

UPAYA MENINGKATKAN KONSENTRASI BELAJAR SISWA MELALUI METODE *PROBLEM BASED LEARNING* DALAM LAYANAN BIMBINGAN KLASIKAL DI KELAS XII SMAN 1 GEDUNG MENENG

Purna Lusiana

1Pendidikan Profesi Guru, Universitas Ahmad Dahlan, Yogyakarta, Indonesia
1Bimbingan dan Konseling, SMAN 1 Gedung Meneng, Tulang Bawang, Lampung, Indonesia
e-mail: purnalusiana@gmail.com

Abstrak

Peserta didik hendaknya memiliki kemampuan konsentrasi saat proses belajar berlangsung sehingga mampu mengikuti proses belajar dan mencapai tujuan pembelajaran yang diharapkan. Layanan bimbingan klasikal melalui metode *problem based learning* bertujuan untuk meningkatkan konsentrasi dalam mengikuti layanan bimbingan dan konseling. Partisipan dalam kegiatan ini adalah peserta didik kelas XII MIPA SMAN 1 Gedung Meneng dengan jumlah 30 orang. Kegiatan layanan dilakukan melalui tiga tahap yakni: tahap awal, tahap inti, dan tahap penutup. Jumlah partisipan 16 orang dan mendapatkan skor Tinggi, 14 orang mendapatkan skor sedang, dan 0 orang yang mendapatkan skor rendah. Dapat disimpulkan bahwa kegiatan Layanan Bimbingan Klasikal melalui metode *problem based learning* dapat meningkatkan konsentrasi belajar peserta didik kelas XII MIPA SMAN 1 Gedung Meneng.

Kata Kunci : Konsentrasi Belajar; Layanan Bimbingan Klasikal; *Problem Based Learning*

Abstrak

Students should have the ability to concentrate during the learning process so that they are able to follow the learning process and achieve the expected learning objectives. Classical guidance services through method problem based learning to increase concentration in following guidance and counseling services. Participants in this activity were 30 students of class XII MIPA of the SMAN 1 Gedung Meneng. Service activities are carried out in three stages: the initial stage, the core stage, and the closing stage. Based on the analysis, it was found that 16 people got a High score, 14 people got a moderate score, and 0 person got a low score. It can be concluded that the Classical Guidance Service activities through problem based Learning method can increase the learning concentration of class XII MIPA SMAN 1 Gedung Meneng.

Keywords: Learning Concentration; Classical Guidance Services; Problem Based Learning

PENDAHULUAN

Pada masa remaja manusia tidak dapat disebut sudah dewasa tetapi tidak dapat pula disebut anak-anak. Masa remaja adalah masa peralihan manusia dari anak-anak menuju dewasa. Remaja usia Sekolah Menengah Atas atau disebut (SMA) seharusnya mampu mencapai hubungan baru dan yang lebih matang dengan teman sebaya, baik pria maupun wanita, mencapai peran sosial pria, dan wanita, menerima keadaan fisiknya dan menggunakan tubuhnya secara efektif, mengharapkan dan mencapai perilaku sosial yang bertanggung jawab, mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang-orang dewasa lainnya, mempersiapkan karir ekonomi, mempersiapkan perkawinan dan keluarga, memperoleh perangkat-perangkat nilai dan sistem etis sebagai pegangan untuk berperilaku, mengembangkan ideologis (Karlina, L. 2020).

Pada saat proses pembelajaran tidak semua siswa dapat di samaratakan, karena ada beberapa siswa yang dapat fokus dengan baik serta ada siswa yang tidak dapat fokus dengan pembelajaran yang berlangsung, sehingga materi yang disampaikan tidak dapat diserap secara utuh oleh anak. Hal ini tentunya harus diperhatikan karena fokus atau konsentrasi sangat berperan penting di dalam belajar. Adanya konsentrasi di dalam belajar menunjukkan anak mampu menyerap materi yang disampaikan. Hal ini dikuatkan dengan adanya teori konsentrasi “Konsentrasi belajar siswa

merupakan suatu perilaku dan fokus perhatian siswa untuk dapat memperhatikan dengan baik dalam setiap pelaksanaan pembelajaran, serta dapat memahami setiap materi pelajaran yang telah diberikan. (Aprilia, D., Suranata, K., & Dharsana, I. K. 2014).

Peserta didik hendaknya memiliki kemampuan berkonsentrasi saat proses belajar berlangsung. Melalui konsentrasi belajar, peserta didik mampu untuk mengikuti proses belajar sehingga mampu mencapai tujuan pembelajaran yang diharapkan. Konsentrasi diperlukan dalam proses membaca, mendengar, maupun menulis.

Pada usia sekolah, prestasi belajar seorang siswa sangat dipengaruhi oleh kemampuan menyerap pelajaran yang diberikan. Kemampuan memahami materi pelajaran diperoleh karena memperhatikan apa yang diajarkan guru maupun dari hasil upaya belajar mandiri, ditentukan oleh kemampuan konsentrasi (Kuspriyanto, B., & Siagian, S. 2013). Konsentrasi adalah usaha untuk memusatkan perhatian terhadap objek yang dibutuhkan dengan mengabaikan stimulus lain yang tidak diperlukan (Nugrahardi, Z., & Bhakti, C. P. 2021). Terdapat faktor internal dan faktor eksternal yang memengaruhi konsentrasi, Adapun faktor internal misalnya: keadaan jasmani dan rohani yang sehat, tidak ada gangguan di dalam panca indera, tubuh dalam kondisi fit, tidak sedang dalam keadaan stress atau tertekan, dan memiliki ketenangan batin dan emosi. Sedangkan faktor eksternal misalnya: suasana lingkungan yang tenang, terbebas dari polusi udara, penerangan cukup, dan sarana prasarana yang memadai (Ikawati, 2015).

Secara khusus, di dalam kegiatan ini, akan fokus pada konsentrasi pada proses belajar atau sering disebut konsentrasi belajar. Konsentrasi belajar adalah kemampuan untuk mengarahkan segala pikiran dan perbuatan sehingga mampu mempelajari suatu hal dengan baik. Pada saat mempelajari materi di kelas, peserta didik seringkali mengalami berbagai macam gangguan (noise) yang berasal dari dalam dan luar diri sehingga dapat mengganggu konsentrasi belajar. Pada saat belajar, kadang kala tanpa disadari muncul pikiran mengenai masalah-masalah lama dan keinginan lain menjadi pengganggu aktivitas belajar kita. Suasana belajar dimana kelas penuh, cuaca panas, suara bising dari luar ruangan juga seringkali membuat siswa mengalami gangguan sehingga sulit untuk berkonsentrasi. Gangguan konsentrasi belajar banyak dialami peserta didik terutama saat mempelajari mata pelajaran yang mempunyai tingkat kesulitan tinggi. Kesulitan menjaga konsentrasi belajar juga semakin bertambah jika peserta didik terpaksa mempelajari materi pelajaran yang tidak disukainya (Ikawati, 2015).

Peserta didik yang dapat mengelola konsentrasi belajarnya akan menjadikannya mampu memahami dan mengaplikasikan segala informasi yang didapatkan. Dengan pemahaman tentang materi pelajaran yang disampaikan guru, maka peserta didik akan mendapat nilai yang tinggi di kelas. Sedangkan peserta didik yang tidak dapat menjaga konsentrasi ketika sedang belajar maka akan mengalami kesulitan dalam melakukan aktivitas belajar secara menyeluruh, dan dapat berdampak pada hasil belajar yang kurang optimal. Kesulitan konsentrasi yang dialami disebabkan karena peserta didik tidak dapat memperhatikan penjelasan guru dengan baik, kesulitan menerima materi pelajaran yang diberikan guru, serta kesulitan menjawab pertanyaan yang diberikan guru secara langsung maupun mengerjakan soal-soal materi pelajaran yang diberikan oleh guru. Apabila kondisi peserta didik tidak mampu memaksimalkan

konsentrasi belajar terus dibiarkan, maka dampaknya pada nilai dan hasil pembelajaran yang tidak maksimal (Mindari & Supriyo, 2015). Siswa yang tidak dapat memfokuskan pikiran terhadap materi pembelajaran disebabkan oleh beberapa hal misalnya: guru yang mengajar dengan metode pembelajaran klasikal atau kelompok menyebabkan siswa dianggap memiliki kemampuan berpikir yang sama; kurangnya keterampilan guru di dalam mengelola kelas sehingga metode pembelajaran yang diberikan bersifat monoton dan kurang bervariasi sehingga menyebabkan

siswa menjadi pasif dan hanya mengandalkan guru; dan ditambah suasana di kelas yang panas, sesak, dan terkadang bising yang memunculkan gangguan suara sehingga suasana di kelas menjadi sangat tidak nyaman dan kondusif untuk belajar (Aviana & Hidayah, 2015).

Berdasarkan hasil observasi dan laporan dari guru mata pelajaran di peroleh data diantaranya : peserta didik ada yang melamun saat diberikan materi pelajaran, tidak memperhatikan guru yang berada di depan, tidak mengerti pertanyaan guru, dan beberapa ada yang mengobrol dengan teman sebangkunya. Pada saat belajar, kadang kala tanpa disadari pengganggu aktivitas belajar seperti: cuaca panas, suara bising dari luar ruangan juga seringkali membuat siswa mengalami gangguan sehingga sulit untuk berkonsentrasi, peserta didik tidak dapat memperhatikan penjelasan guru dengan baik, kesulitan menerima materi pelajaran yang diberikan guru, serta kesulitan menjawab pertanyaan yang diberikan guru secara langsung maupun mengerjakan soal-soal materi pelajaran yang diberikan oleh guru. Apabila kondisi peserta didik tidak mampu memaksimalkan konsentrasi belajar terus dibiarkan, maka dampaknya pada nilai dan hasil pembelajaran yang tidak maksimal.

Berdasarkan temuan di atas, diketahui bahwa kemampuan konsentrasi belajar siswa masih sangat rendah, dengan ditandai dengan peserta didik tidak dapat memperhatikan penjelasan guru dengan baik, kesulitan menerima materi pelajaran yang diberikan guru, serta kesulitan menjawab pertanyaan yang diberikan guru secara langsung maupun mengerjakan soal-soal materi pelajaran yang diberikan oleh guru, peserta didik ada yang melamun saat diberikan materi pelajaran, tidak memperhatikan guru yang berada di depan, dan beberapa ada yang mengobrol dengan teman sebangkunya.

Layanan bimbingan klasikal merupakan salah satu jenis kegiatan layanan yang diikuti sejumlah peserta didik dan dilaksanakan di ruang kelas. Pelaksanaan kegiatan layanan terkait empat bidang, yaitu pribadi, belajar, karier, dan sosial, serta harus didasari pada asas-asas bimbingan dan konseling. Layanan Bimbingan Klasikal dengan model Problem Based Learning merupakan proses pemberian bantuan kepada seluruh peserta didik melalui kegiatan penyiapan pengalaman terstruktur secara klasikal atau kelompok yang disajikan secara sistematis dalam rangka mengembangkan perilaku jangka panjang sesuai dengan tahap dan tugas-tugas perkembangan (yang dituangkan sebagai standar kompetensi kemandirian) yang diperlukan dalam pengembangan kemampuan memilih dan mengambil keputusan dalam menjalani kehidupannya.

Tentunya perlu ada konsentrasi yang tinggi dalam diri siswa untuk dapat memahami materi yang sedang dibahas dalam bimbingan klasikal. Tujuan layanan bimbingan klasikal menurut Ahmad Juntika Nurihsan (2006: 8), bahwa tujuan bimbingan memberikan arah agar individu dapat merencanakan kegiatan penyelesaian studi, perkembangan karier, serta kehidupannya pada masa yang akan datang; mengembangkan seluruh potensi dan kekuatan seoptimal mungkin; menyesuaikan diri dengan lingkungan pendidikan, lingkungan masyarakat, serta lingkungan kerjanya; dan mengatasi hambatan serta kesulitan yang dihadapi dalam studi, penyesuaian dengan lingkungan pendidikan, masyarakat, ataupun lingkungan kerja.

Diharapkan dengan adanya pemberian layanan bimbingan klasikal model Problem Based Learning, peserta didik mampu meningkatkan konsentrasi dalam proses belajar mengajar secara maksimal, sehingga siswa fokus pada pelajaran dan prestasi belajarnya. Berdasarkan pemahaman tersebut ada suatu hal yang perlu dilaksanakan dengan baik dalam rangka meningkatkan konsentrasi belajar siswa, penelitian akan membantu siswa dalam meningkatkan konsentrasi belajarnya melalui layanan bimbingan klasikal model problem based learning. Dalam proses bimbingan klasikal model problem based learning peserta didik diminta untuk diskusi kemudian peserta didik diminta feedback berupa pertanyaan, komentar atau masukan mengenai pemecahan masalah, dan

diberi kesempatan untuk melakukan refleksi diri, menyimpulkan atau melakukan resume, serta mengemukakan langkah-langkah untuk pengembangan dirinya dalam hal menindaklanjuti diskusi.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan yaitu Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling. Penelitian tindakan bimbingan dan konseling adalah penelitian yang dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling melalui refleksi diri dengan tujuan untuk memperbaiki kinerjanya sebagai guru, sehingga hasil belajar siswa menjadi meningkat. Pendekatan ini sesuai dengan tujuan penelitian ini yaitu untuk menemukan langkah-langkah yang efektif dalam upaya peningkatan konsentrasi belajar siswa dengan teknik diskusi kelompok. (Arikunto, S. 2021).

Teknik pengumpulan data adalah cara yang digunakan oleh penelitian untuk mengumpulkan atau memperoleh data. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan angket sebagai metode untuk memperoleh data yang didalamnya tentang konsentrasi belajar. Peneliti juga menggunakan angket dan observasi dengan menggunakan lembar observasi.

Penelitian ini menggunakan analisis data kualitatif, penilaian yang dilakukan pada penelitian ini menjelaskan tentang konsentrasi belajar siswa di sekolah yang di peroleh dari hasil pengamatan peneliti saat proses layanan informasi, selama proses layanan informasi dianalisis secara deskriptip kualitatif, berdasarkan hasil angket, observasi dan dokumentasi. Untuk mengetahui adanya perubahan konsentrasi belajar siswa di sekolah melalui layanan bimbingan klasikal dapat dilihat dari beberapa persen tingkat keberhasilan yang ingin dicapai.

Adapun kriteria penilaian adalah sebagai berikut:

1. Skor 99-121: Tinggi
2. Skor 76-98 : Sedang
3. Skor 53-75 : Rendah
4. Skor 30-52 : Sangat Rendah

Selanjutnya, untuk mengetahui perubahan yang terjadi pada siswa, dapat digunakan rumus sebagai berikut:

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

Dimana P = jumlah perubahan peningkatan siswa

f = jumlah siswa yang mengalami perubahan

n = jumlah siswa

Analisis persentase ini dilakukan untuk mengetahui berhasil atau tidaknya tindakan yang dilakukan dalam penelitian ini. Hal ini dilihat dari seberapa persen tingkat keberhasilan yang ingin dicapai dilihat dari meningkatkan pemahaman tentang konsentrasi belajar siswa.

HASIL DAN DISKUSI

Sebelum melaksanakan layanan bimbingan klasikal dengan model *Problem Based Learning* peneliti memberikan pretest kepada peserta didik yang telah ditetapkan sebagai subjek penelitian. Berdasarkan penyebaran angket yang telah dilakukan maka dapat diperoleh hasil Pretest konsentrasi belajar sebagai berikut:

Tabel 1
Hasil Analisis Kondisi Awal Angket Konsentrasi Belajar Siswa Kelas XII MIPA Sebelum Mengikuti Layanan
Bimbingan Klasikal

No	Nama	Skor angket	Kategori
1	AAS	104	Tinggi
2	AS	98	Sedang
3	CAF	89	Sedang
4	DA	89	Sedang
5	DZ	75	Rendah
6	DK	80	Sedang
7	EAK	66	Rendah
8	EW	77	Sedang
9	EV	98	Sedang
10	FSS	68	Rendah
11	HR	69	Rendah
12	IMU	65	Rendah
13	IK	62	Rendah
14	KN	70	Rendah
15	MS	90	Sedang
16	NH	65	Rendah
17	NS	87	Sedang
18	RW	64	Rendah
19	RP	60	Rendah
20	RDP	66	Rendah
21	RSW	70	Rendah
22	RL	68	Rendah
23	SK	85	Sedang
24	SNW	66	Rendah
25	SRW	80	Sedang
26	SA	60	Rendah
27	SSW	62	Rendah
28	SYF	65	Rendah
29	VR	68	Rendah
30	WS	68	Rendah
Total		2237	
Rata -rata		74,5	Rendah

Berdasarkan hasil analisis, pada tabel di atas, maka hasilnya ditemukan bahwa ada 19 siswa yang dikategorikan rendah, 10 siswa yang memiliki kategori sedang dan 1 orang siswa memiliki kategori tinggi. Maka dapat ditarik kesimpulan bahwa siswa kelas XII MIPA masih kurang mendapatkan informasi mengenai cara meningkatkan konsentrasi belajar secara jelas dan luas. Selanjutnya kegiatan yang akan dilaksanakan adalah menyepakati waktu dengan guru BK dengan rangka memberikan informasi kepada siswa mengenai meningkatkan konsentrasi belajar siswa.

Tabel 2
Hasil pemberian angket konsentrasi belajar pada siklus II (post test) sebagai berikut:

No	Nama	Skor angket	Kategori
1	AAS	104	Tinggi
2	AS	120	Tinggi
3	CAF	100	Tinggi
4	DA	95	Sedang
5	DZ	90	Sedang
6	DK	87	Sedang
7	EAK	79	Sedang
8	EW	99	Tinggi
9	EV	98	Sedang
10	FSS	100	Tinggi
11	HR	99	Tinggi
12	IMU	88	Sedang
13	IK	102	Tinggi
14	KN	99	Tinggi
15	MS	110	Tinggi
16	NH	95	Sedang
17	NS	100	Tinggi
18	RW	99	Tinggi
19	RP	78	Sedang
20	RDP	85	Sedang
21	RSW	90	Sedang
22	RL	105	Tinggi
23	SK	108	Tinggi
24	SNW	94	Sedang
25	SRW	110	Tinggi
26	SA	99	Tinggi
27	SSW	87	Sedang
28	SYF	95	Sedang
29	VR	85	Sedang
30	WS	118	Tinggi
Total		3207	
Rata -rata		106,9	Tinggi

Berdasarkan hasil analisis data pada tabel diatas maka dapat dijelaskan bahwa dari 30 orang siswa terdapat siswa yang sudah memiliki konsentrasi belajar siswa yang sudah memiliki tingkatan konsentrasi belajar ini tergolong kategori tinggi 16 siswa, kategori sedang berjumlah 14 orang siswa dan kategori rendah tidak ada. Dari angket yang dibagi terlihat hasil bahwa terjadi peningkatan konsentrasi belajar melalui metode problem based learning dalam layanan bimbingan klasikal yang diberikan kepada peserta didik kelas XII MIPA.

Tabel 3
Peningkatan Hasil Analisis Angket Konsentrasi Belajar Siswa Sebelum Dan Sesudah diberikan layanan Bimbingan Klasikal Model Problem Based Learning

No	Peningkatan konsentrasi belajar	Pre Test	Kategori	Post Test	Kategori
1	Jumlah skor total	2237		3207	
	Rata -rata	74,5	Rendah	106,9	Tinggi
2	Jumlah siswa	1	Tinggi	16	Tinggi
		10	Sedang	14	Sedang
		19	Rendah	0	Rendah
3	Presentase ketuntasan	10%		50%	

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai penelitian ini, maka dapat disimpulkan bahwa untuk meningkatkan konsentrasi belajar peserta didik dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan klasikal model problem based learning. Berdasarkan simpulan utama tersebut dapat dijabarkan menjadi 3 simpulan yaitu sebagai berikut:

- Kondisi awal berdasarkan lembar angket konsentrasi belajar siswa terdapat 19 siswa dikategorikan rendah, 10 siswa kategori sedang dan 1 siswa kategori tinggi.
- Tingkat konsentrasi belajar peserta didik setelah diberikan layanan bimbingan klasikal model *problem based learning* pada siklus I dan siklus II mengalami peningkatan mencapai rata- rata 50%.
- Ada perbedaan yang signifikan konsentrasi belajar peserta didik sebelum dan setelah diberikan tindakan, dimana terjadi peningkatan konsentrasi belajar peserta didik setelah diadakan layanan bimbingan klasikal model *problem based learning*. Secara garis besar dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan klasikal model *Problem Based Learning* dapat digunakan untuk meningkatkan konsentrasi belajar peserta didik kelas XII SMAN 1 Gedung Meneng.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2021). *Penelitian tindakan kelas: Edisi revisi*. Bumi Aksara.
- 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).
- Aviana, R., & Hidayah, F. (2015). *Pengaruh Tingkat Konsentrasi Belajar Siswa Terhadap Daya Pemahaman Materi Pada Pembelajaran Kimia Di Sma Negeri 2 Batang*. *Jurnal Pendidikan Sains Universitas Muhammadiyah Semarang*, 3(1), 30–33. <https://doi.org/10.26714/jps.3.1.2015.30-33>
- Bhakti, C. P., & Kurniawan, S. J. (2020, September). Konsep Psikoedukasi Berbasis Blended Learning bagi Remaja di Masa Pandemi Covid-19. In *Prosiding Seminar Bimbingan dan Konseling* (pp. 52-60).
- Ikawati, M. P. D. (2015). *Upaya Meningkatkan Konsentrasi Belajar Siswa KMS (Kartu Menuju Sejahtera) Menggunakan Konseling Kelompok Bagi Siswa*. *Psikopedagogia Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 4(2), 158. <https://doi.org/10.12928/psikopedagogia.v4i2.4484>
- Karlina, L. (2020). Fenomena Terjadinya Kenakalan Remaja. *Jurnal Edukasi Nonformal*, 1(1), 147-158.

- Kuspriyanto, B., & Siagian, S. (2013). Strategi pembelajaran dan kemampuan berpikir kreatif terhadap hasil belajar fisika. *Jurnal Teknologi Pendidikan*, 6(1), 134-258.
- Mindari, T., & Supriyo. (2015). *Meningkatkan Konsentrasi Belajar Melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Permainan*. Indonesian Journal of Guidance and Counseling, 4(2), 65–71
- Nugrahardi, Z., & Bhakti, C. P. (2021, August). Desain Pengembangan Simulasi Permainan Teka-Teki Silang untuk Meningkatkan Konsentrasi Belajar Siswa. In *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling Universitas Ahmad Dahlan* (Vol. 1).
- Nugraha, A., Kurniawan, S., & Santosa, H. (2021). Analisis Kebutuhan Bimbingan Kelompok Berbasis Kespro Untuk Mengembangkan Perilaku Seksual Sehat Remaja. *JURKAM: Jurnal Konseling Andi Matappa*, 5(2), 55-62.
doi:<http://dx.doi.org/10.31100/jurkam.v5i2.1029>