpulkan data konseli melalui wawancara, observasi, angket, dokumentasi dan lain-lain, setelah data mengenai masalah telah didapat selanjutnya konselor melakukan atau memberikan layanan informasi kepada konseli.

Konselor menentukan 1 ruangan kelas dimana ruangan itu nantinya sebagai tempat pemberian informasi, setelah konselor mengidentifikasi siswa yang bermasalah dengan metode yang diberikan konselor dan mendapatkan beberapa siswa yang

dianggap punya masalah dibidang belajar yang mengenai pokok-pokok bimbingan belajar, selanjutnya setelah siswa telah ditentukan, siswa tersebut yang akan mengisi ruangan tersebut untuk diberikan layanan.

Siswa telah memasuki ruangan konselor pun memberikan layanan informasi dengan menggunakan media laptop, LCD dalam menyampaikan informasinya, sebelum memaparkan materi yang akan disampaikan konselor membagikan selebaran yang berisi materi cara Pemantapan sikap dan kebiasaan belajar yang efektif dan efisien serta produktif, baik dalam mencari informasi dari berbagai sumber belajar, bersikap terhadap guru dan nara sumber lainnya, mengembangkan keterampilan belajar, mengerjakan tugas-tugas pelajaran dan menjalani program penilaian hasil belajar dan alat tulis menulis kepada konseli, selanjutnya konselor memaparkan materi itu dengan menggunakan gambar-gambar, Materi dalam bentuk slide guna untuk memperjelas materi yang telah diberikan.

5. Evaluasi

- a. Proses: mengenai keefektifan pemberian informasi, ketertarikan konseli, penentuan ruangan, jam pemberian layanan, dll.
- b. Hasil: mengenai keberhasilan pemberian informasi dan melihat perubahan yang terjadi pada konseli yang dulunya negatif sekarang positif dan jika itu tidak berhasil maka perlu adanya rancangan kegiatan yang baru.

6. Lampiran-Lampiran Materi

Langkah-langkah belajar efektif adalah mengetahui

- a. diri sendiri
- b. kemampuan belajar anda
- c. proses yang berhasil anda gunakan, dan dibutuhkan
- d. minat, dan pengetahuan atas mata pelajaran anda inginkan

B. Rencana Pelaksanaan Layanan Bimbingan dan Konseling Format Klasikal Terjadwal (Prayitno dkk, 2015 : 305-309)

I. IDENTITAS

- A. Satuan Pendidikan :.....
- B. Tahun Ajaran :.....
- C. Sasaran Pelayanan :.....
- D. Pelaksana :.....
- E. Pihak Terkait :.....

II. WAKTU DAN TEMPAT

- A. Tanggal :
- B. Jam Pembelajaran/Pelayanan :
- C. Volume Waktu (JP) :
- D. (1 x 40 Menit) :
- E. Spesifikasi Tempat Belajar :

III. MATERI PEMBELAJARAN

- A. Tema/Subtema :
 - 1. Tema :
 - 2. Subtema :
- B. Sumber Materi :

IV. TUJUAN/ARAH PENGEMBANGAN

- A. Pengembangan KES :
- B. Penanganan KES-T :

V. METODE DAN TEKNIK

- A. Jenis Layanan :
- B. Kegiatan Pendukung :

VI. SARANA

- A. Media :
- B. Perlengkapan :

VII. SASARAN PENILAIAN HASIL PEMBELAJARAN /PELAYANAN

Diperolehnya hal-hal baru oleh siswa tentang yang sesuai dengan diri dan kepribadian siswa.

A. KES

- 1. Acuan (A) :
- 2. Kompetensi (K) :
- 3. Usaha (U) :
- 4. Rasa (R) :
- 5. Sungguh-sungguh (S) :

B. KES-T, yaitu menghindarkannya kehidupan efektif sehari-hari yang terganggu, dalam hal :

- 1. Menghindari narkoba.
- 2. Terjerumus pada hal-hal negatif yang timbul akibat narkoba.

C. Ridho Tuhan, Bersyukur, Ikhlas dan Tabah:

Memohon ridho kepada Tuhan Yang Maha Esa untuk suksesnya siswa dalam berlatih dan mempraktekan/ melaksanakan bagaimana menyusun jadwal dengan kegiatan-kegiatan yang bermanfaat dan produktif.

VIII. LANGKAH KEGIATAN

A. LANGKAH PENGANTARAN (waktu 5 menit)

- 1. Mengucapkan salam dan mengajak siswa berdoa.

2. Mengecek kehadiran siswa, dan mengajak mereka berempati kepada siswa yang tidak hadir.
3. Mengajak dan membimbing siswa untuk mengikuti kegiatan pembelajaran/ pelayanan dengan penuh perhatian, semangat dan penampilan dengan melakukan kegiatan berpikir, merasa, bersikap, bertindak dan bertanggung jawab (BMB3) berkenaan dengan materi pembelajaran/ pelayanan yang akan dibahas.
4. Menyampaikan arah materi pokok pembelajaran, yaitu dengan tema “.....”
5. Menyampaikan tujuan pelayanan yaitu:

B. LANGKAH PENJAJAKAN (waktu 15 menit)

1. Menanyakan kepada siswa apa itu narkoba.
2. Memberikan kesempatan pada siswa untuk mengungkapkan para pendapat mereka.
3. Membaca buku tentang narkoba.
4. Meminta respon siswa tentang materi yang diberikan.

C. LANGKAH PENAFSIRAN (waktu 10 menit)

1. Membahas tanggapan siswa tentang materi tersebut.
2. Siswa diberi kesempatan untuk menanyakan atau merespon materi tentang materi buku tersebut, dan respon siswa tersebut dijawab dan diberikan ulasan secara umum serta diberikan pemahaman-pemahaman yang akan dibahas lebih lanjut.

D. LANGKAH PEMBINAAN (waktu 5 menit)

Materi penjajakan dan penafsiran yang mendapat penekanan atau penegasan dalam langkah pembinaan melalui pengisian dan pembahasan materi tersebut:

1. Meminta siswa untuk menuliskan upaya/tindakan yang akan dilakukan untuk menyesuaikansesuai dengan tuntutan bidang study (bertindak)
2. Siswa diajak untuk menuliskan komitmen di buku masing-masing (Bertanggung jawab)
 - a. Kapan :
 - b. Dimana :
 - c. Mata Pelajaran :

E. LANGKAH PENILAIAN DAN TINDAK LANJUT

1. Penilaian Hasil

Di akhir proses pembelajaran/pelayanan siswa diminta merefleksikan (secara lisan dan atau tertulis) apa yang mereka peroleh dengan pola BMB3 dalam unsur-unsur AKURS:

- a. Berfikir: Siswa berpikir mengenai narkoba.(Unsur A).
- b. Merasa: Perasaan mereka tentang narkoba.. (Unsur R).
- c. Bersikap: Sikap mereka dalam menghindari narkoba. (Unsur K dan U).
- d. Bertindak: Bagaimana siswa bertindak dalam menghadapi penyebaran narkoba. (Unsur K dan U).
- e. Bertanggung Jawab: Bagaimana siswa mampu bertanggung jawab untuk menghindari narkoba. (Unsur S).

2. Penilaian Proses

Melalui pengamatan dilakukan penilaian proses pembelajaran/pelayanan untuk memperoleh gambaran tentang aktivitas siswa dan efektifitas pembelajaran/pelayanan yang telah diselenggarakan dengan dinamika BMB3, dikumpul oleh guru BK

3. LAPELPROG dan Tindak Lanjut

Setelah kegiatan pembelajaran atau pelayanan selesai, disusunlah Laporan Pelaksanaan Program Layanan (LAPELPROG) yang memuat data penilaian hasil dan proses, dengan disertai arah tindak lanjutnya.

Medan, 12 Februari 2018

Konselor

.....

C. Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL) Bimbingan dan Konseling Layanan Konseling Individu (Sofyan S. Willis,m 2004 : 250)

I. Nama Sekolah

- A. Sekolah : S
- B. Kelas /Jurusan : IX.1
- C. Sasaran Layanan : Konseli kode : An 201401
- D. Alokasi waktu : 1 x 45 Menit
- E. Bidang Layanan : Belajar dan Karir
- F. Fungsi Layanan : Pemahaman dan Pengentasan
- G. Bentuk Layanan : Individual
- H. Tempat Layanan : Ruang Konseling Individual

II. Topik/permasalahan:

Kebingungan menentukan pilihan studi lanjutan (SMA atau SMK) menyebabkan malas belajar

III. Kompetensi Tugas Perkembangan :

Tugas perkembangan (6): Mengembangkan pengetahuan dan karir untuk mengikuti dan melanjutkan pelajaran dan atau persiapan karir serta berperan dalam kehidupan di masyarakat

IV. Tujuan Layanan:

Konseli menjadi mantap belajar

V. Materi :

Bingung memilih studi lanjutan menyebabkan konseli malas belajar

VI. Langkah Kegiatan Layanan :

NO	KEGIATAN LAYANAN	ALOKASI WAKTU
A	TAHAP AWAL 1. Penerimaan: situasi konseling sejak awal menjadi tanggung jawab konseli, untuk itu konselor menyadarkan konseli 2. Rapport dan penstrukturan	5 Menit
B	TAHAP INTI 1. Mengungkap penyebab masalah: Konselor memberanikan konseli agar ia mampu mengemukakan perasaannya. 2. Langkah treatment : a. Konselor menerima perasaan konseli serta memahaminya	10 Menit

	b. Konselor berusaha agar konseli dapat memahami dan menerima keadaan dirinya c. Konseli menentukan pilihan sikap dan tindakan yang akan diambil d. Konseli merealisasikan pilihannya itu.	
C	TAHAP AKHIR 1. Menyimpulkan hasil konseling 2. Mengadakan evaluasi 3. Menyusun jadwal pertemuan lanjutan 4. Menutup konseling	5 Menit

VII. Alat /Media /Sumber :

1. Angket minat
2. Data nilai rapor SMP/MTs Semester 1, 2, 3, 4, dan 5
3. Prestasi non akademik (jika ada)

VIII. Rencana Penilaian:

1. Prosedur Penilaian:

- a. Penilaian Proses
 Penilaian terhadap proses pelaksanaan konseling dengan observasi (terlampir)
- b. Penilaian hasil dengan interview :
 - Understanding : Pemahaman baru apa yang diperoleh konseli
 - Comfort : Bagaimana perasaan konseli setelah mengikuti konseling

- Action: Apa yang akan dilakukan konseli setelah proses konseling Penilaian Hasil tertulis: Laiseg, Laijapen dan Laijapang

2. Alat Penilaian :

Berupa Angket Laiseg, Laijapen dan Laijapang (terlampir)

IX. Rencana tindak lanjut:

- Satu minggu setelah layanan dipantau dengan memberikan penilaian jangka pendek (Laijapen)
- Satu bulan setelah layanan dipantau dengan memberikan penilaian jangka panjang (Laijapen)

Medan, 12 Februari 2018

Mengetahui

Kepala SMPN 1 Mujamaju

Guru BK/Konselor

Dra. Kepala Sekolah, M.Pd
NIP.

Drs. Konselor, Kons.
NIP.

Lampiran 1 : Instrumen observasi/pengamatan

Isilah dengan memberi tanda cek (Ö) pada kolom ya atau tidak sesuai dengan keadaan waktu proses konseling berjalan.

NO	KEGIATAN KONSELI	YA	TIDAK
1	Konseli aktif mengikuti proses konseling		
2	Konseli mengungkap permasalahan dengan terbuka		
3	Konseli menemukan penyebab masalah		
4	Konseli mampu menemukan alternatif pemecahan masalah		
5	Konseli mampu merencanakan langkah pelaksanaan hasil konseling		
6	Konseli mau diajak konseling lanjutan		

Medan,2018

Observer

.....

D. Panduan Praktek Bimbingan Belajar

Prosedur Bimbingan Belajar BK

Prosedur Umum Layanan Bimbingan Belajar Suatu layanan bimbingan belajar, pada umumnya memiliki beberapa tahap dalam kegiatannya, antara lain :

a. Identifikasi Kasus

Langkah ini dilakukan dengan mengidentifikasi siswa yang memerlukan bimbingan. Ada kalanya siswa datang langsung pada guru pembimbing untuk diberi bimbingan mengenai suatu permasalahan dalam belajar yang sedang dihadapinya. Namun, ada kalanya pula, siswa enggan untuk mendatangi guru pembimbingnya dikarenakan beberapa alasan. Maka, diperlukan suatu upaya lebih dari guru pembimbing untuk dapat memberikan bimbingan pada siswa yang benar-benar membutuhkan bimbingan, namun enggan untuk meminta bimbingan. Dan cara yang dapat dilakukan oleh guru pembimbing dalam memberikan bimbingan motivasi kepada siswa tersebut, antara lain:

1. Call them approach

Langkah untuk memanggil setiap siswa yang ada dan melakukan wawancara *face to face*, maka akan diperoleh siswa yang perlu dibimbing.

2. Maintan good relations

Langkah ini dikenal juga sebagai open door policy, yang mana diciptakan berbagai cara tidak langsung untuk memperkenalkan berbagai jenis layanan yang akan diberikan guru pembimbing untuk membantu siswanya yang tidak hanya terbatas pada hubungan belajar-mengajar di kelas saja.

3. Developing a desire for conseling

Langkah ini dilakukan jika siswa tidak menyadari akan masalah belajar yang dialaminya, maka dilakukanlah cara:

- a. Mengadiministrasikan tes inteligensi, bakat, minat, pretest atau post test dan sebagainya.
- b. Mengadakan orientasi studi yang membicarakan dan memperkenalkan karakteristik perbedaan individual serta implikasinya bagi cara belajar-mengajar.
- c. Mengadakan diskusi tentang suatu masalah tentang kesulitan belajar.
- d. Lakukan analisis terhadap prestasi belajar siswa mengenai beberapa siswa yang menunjukkan kelainan-kelainan tertentu.
- e. Lakukan analisis sosiometris dengan memilih teman tedekat di antara sesama siswa.

b. Identifikasi Masalah

Langkah ini dilakukan untuk mengidentifikasi permasalahan yang dihadapi oleh setiap siswa. Dalam konteks PBM, permasalahannya dapat dialokalisasi dan dibatasi dengan ditinjau dari tujuan proses belajar-mengajar:

- a) Secara substansial-material, hendaknya dialokalisasi pada jenis bidang studi mana saja.
- b) Secara struktural-fungsional, permasalahan itu mungkin dapat dialokasikan pada salah satu jenis dan tingkat kategori belajar proses-proses mental dari delapan kategori belajar menurut Gagne.
- c) Secara behavioral, permasalahan mungkin terletak pada salah satu jenis dan tingkat perilaku kognitif, afektif, dan psikomotor.
- d) Mungkin terletak pada salah satu atau beberapa aspek kepribadian siswa.

c. Diagnosis

Dalam konteks PBM, kemungkinan faktor penyebab permasalahan yaitu terletak pada :

- a) raw input
- b) instrumental input
- c) enviromental input
- d) tujuan pendidikan

Cara yang dapat dilakukan untuk memperoleh informasi yang relevan dengan kemungkinan faktor penyebab permasalahan di atas, antara lain:

- a) Untuk mendeteksi raw input, perlu diadakan tes psikologi, skala penilaian sikap, wawancara bimbingan dengan yang bersangkutan, inventory, dan sebagainya.
- b) Untuk mendeteksi instrumental input, perlu dilakukan review terhadap komponen-komponen sistem instruksional yang bersangkutan dengan diadakan wawancara dan studi dokumeneter.
- c) Untuk mendeteksi enviromental input, perlu dilakukan observasi dengan analisis anecdotal records, kunjungan rumah, wawancara dengan yang bersangkutan.
- d) Untuk mendeteksi tujuan-tujuan pendidikan, perlu dilakukan analisis rasional, wawancara, dan studi dokumenter.

d. Mengadakan Prognosis

Langkah ini dilakukan setelah beberapa langkah sebelumnya telah dilakukan, dan memberikan hasil. Selanjutnya, dapat diperkirakan tentang cara mana yang mungkin dilakukan. Proses pengambilan keputusan pada tahap ini seyogianya tidak dilakukan secara tergesa-gesa, dan sebaiknya melalui serangkaian konferensi kasus.

e. Melakukan Tindakan Remedial atau Membuat Referral (Rujukan)

Jika jenis permasalahan yang dihadapi berhubungan dengan lingkungan belajar-mengajar dan guru masih sanggup menga-

tasi, maka perlu dilakukan tindakan remedial. Namun, jika permasalahannya sudah menyangkut aspek lain yang lebih luas lagi, maka seorang guru perlu segera melakukan referral pada ahli yang kompeten di bidangnya.

f. Evaluasi dan Follow Up

Langkah apapun yang telah ditempuh oleh seorang guru, langkah evaluasi atas usaha pemecahan masalah tersebut seyogianya dilakukan.[]

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad Susanto. 2015. *Bimbingan Dan Konseling Di Taman Kanak-Kanak*. Jakarta:Prenadamedia group.
- Anas Salahuddin. 2010. *Bimbingan Dan Konseling*. Bandung. Pustaka Setia.
- Amin, Samsul Munir. 2010. *Bimbingan dan Konseling Islam*. Jakarta: Amzah.
- Aunurrahman, 2012, *Belajar dan pembelajaran*. Bandung: Alfabeta
- Abu.Ahmadi.2013. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta
- Abdurrahman. M. 2003. *Pendidikan Bagi Anak Berkesulitan Belajar*. Jakarta: Penerbit Rineka Cipta
- Ahmaadi, A dan Supriyono, W. 2004. *Psikologi Belajar*. Edisi Revisi. Jakarta: Penerbit Rineka Cipta

- Ahmadi, Abu dan Widodo Supriyono. 2004. *Psikologi Belajar*. Jakarta: PT Asdi Mahasatya.
- Arifin. Tajul. 2008. *Ilmu Sosial Dasar*. Bandung: Gunung Djati Press.
- Anderman, E. M., dan Murdock, T. B. 2007. *Psychology of Academic Cheating*. San Diego, C.A.: Elsevier
- Abdul Rahman Saleh dan Muhibb Abdul Wahab. 2004. *Psikologi Suatu Pengantar Dalam Perspektif Islam*, Jakarta: Kencana.
- Andi Mappiare AT. 2002. *Pengantar Konseling dan Psikoterapi*, Jakarta : Raja Grafindo Persada.
- Ary Ginanjar Agustian. 2001. *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi dan Spiritual- ESQ*. Jakarta: Penerbit Arga.
- Bambang Ismaya. 2015. *Bimbingan & Konseling: Studi, Karir. dan Keluarga*. Bandung: PT. Refika Aditama
- Bimo Walgito.2010. *Bimbingan dan konseling (Studi dan Karrer)*. Yogyakarta. Andi Offset.
- Burns, S.R., Davis, S.F., Hoshino, J., Miller, R.L. 1988. "Academic Dishonesty: A Delineation of Cross-cultural Patterns". *College Students Journal*, 32 (4), 590-597.
- Bigge. Morris. L. 1982. *Learning Theories For Teacher*, New York Harper&Row.
- Blom. Benjamin S. et. Al. 1974. *Taxonomy of Education Obyektive The Classification of Education Goal*, New York, David McKey.
- C.A. Qadir. 1988. *Filsafat pendidikan Sistem Dan Metode*. Yogyakarta. Andi ofset.

- Caroli, C.A. 2004. "Cheating is Pervasive Problem in Education, Forum Participants say". *Education Week*.
- Departemen Agama, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*. Depag RI, 1990.
- Djumhur dan Moh. Surya, 1975. *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*, CV. Ilmu Bandung.
- Farid Mashudi. 2012. *Psikologi Konseling*. Yogyakarta.Irgisod
- Geldard.Kathryn.2011. *Konseling Remaja*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Gibson.2011. *Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Gatara. Sahid. 2008. *Civic Education*. Bandung: KATTA
- Hibama S. Rahman 2002. *Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. Yogyakarta: Galah
- Hikmawati. Fenti. 2011. *Bimbingan Konseling*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Hallen. 2005. *Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Quantum Teching.
- Hadiarni. 2009. *Konseling Karir*. Batusangkar: STAIN Batusangkar Press.
- Muhammad Surya. 1992. *Psikologi Pendidikan*. Bandung. FIP. FKIP
- Nathan Robert dan Linda Hill. 2012. *Konseling Karir*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Peraturan Menteri Pendidikan Kebudayaan Nomor 81A tahun 2013 tentang Implementasi Kurikulum

- Prayitno. 2009. *Wawasan Profesional Konseling*. Padang UNP Padang
- Prayitno dan Erman Amti. 2004. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta
- Prayitno.1999. *Pelayanan Bimbingan dan Konseling (Sekolah Menengah Umum)*. Jakarta: Depatemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Prayitno.dkk. 2015. *Pembelajaran Melalui Pelayanan BK Disatuan Pendidikan. Pengembangan Manusia Seutuhnya*. Jakarta: Paramitra.
- Poerwardarminta.1976. *Kamus Umum Bahsa Indonesia*. Jakarta: Pn Balai Pustaka
- Riska Ahmad. 2013. *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*. Padang. UNP Press.
- Salahudin. Anas. 2012. *Bimbingan dan Konseling*. Bandung: Pustaka Setia.
- Santoso, T. 1991. *Menyontek Bukan Seni*. Dalam Kartini Kartono (ed.). *Bimbingan Bagi Anak Remaja yang Bermasalah*. Jakarta: Rajawali Press.
- Sujana. 1994. "Hubungan Antara Kecenderungan Pusat Kendali Internal dengan Intensi Menyontek". *Jurnal Psikologi*, Vol. 21.
- Sofyan S Willis. 2009. *Konseling Individual: Teori dan Praktik*. Bandung: Alfabeta
- Syah, Muhibbin, 2008, *Psikologi Belajar*, Cetakan ke 7 (Edisi Revisi), Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada.

- Sukardi Ketut Dewa. 2008. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sahilun A. Nasir. 2002. *Peranan Pendidikan Agama Terhadap Pemecahan Problema Remaja*. Jakarta :Kalam Mulia.
- Slameto.2010. *Belajar Dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi*. Jakarta: Rineka Cipta
- Syamsudin, Makmun Abin. 2003. *Psikologi Pendidikan*. Bandung: PT Remaja Rosda Karya
- Tohirin. 2013. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah Dan Madrasah (berbasis integrasi)*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada
- Winkel, W.S. M.M. Sri Hastuti. 1997. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Jakarta: PT Gramedia
- Wasty.soetomo.2012. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Winkel. W.S. 2005. *Psikologi Pengajaran*. Jakarta: Grasindo
- Yusuf Gunawan. 2001. *Pengantar Bimbingan Dan Konseling*. Jakarta. Gramedia Pustaka utama.
- Yusuf. Syamsu. 2009. *Program Bimbingan Dan Konseling di Sekolah*. Bandung: Rizq Press.
- Yusuf, Syamsu dan Nurikhsan, Juntika. (2006). *Landasan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Zakiah Daradjat. 2001. *Kesehatan Mental*. Jakarta: Toko Gunung Agung.
- Zakiah Daradjat. 2002. *Psikoterapi Islami*. Jakarta: Bulan Bintang

WEBSITE

- Admin. (2012). Fungsi Sumber Belajar dan Penggunaan Sumber Belajar. Diunduh pada 15 April 2013 pukul 20.42 WIB dari (<http://downloadgratisarea.blogspot.com/2012/10/fungsi-sumber-belajar.html>).
- Anggun. (2012). Keterampilan-Keterampilan Belajar. Diunduh pada 14 April 2013 13.33 WIB dari (<http://goenable.wordpress.com/2012/01/05/keterampilan-keterampilan-belajar/>).
- Bimbingan dan Konseling. (2010). Cara Efektif Membaca Buku Teks dengan Teknik SQ3R. Diunduh pada 14 April 2013 pukul 13.09 WIB dari (<http://piagetclassblog.blogspot.com/2010/10/bimbingan-belajar-cara-efektif-membaca.html>).
- Idrus, Shofiyah Al. Sumber Belajar. Diunduh pada 15 April 2013 pukul 20.42 WIB dari (<http://blog.um.ac.id/shofiyahalidrus/edukasi/sumber-belajar/>).
- Larasati, Rena. (2011). BAB II KONSEP KETERAMPILAN BELAJAR DAN PROGRAM BIMBINGAN. Diunduh pada 14 April 2013 pukul 12.50 WIB dari (http://repository.upi.edu/operator/upload/s_bk_054870_chapter2.pdf).
-
- Maulana, Fachri L. (2012). Cara Membuat Ringkasan yang baik. Diunduh pada 15 April 2013 pukul 20.43 WIB dari (<http://fachrimaulana.blogspot.com/2012/12/cara-membuat-ringkasan-yang-baik.html>).

- Munir, Misbahul. (2012). Tips Mengatur Waktu Belajar. Diunduh pada 14 April 2013 pukul 12.51 WIB dari (<http://www.recycl3r.com/2012/10/tips-mengatur-waktu-belajar.html>).
- Nugroho, Agung. (2011). Cara Mengikuti Pelajaran. Diunduh pada 14 April 2013 pukul 12.53 WIB dari (http://skp.unair.ac.id/repository/Guru-Indonesia/CARAMENGIKUTIPELAJ_agungnugroho_13059.pdf)...
- Setya, Ningsih. (2011). Cara Mengikuti Pelajaran. Diunduh pada 14 April 2013 pukul 12.53 WIB dari (<http://ningsihsetya99.wordpress.com/2011/03/01/cara-mengikuti-pelajaran/>).
- Syaputra, Elnino. (2013). Bimbingan Belajar dalam Bimbingan Konseling. Diunduh pada 16 April 2013 pukul 08.45 WIB dari (<http://ewintribengkulu.blogspot.com/2013/04/pengertian-bimbingan-belajar.html>).

BIOGRAFI PENULIS



DELIATI lahir di Medan, 12 Februari 1970 anak dari orang tua Drs. H. Firdaus Naly dan Rasuna Said sebagai anak pertama dari lima bersaudara. Penulis menempuh pendidikan dari SD Muhammadiyah 03 Tanjung sari Medan (lulus tahun 1983), melanjutkan ke Tsanawiyah Muhammadiyah Darussalam Medan (lulus tahun 1986), KMI Diniyah Putri Padang Panjang (lulus tahun 1989. Selanjutnya hanya satu tahun mengenyam Pendidikan Tinggi Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah Rahmah E-Yunusiyah Pandang Panjang (lulus tahun 1990), hingga akhirnya meneruskan pada Fakultas Tarbiyah UMSU Jurusan PAI (lulus tahun 1996), selanjutnya Menempuh Program Magister (S2) di PPs. IAIN Syarif Hidayatullah Jakarta (lulus tahun 1999), kuliah S1 DiUMN Jurusan Bimbingan dan Konseling tamat tahun 2017. Menjadi dosen di FKIP tahun 2010 sampai sekarang. Adapaun buku yang ditulis diantaranya adalah: *Bimbingan dan*

Konseling (Bidang Studi) tahun 2016, buku *Profesi Kependidikan* tahun 2014 Mengajar di FKIP UMSU pada Program Studi Bimbingan dan Konseling.[]