

UPAYA MENINGKATKAN KONSENTRASI BELAJAR DENGAN METODE EXPERINTIAL LEARNING PADA SISWA KELAS XI

Kurnia Safitri^{1*}, Irvan Budhi Handaka², Rini Siswanti³

¹Pendidikan Profesi Guru, Universitas Ahmad Dahlan, Yogyakarta, Indonesia

²Pendidikan Profesi Guru, Universitas Ahmad Dahlan, Yogyakarta, Indonesia

³Jurusan, Sekolah, Yogyakarta, Indonesia

e-mail: kurniasafitribk@gmail.com, irvan.handaka@bk.uad.ac.id, rinisiswanti73@gmail.com

Abstrak

Belajar merupakan kegiatan yang dapat dilakukan oleh setiap orang baik anak – anak, orang dewasa hingga orang dewasa. Kata belajar sangat kental untuk dikaitkan dengan siswa, karena belajar merupakan rutinitas siswa setiap hari, baik dalam pembelajaran disekolah, belajar secara mandiri di rumah, mengikuti bimbingan belajar atau mendatangkan guru privat di rumah . Pada kondisi tersebut siswa dituntut untuk tetap berkonsentrasi hingga pelajaran selesai. Oleh karena pentingnya konsentrasi bagi siswa, maka konsentrasi dapat dijadikan prasyarat untuk siswa dalam belajar agar berhasil mencapai tujuan pembelajaran. Faktor – faktor yang mempengaruhi konsentrasi belajar diantaranya kurangnya minat terhadap mata pelajaran, perasaan gelisah serta suasana lingkungan belajar yang tidak kondusif.

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan konsentrasi belajar melalui bimbingan klasikal dengan metode experiential learning di kelas XI MIPA. Penelitian dilakukan juga diharapkan memberi manfaat untuk sekolah, guru BK, siswa dan masyarakat, Jenis penelitian ini adalah penelitian Tindakan Bimbinga Konseling yang dilaksanakan dengan dua siklus. Di dalam pendekatan setiap siklus menggunakan model Kemmis & Taggart yaitu (1) perencanaan, (2) Tindakan, (3) Observasi , (4) Refleksi. Peneliti ini dilaksanakan di SMAN 66 Jakarta pada siswa kelas XI MIPA 1, jumlah siswanya sebanyak 20 siswa. Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini meliputi angket dan observasi .

Penelitian ini menggunakan metode experiential learning, dimana siswa dapat menceritakan pengalaman pribadinya sehingga menciptakan pengetahuan baru. Hasil penelitian yang diperoleh dari hasil instrument angket yang diberikan sebelum tindakan sebesar 52,15 % setelah diberikan tindakan pada siklus I meningkat menjadi 61,25 % dan pada siklus ke II lebih meningkat menjadi 74,6 %. Jadi hasil peningkatan dari siklus I ke siklus II sebesar 13,35 % dengan kriteria berhasil dan kondisi ini telah mencapai target yang di tetapkan yaitu 70 % .

Kata kunci: belajar, konsentrasi belajar , experiential learning .

Abstract

Learning is an activity that can be done by everyone, both children, adults and adults. The word learning is very strong to be associated with students, because learning is a routine for students every day, both in learning at school, studying independently at home, attending tutoring or bringing in a private teacher at home. In these conditions, students are required to remain concentrated until the lesson is over. Because of the importance of concentration for students, concentration can be used as a prerequisite for students in learning in order to successfully achieve learning objectives. Factors that influence learning concentration include lack of interest in subjects, feelings of restlessness and a learning environment that is not conducive. This study aims to increase the concentration of learning through classical guidance with experiential learning methods in class XI MIPA. The research conducted is also expected to provide benefits for schools, BK teachers, students and the community. This type of research is a Counseling Guidance Action research which is carried out in two cycles. In the approach of each cycle using the Kemmis & Taggart model, namely (1) planning, (2) Action, (3) Observation, (4) Reflection. This research was carried out at SMAN 66 Jakarta in class XI MIPA 1 students, the number of students was 20 students. The data collection techniques used in this study include questionnaires and observations. This study uses the experiential learning method, where students can tell their personal experiences so as to create new knowledge. The results obtained from the results of the questionnaire instrument given before the action were 52.15% after being given the action in the first cycle it increased to 61.25% and in the second cycle it increased to 74.6%. So the result of the increase from cycle I to cycle II is 13.35% with successful criteria and this condition has reached the target set, which is 70%.

Keywords: learning, learning concentration, experiential learning

PENDAHULUAN

Belajar merupakan kegiatan yang dapat dilakukan oleh setiap orang baik anak – anak , orang dewasa, hingga orang tua .Belajar dapat dilakukan di berbagai tempat dan waktu selama seseorang itu memiliki niat yang serius untuk belajar. Kata belajar sangat kental untuk di kaitkan dengan siswa, karena belajar merupakan rutinitas siswa setiap hari, baik dalam pembelajaran disekolah, belajar secara mandiri dirumah serta mengikuti bimbingan belajar. Kondisi tersebut siswa dituntut untuk tetap berkonsentrasi hingga pelajaran selesai. Konsentrasi dapat dijadikan prasyarat untuk siswa dalam belajar agar berhasil mencapai tujuan pembelajaran (Oktradiksa, A., Bhakti, C. P., Kurniawan, S. J., & Rahman, F. A. 2021)

Slameto (2003) mengungkapkan konsentrasi dalam belajar merupakan pemusatan perhatian terhadap mata pelajaran dengan mengesampingkan semua hal yang tidak berhubungan dengan pelajaran. Maka dari itu konsentrasi merupakan salah satu aspek yang mendukung siswa untuk mencapai prestasi yang baik dan apabila konsentrasi ini berkurang maka dalam proses mengikuti pelajaran di kelas maupun belajar secara pribadi aka terganggu.

Aprilia, D., Suranata, K., & Dharsana, I. K. (2014). konsentrasi belajar adalah suatu perilaku dan juga fokus perhatian para siswa, untuk dapat memerhatikan dengan baik di dalam setiap pelaksanaan pembelajaran, dan bisa memahami setiap materi pelajaran yang sudah diberikan.

Dari dua pendapat ahli di atas maka dapat disimpulkan bahwa konsentrasi belajar adalah memusatkan perhatian dan pikiran hanya pada suatu pembelajaran.

Faktor – faktor yang mempengaruhi konsentrasi belajar diantaranya kurangnya minat terhadap mata pelajaran, kondisi kesehatan jasmani, kebosanan terhadap pelajaran serta suasana lingkungan belajar yang kurang kondusif.

Menurut Slameto (2003) seseorang yang sering mengalami kesulitan untuk berkonsentrasi disebabkan oleh kurang berminat terhadap mata pelajaran yang dipelajari, terganggu oleh keadaan lingkungan, masalah kesehatan jiwa dan raga serta bosan terhadap pelajaran / sekolah. Jika siswa mengalami gangguan konsentrasi maka akan berdampak pada prestasinya.

Mastur dan Triyono (2014 : 75) mengatakan bahwa hal yang mengganggu dalam konsentrasi belajar antara lain : kurangnya berminat dalam mempelajari sesuatu , kejemuhan, gangguan kesehatan, gangguan keadaan yang kurang mendukung, serta pemusatan perhatian.

Dari beberapa pendapat ahli diatas dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi konsentrasi belajar adalah kurangnya minat dalam mempelajari sesuatu, kejenuhan dalam belajar, lingkungan kurang kondusif, pikiran terganggu serta gangguan kesehatan.

Salah satu tugas perkembangan anak usia 11 atau 12 tahun dan terus berlanjut sampai remaja mencapai dewasa adalah berpikir dengan cara yang lebih abstrak dan logis serta pemikiran lebih idealis (Desmita, 2009). Kemampuan berpikir ini akan menjadi terganggu apabila remaja sulit berkonsentrasi saat pembelajaran.

Berdasarkan hasil penyebaran instrument AKPD diperoleh data bahwa sebanyak 4,21 % mengalami kesulitan memahami mata pelajaran tertentu. Siswa yang mengalami kesulitan konsentrasi belajardikarenakan kurangnya minat terhadap mata pelajaran, lingkungan siswa yang kurang kondusif, siswa mengalami kejenuhan dalam belajar, serta tidak bisa mengatur untuk menyelesaikan tugas. Berdasarkan data tersebut, diketahui bahwa kemampuan konsentrasi belajar siswa cukup rendah diperkuat dengan wawancara dengan siswa, laporan wali kelas dan guru mata pelajaran.

Tujuan dari konsentrasi belajar adalah agar siswa lebih fokus dan lebih mudah dalam menerima dan menangkap pelajaran yang diberikan oleh guru, sehingga kemampuan berpikir dan pengetahuan siswa pun akan meningkat.

Untuk meningkatkan konsentrasi belajar pada siswa maka digunakan layanan bimbingan klasikal dengan metode experiential learning. Dengan metode experiential learning

siswa mengungkapkan pengalamannya terkait dengan konsentrasi belajar yang pernah dialami dan dalam proses pembelajaran secara aktif berpikir tentang apa yang dipelajari.

Bimbingan klasikal menurut Santoso (2011 : 139) adalah program yang dirancang menuntut konselor untuk melakukan kontak langsung dengan para peserta didik di kelas. Bimbingan klasikal (Dirjen PMPTK, 2007) merupakan bagian yang penting diberikan dalam kurikulum bimbingan yaitu sekitar 25 % sampai 35 %. Layanan bimbingan klasikal merupakan cara yang paling efektif dalam mengidentifikasi siswa yang membutuhkan perhatian ekstra (Myrick, 2003) .

Kolb (dalam Muhammad, 2015 : 128) mengemukakan bahwa model pembelajaran experiential learning adalah belajar sebagai proses mengkonstruksi pengetahuan melalui transformasi pengalaman.

Yamazaki dan Kayez (2004) menyatakan bahwa experiential learning menekankan totalitas proses pembelajaran manusia, dimana pengalaman membentuk fondasi untuk empat mode pembelajaran yaitu merasakan, mereflesikan, memikirkan dan melakukan. Experiential learning atau pembelajaran berbasis pengalaman menekankan bahwa pengalaman memainkan peran sentral dalam proses pembelajaran.

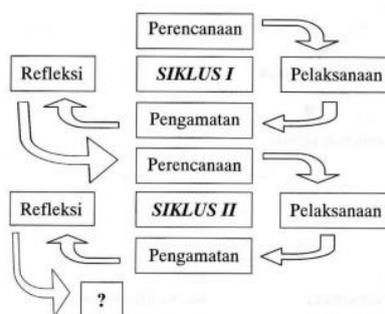
Berdasarkan pendapat – pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa Experiential learning adalah metode pembelajaran yang menekankan pada tantangan dan pengalaman yang diikuti dengan refleksi hasil pembelajaran yang didapat dari pengalaman tersebut.

METODE

Penelitian ini dilakukan di SMAN 66 Jakarta. Jenis penelitian yang digunakan yaitu Penelitian Tindakan Kelas Bimbingan Konseling. Penelitian tindakan kelas bimbingan konseling adalah penelitian yang dilakukan oleh guru di dalam kelasnya sendiri melalui refleksi diri dengan tujuan untuk memperbaiki kinerjanya sebagai guru, sehingga hasil belajar siswa menjadi meningkat.

Menurut Zaenudin (2012) PTBK adalah penelitian yang dilaksanakan oleh peneliti (umumnya juga praktis) di sekolah untuk membuat peneliti lebih profesional terhadap pekerjaannya, memperbaiki praktik – praktik kerja, melakukan inovasi pelayanan BK serta mengembangkan ilmu pengetahuan terapan (profesional knowledge) .

Metode penelitian ini menggunakan penelitian tindakan yang dilakukan oleh guru bimbingan terhadap konsentrasi belajar siswa melalui layanan bimbingan klasikal dengan metode *experiential learning* . Penelitian ini menggunakan 2 siklus di mana setiap siklusnya ada 4 tahap yaitu perencanaan, pelaksanaan , pengamatan dan refleksi . Keempat tahapan ini dilakukan pada siklus secara berurutan.



Gambar 1.

Siklus I

1. Pada kegiatan

Model Penelitian Tindakan (Suharsimi Arikunto, 2014)

Guru bertanya tentang keadaan siswa :

- a. Guru BK mengabsen kehadiran peserta didik
- b. Guru BK menyampaikan tujuan kegiatan
- c. Guru BK membangun norma dan kontrak bersama dalam aturan layanan.
- d. Guru BK menjelaskan langkah – langkah bimbingan klasikal yang akan dilaksanakan
- e. Guru BK memberikan penjelasan tentang topic yang akan dibahas
- f. Guru BK menanyakan kesiapan peserta didik dalam mengikuti kegiatan.

2. Kegiatan Inti

Concrete Experience (Feeling)

- a. Guru BK menayangkan video gambar dan PPT tentang konsentrasi belajar yang kurang baik .
- b. Peserta didik menyampaikan masalah yang terjadi dalam video tersebut.
- c. Peserta didik menyampaikan pengalaman masalah yang pernah dialami mengenai konsentrasi belajar.

Reflective Observation

- a. Guru BK membantu peserta didik untuk mengamati dan menganalisis dampak dari konsentrasi belajar yang kurang baik.
- b. Peserta didik mengungkapkan pengalamannya sendiri dampak dari konsentrasi belajar yang kurang baik.

Abstract Conceptualization (thinking)

- a. Peserta didik curah pendapat tentang materi konsentrasi belajar, faktor – faktor pendukung konsentrasi belajar, cara meningkatkan konsentrasi belajar.

Active Experimentation (doing)

- a. Peserta didik membuat perencanaan untuk meningkatkan konsentrasi belajar.
- b. Peserta didik mengerjakan LKPD

3. Kegiatan Penutup

- a. Guru BK bersama peserta didik untuk melakukan refleksi kegiatan.
- b. Guru BK memberikan penguatan mengenai materi yang telah di berikan.
- c. Menutup kegiatan layanan dengan berdoa dan salam

Siklus II

1. Pada kegiatan awal berdo'a bersama,salam.

Guru bertanya tentang keadaan siswa :

- a. Guru BK mengabsen kehadiran peserta didik
- b. Guru BK menyampaikan tujuan kegiatan
- c. Guru BK membangun norma dan kontrak bersama dalam aturan layanan.
- d. Guru BK menjelaskan langkah – langkah bimbingan klasikal yang akan dilaksanakan
- e. Guru BK memberikan penjelasan tentang topic yang akan dibahas
- f. Guru BK menanyakan kesiapan peserta didik dalam mengikuti kegiatan.

2. Kegiatan Inti

Concrete Experience (Feeling)

- a. Guru BK menayangkan video gambar dan PPT tentang konsentrasi belajar yang kurang baik .
- b. Peserta didik menyampaikan masalah yang terjadi dalam video tersebut.
- c. Peserta didik menyampaikan pengalaman masalah yang pernah dialami mengenai konsentrasi belajar.

Reflective Observation

- a. Guru BK membantu peserta didik untuk mengamati dan menganalisis dampak dari konsentrasi belajar yang kurang baik.

- b. Peserta didik mengungkapkan pengalamannya sendiri dampak dari konsentrasi belajar yang kurang baik.

Abstract Conceptualization (thinking)

- a. Peserta didik curah pendapat tentang materi konsentrasi belajar, faktor – faktor pendukung konsentrasi belajar, cara meningkatkan konsentrasi belajar.

Active Experimentation (doing)

- a. Peserta didik membuat perencanaan untuk meningkatkan konsentrasi belajar.
- b. Peserta didik mengerjakan LKPD

3. Kegiatan Penutup

- a. Guru BK bersama peserta didik untuk melakukan refleksi kegiatan.
- b. Guru BK memberikan penguatan mengenai materi yang telah di berikan.
- c. Menutup kegiatan layanan dengan berdoa dan salam

Metode penelitian ini menggunakan metode kuesioner serta observasi .

Berikut adalah penjelasan dari masing – masing metode :

1) Metode Kuesioner

Metode kuesioner adalah suatu teknik atau cara memahami siswa dengan mengadakan komunikasi tertulis yaitu dengan memberikan daftar pertanyaan yang harus di jawab atau dikerjakan oleh responden secara tertulis. Kuesioner dipergunakan untuk mengukur konsentrasi belajar siswa dan kuesioner ini ditujukan kepada siswa kelas XI IPA .

Skala konsentrasi belajar yang digunakan pada penelitian ini adalah skala likert. Pertanyaan yang digunakan adalah sangat sesuai (SS), sesuai (S), kurang sesuai (KS), tidak sesuai (TS) dan sangat tidak sesuai (STS).

2) Observasi

Menurut S. Margono (1997 : 158) Observasi diartikan sebagai pengamatan dan pencatatan secara sistematis terhadap gejala yang tampak pada objek penelitian. Pengamatan dan pencatatan ini dilakukan terhadap objek di tempat terjadi atau berlangsungnya peristiwa. Dalam observasi , peneliti terlibat dengan kegiatan sehari – hari siswa. Sekaligus melakukan pengamatan, peneliti ikut melakukan apa yang dikerjakan siswa. Dengan observasi, maka data yang diperoleh akan lebih lengkap, tajam dan sampai mengetahui pada tingkat mana dari perilaku yang nampak pada setiap individu.

Pada tahap ini pengamat dengan bantuan teman sejawat mengamati semua proses kegiatan pembelajaran dengan mengacu pada lembar observasi. Pengamatan yang dilakukan adalah siswa memerhatikan materi yang diberikan guru, siswa aktif dalam menerima materi dari guru, siswa merespon pancingan materi dari guru, siswa bersikap aktif bertanya mengenai materi yang disampaikan oleh guru, siswa mengemukakan pendapat terkait materi yang sedang dipelajari dan siswa menunjukkan sikap tertarik terhadap materi yang disajikan dengan ekspresi muka senyum, mengangguk kepala.

Penelitian ini menggunakan analisis data kualitatif, penilaian yang dilakukan pada penelitian ini menjelaskan tentang konsentrasi belajar siswa di sekolah yang diperoleh dari hasil pengamatan peneliti saat proses layanan informasi, selama proses layanan informasi dianalisis secara deskriptif kualitatif, berdasarkan hasil observasi dan angket .

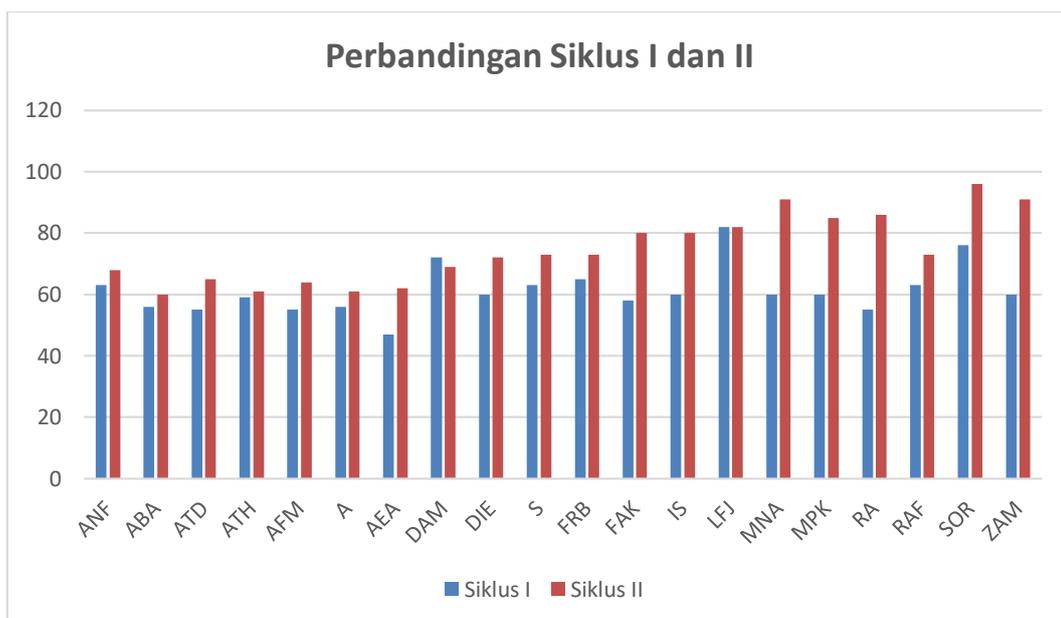
Untuk mengetahui adanya perubahan konsentrasi belajar siswa di sekolah melalui bimbingan klasikal dengan metode experiential learning dapat dilihat dari beberapa persen tingkat keberhasilan yang ingin di capai. Persentase dihitung dengan menggunakan rumus sebagai berikut :

$$P = \frac{f}{N} \times 100\%$$

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian tindakan ini menggunakan layanan bimbingan klasikal dengan metode experiential learning untuk meningkatkan konsentrasi belajar. sebelum melakukan tindakan peneliti melakukan penyebaran angket untuk mengetahui tingkat konsentrasi belajar siswa sebelum dan sesudah mendapatkan tindakan layanan. Berdasarkan hasil pretest angket siklus I yang dilakukan pada kelas XI MIPA 1 didapati tingkat konsentrasi belajar siswa sebesar 52,15 % dan termasuk dalam kategori rendah setelah dilakukan layanan bimbingan klasikal kemudian dilakukan penyebaran angket post test mengalami kenaikan sebesar 61,25 %. Pada siklus I terdapat kenaikan persentasi sebesar 9,1 %. Hal ini dapat dilihat berdasarkan pengolahan skala peningkatan konsentrasi belajar. Selain menggunakan angket peneliti juga menggunakan data observasi dimana hasil data observasi yang dilakukan oleh peneliti bekerja sama dengan teman sejawat maka di dapati data observasi dengan jumlah skor sebesar 13.

Peningkatan konsentrasi belajar pada siklus I belum maksimal maka diadakan tindakan siklus II dimana 20 siswa yang menjadi subjek penelitian berhasil mencapai konsentrasi belajar sebesar 74,6 %. Jumlah skor data observasi pada siklus II mengalami kenaikan sebesar 8 poin yaitu menjadi 21 .



Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan penelitian tentang meningkatkan konsentrasi belajar melalui bimbingan klasikal dengan metode experiential learning pada siswa kelas XI MIPA 1 SMAN 66 Jakarta. Konsentrasi belajar yang mendorong siswa melakukan kegiatan belajar. Dengan adanya konsentrasi belajar yang tinggi diharapkan berdampak pula meningkatnya hasil belajar siswa.

Penggunaan layanan bimbingan klasikal dengan teknik Experiential learning siswa bisa memberikan pengalaman – pengalamannya kepada temannya dan mendapatkan pengalaman tersebut menjadi pengetahuan baru untuk masing – masing peserta didik, siswa dapat belajar menciptakan suasana kelas yang nyaman dan menyenangkan.

Hasil penelitian meningkatkan konsentrasi belajar menunjukkan peningkatan di mana pada siklus 1 dimana pada kondisi awal dua puluh siswa memiliki tingkat konsentrasi belajar

sebesar 61,25 % karena hasil tersebut belum memuaskan karena belum mencapai target yang di inginkan peneliti maka dilakukan siklus ke II dimana hasilnya mengalami peningkatan sebesar 74,6 % . Dan hal ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan klasikal dengan teknik experiential learning dapat meningkatkan konsentrasi belajar.

Dari kesimpulan diatas maka penelitian tindakan bimbingan dan konseling ini dapat diterima karena terjadi peningkatan dalam konsentrasi belajar. Hasil penelitian ini membuktikan bahwa kompetensi profesional guru melalui penelitian (Supriyanto, Hartini, Syamsudin, and Sutoyo, 2019).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan data di lapangan , maka dapat ditarik kesimpulan “ Layanan Bimbingan Klasikal dengan Teknik Experiential learning dapat meningkatkan konsentrasi belajar pada siswa kelas XI MIPA 1 SMAN 66 Jakarta. Dapat ditunjukkan konsentrasi belajar pada siklus 1 sebesar 61,25 kemudian mengalami peningkatan pada siklus ke 2 menjadi 74,6 %.

DAFTAR PUSTAKA

- Aprilia, D., Suranata, K., & Dharsana, I. K. (2014). Penerapan konseling kognitif dengan teknik pembuatan kontrak (contingency contracting) untuk meningkatkan konsentrasi belajar siswa kelas X TKR1 SMK Negeri 3 Singaraja. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 2(1).
- Desmita, D. (2009). *Psikologi perkembangan peserta didik*. Remaja Rosdakarya.
- Mastur dan Triyono (2014:75. *Materi Layanan Klasikal Bimbingan Konseling Bidang Bimbingan Pribadi* . Paramitra Publishing, 2014
- Oktradiksa, A., Bhakti, C. P., Kurniawan, S. J., & Rahman, F. A. (2021). Utilization artificial intelligence to improve creativity skills in society 5.0. In *Journal of Physics: Conference Series* (Vol. 1760, No. 1, p. 012032). IOP Publishing.
- Safitri, N. E. (2017). Implementasi Metode Experiential Learning Dalam Layanan Bimbingan dan Konseling di Sekolah. *Jurnal: Konseling Andi Matappa*, 2, 77-84.
- Slameto, 2003 . *Belajar dan faktor – faktor yang mempengaruhinya*. Jakarta :Rineka Cipta
- Supriyanto, A., Hartini, S., Syamsudin, S., & Sutoyo, A. (2019). Indicators of professional competencies in research of Guidance and Counseling Teachers. *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 9(1), 53-64