

**PENGGUNAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DALAM  
MENINGKATKAN SIKAP DAN KEBIASAAN BELAJAR SISWA KELAS VIII  
SMP NEGERI 2 LAHAT SUMATERA SELATAN  
TAHUN PELAJARAN 2015/ 2016**

**(Skripsi)**

**Oleh**

**VILA TUMUTI SUHARNO**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS LAMPUNG  
BANDAR LAMPUNG  
2016**

**ABSTRAK**  
**PENGGUNAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DALAM**  
**MENINGKATKAN SIKAP DAN KEBIASAAN BELAJAR PADA SISWA KELAS**  
**VIII DI SMP NEGERI 2 LAHAT SUMATERA SELATAN**  
**TAHUN AJARAN 2015/2016**

**Oleh**

**VILA TUMUTI SUHARNO**

Masalah penelitian ini adalah sikap dan kebiasaan belajar siswa yang negatif. Permasalahan penelitian ini adalah apakah layanan bimbingan kelompok dapat dipergunakan untuk meningkatkan sikap dan kebiasaan belajar pada siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Lahat Sumatera Selatan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bahwa bimbingan kelompok dapat dipergunakan untuk meningkatkan sikap dan kebiasaan belajar pada siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Lahat Sumatera Selatan Tahun Ajaran 2015/2016.

Metode dalam penelitian ini metode *pre eksperimen* dengan desain *one group pretest-posttest*, dan dianalisis dengan statistik non parametrik menggunakan uji Wilcoxon. Subyek penelitian 10 orang siswa kelas VIII di SMP Negeri 2 Lahat Sumatera Selatan yang memiliki sikap dan kebiasaan belajar yang negatif.

Hasil yang diperoleh dalam penelitian menunjukkan sikap dan kebiasaan belajar mengalami peningkatan setelah pemberian layanan bimbingan kelompok. Hal ini ditunjukkan dari hasil *pretest* dan *posttest* yang diperoleh  $Z_{hitung} = -2,807$  dan  $Z_{tabel} = 8$ . Karena  $Z_{hitung} < Z_{tabel}$  maka,  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima.

Kata kunci: Bimbingan Kelompok, Kebiasaan Belajar, Sikap Belajar

**PENGGUNAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK  
MENINGKATKAN SIKAP DAN KEBIASAAN BELAJAR SISWA  
KELAS VIII  
SMP NEGERI 2 LAHAT SUMATERA SELATAN  
TAHUN PELAJARAN 2015/ 2016**

**Oleh**

**Vila Tumuti Suharno**

**Skripsi**

**Sebagai Salah Satu Syarat untuk Mencapai Gelar  
SARJANA PENDIDIKAN**

**Pada**

**Program Studi Bimbingan Konseling  
Jurusan Ilmu Pendidikan  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS LAMPUNG  
BANDAR LAMPUNG  
2016**

**Judul Skripsi** : **PENGGUNAAN LAYANAN BIMBINGAN  
KELOMPOK DALAM MENINGKATKAN SIKAP  
DAN KEBIASAAN BELAJAR SISWA KELAS VIII  
SMP NEGERI 2 LAHAT SUMATERA SELATAN  
TAHUN PELAJARN 2015/ 2016**

**Nama Mahasiswa** : **Vila Tumuti Suharno**

**Nomor Pokok Mahasiswa** : 1113052044

**Program Studi** : Bimbingan dan Konseling

**Jurusan** : Ilmu Pendidikan

**Fakultas** : Keguruan dan Ilmu Pendidikan



1. Komisi Pembimbing

**Drs. Giyono, M.Pd.**  
NIP. 19511115 198303 1 002

**Drs. Syaifuddin Latif, M.Pd.**  
NIP. 19540809 198222 2 001

2. Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan

**Dr. Riswanti Rini, M.Si.**  
NIP. 19600328 198603 2 002



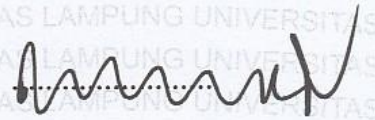
**MENGESAHKAN**

**1. Tim Penguji**

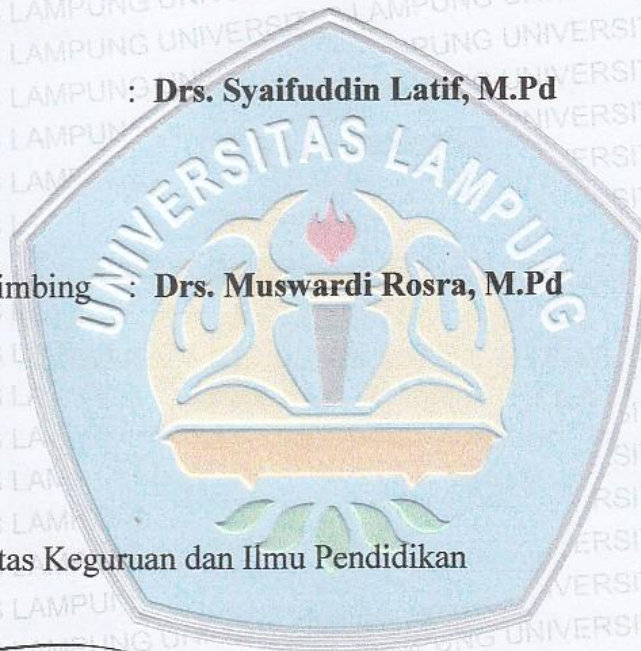
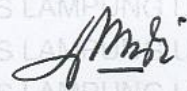
**Ketua : Drs. Giyono, M.Pd.**



**Sekretaris : Drs. Syaifuddin Latif, M.Pd**



**Penguji  
Bukan Pembimbing : Drs. Muswardi Rosra, M.Pd**



**Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan**



**Dr. H. Muhammad Fuad, M. Hum.**  
NIP. 19590722 198603 1 003



**Tanggal Lulus Ujian Skripsi: 07 Oktober 2016**



## PERNYATAAN SKRIPSI MAHASISWA

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Vila Tumuti Suharno  
Nomor Pokok Mahasiswa : 1113052044  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Jurusan : Ilmu Pendidikan

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi dengan judul **“PENGGUNAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DALAM MENINGKATKAN SIKAP DAN KEBIASAAN BELAJAR SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 2 LAHAT SUMATERA SELATAN TAHUN PELAJARAN 2015/ 2016”** adalah benar hasil karya penulis berdasarkan penelitian yang dilaksanakan pada bulan Oktober sampai bulan November 2015. Skripsi ini bukan hasil menjiplak atau hasil karya orang lain.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya. Atas perhatiannya, saya ucapkan terima kasih.

Bandar Lampung, Oktober 2016

menyatakan,



**Vila Tumuti Suharno**  
NPM 1113052044

## **RIWAYAT HIDUP**

Vila Tumuti Suharno lahir di Kota Lahat Sumatera Selatan tanggal 11 Mei 1993, sebagai anak pertama dari tiga bersaudara, dari pasangan Bapak Suharno, S.P. dan Ibu Zuyan Liana.

Pendidikan Taman Kanak-Kanak (TK) Aisyah Bustannul Atfal (ABA) Lahat, diselesaikan tahun 1999, Sekolah Dasar (SD) Negeri 16 Lahat tahun 1999 s/d 2000, Sekolah Dasar (SD) Negeri Pilangsari 2 Sragen Jawa Tengah tahun 2001, Sekolah Dasar (SD) Negeri 45 Lahat diselesaikan tahun 2005, Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri 2 Lahat, diselesaikan tahun 2008, kemudian melanjutkan ke Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 4 Lahat, diselesaikan tahun 2011.

Tahun 2011, penulis terdaftar sebagai mahasiswa Jurusan Ilmu Pendidikan, Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP Unila melalui jalur SNMPTN Undangan. Selanjutnya, pada bulan Juli-September 2014 penulis melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) dan Praktik Layanan Bimbingan dan Konseling di Sekolah (PLBK-S) di SMP Negeri 2 Ngambur, kedua kegiatan tersebut dilaksanakan di Desa Gedung Cahya Kuningan, Kecamatan Ngambur, Kabupaten Pesisir Barat. Selama menjadi mahasiswa penulis aktif di organisasi, yaitu: Anggota Forum Mahasiswa Bimbingan Konseling Unila (FORMABIKA) tahun 2011-2012, anggota Ikatan Mahasiswa Bimbingan Konseling (IMABKIN) Lampung periode 2011-2012.

## MOTO

*Jangan pernah menyerah jika kamu masih ingin mencoba. Jangan biarkan penyesalan datang karena kamu selangkah lagi untuk menang. Terkadang, kesulitan harus kamu rasakan terlebih dulu sebelum kebahagiaan yang sempurna datang kepadamu.*

*(R.A Kartini)*

*Allah tidak akan membebani seseorang (hamba-Nya) melainkan sesuai dengan kemampuannya.*

*(QS. Al-Baqarah: 286)*

*Yakinlah ada sesuatu yang menantimu selepas banyak kesabaran (yang kau jalani) yang akan membuatmu terpana hingga kau lupa betapa pedihnya rasa sakit.*

*(Ali Bin Abi Thalib)*



## **PERSEMBAHAN**

*Dengan penuh rasa syukur pada Allah SWT atas terselesainya penulisan skripsi ini yang kupersembahkan karya kecilku ini pada :*

*Teruntuk Ayahanda Suharno dan Ibunda Zuyan Liana tercinta,  
tak lebih, hanya sebuah karya sederhana ini yang bisa kupersembahkan. Kalian lah alasanku selama ini untuk tetap berjuang sampai sekarang dan selamanya.  
Adikku yang kusayang: Ayu Sekarsari Suharno dan Arum Suciati Suharno.  
Serta Keluarga Besar ku.*

- Vila Tumuti Suharno -

## SANWACANA

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi yang berjudul "Penggunaan Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Sikap dan Kebiasaan Belajar pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Lahat Selatan Tahun Ajaran 2015/2016". Adapun maksud penulisan skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Jurusan Ilmu Pendidikan, FKIP Universitas Lampung.

Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Dr. Muhammad Fuad, M.Hum., selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung;
2. Ibu Dr. Riswanti Rini, M.Si., selaku Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung;
3. Bapak Drs. Yusmansyah, M.Si., selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung;
4. Bapak Drs. Giyono, M.Pd., selaku Pembimbing Utama yang telah menyediakan waktunya dalam memberikan bimbingan dan pengarahan kepada penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik;
5. Bapak Drs. Syaifuddin Latif, M.Pd., selaku Pembimbing Pembantu dan selaku Pembimbing Akademik penulis yang telah memberikan motivasi,

bantuan, semangat dan bimbingan serta arahan kepada penulis selama ini sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik;

6. Bapak Drs. Muswardi Rosra, M.Pd., selaku dosen penguji terima kasih atas kesediaannya memberikan bimbingan, saran dan kritik yang membangun dalam penyelesaian skripsi ini;
7. Bapak dan Ibu Dosen Bimbingan dan Konseling Unila. Terima kasih atas bimbingan dan ilmu yang telah diberikan selama ini;
8. Bapak dan Ibu staf dan karyawan FKIP Unila, terima kasih atas bantuannya selama ini dalam membantu menyelesaikan segala keperluan administrasi;
9. Ibu Nurwabanila, S.Pd. selaku Kepala SMP Negeri 2 Lahat Sumatera Selatan dan Ibu Rusnia, S.Pd. selaku guru bimbingan dan konseling, terima kasih telah berkenan memberikan izin dan kesediaannya membantu penulis untuk melaksanakan penelitian;
10. Kedua orang tuaku tercinta, terimakasihatas semua yang telah diberikan untukku, do'a, kasih sayang, senyuman, serta segala pengorbanan kalian untukku yang tiada pernah bisa dinilai dari segi apapun;
11. Adikku tersayang serta seluruh Keluarga besarku terima kasih atas do'a dan dukungan yang diberikan kepadaku;
12. Sahabat-sahabatku dari awal perkuliahan sampai sekarang yang berjuang bersama memberikan semangat dan dukungannya serta selalu menemani penulis dikala sedang jenuh attu, elsa, astrid, diah, hendra, maria, mery, melani;
13. Sahabatku Resa dan Resti yang selalu memberikan semangat dan motivasi untuk segera menyelesaikan skripsi ini.



14. Sahabat-sahabat seperjuanganku bimbingan dan konseling Unila angkatan 2011, terimakasih untuk kebersamaannya selama ini. Suka dan duka kita bersama saat mencari ilmu untuk masa depan kita kelak dan tentunya untuk mencapai ridho Allah SWT;
15. Semua teman-teman KKN dan PPL desa Gedung Cahya Kuningan, Ngambur Pesisir Barat. Pengalaman yang tidak terlupakan bersama kalian selama tiga bulan;
16. Kakak-kakak dan adik-adik tingkat Bimbingan dan Konseling Unila terima kasih untuk do'a dan dukungannya;
17. Semua siswa SMP Negeri 2 kelas VIII, (Khususny: Adrian, Anggraini, Berly, Della, Ego, Gilang, Hesti, Rendi, Selvi, dan Yuraoza). Terimakasih atas perhatian, kerjasama, dan dukungannya.
18. Semua pihak yang telah membantu dalam penulisan skripsi ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu. Terima kasih.
19. Almamaterku tercinta.

Akhir kata, Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, akan tetapi sedikit harapan semoga skripsi yang sederhana ini dapat berguna dan bermanfaat bagi kita semua. Amin.

Bandar Lampung,

Penulis,

**Vila Tumuti Suharno**

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>DAFTAR ISI</b> .....	i
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	iii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	iv
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	v
<b>I. PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang dan Masalah .....	1
1. Identifikasi Masalah .....	5
2. Pembatasan Masalah .....	6
3. Perumusan Masalah .....	6
B. Tujuan Manfaat dan Ruang Lingkup Penelitian .....	6
1. Tujuan Penelitian .....	6
2. Manfaat penelitian .....	7
3. Ruang Lingkup Penelitian.....	7
C. Kerangka Pikir .....	8
D. Hipotesis .....	15
<b>II. TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Sikap dan Kebiasaan Belajar .....	16
1. Belajar .....	16
a. Pengertian Belajar.....	16
b. Proses Belajar.....	17
c. Ciri-Ciri Belajar.....	19
2. Pengertian Sikap Belajar .....	22
a. Konsep Sikap Belajar .....	23
b. Peranan Sikap Belajar .....	24
3. Pengertian Kebiasaan Belajar .....	26
4. Sikap dan Kebiasaan Belajar .....	28
5. Pembentukan dan Perubahan Sikap .....	29
6. Pembentukan Kebiasaan Belajar.....	31
7. Pengembangan Sikap dan Kebiasaan Belajar yang Baik.....	32
B. Bimbingan Kelompok.....	34
C. Penggunaan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Sikap dan Kebiasaan Belajar .....	45

### III. METODE PENELITIAN

A. Tempat dan Waktu Penelitian .....	48
B. Metode Penelitian .....	48
C. Variabel dan Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	50
1. Variabel Penelitian .....	50
2. Definisi Operasional.....	50
D. Subjek Penelitian.....	51
E. Metode Pengumpulan Data.....	53
F. Teknik Analisis Data .....	56

### IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian .....	58
1. Gambaran hasil Pra Bimbingan kelompok .....	58
2. Deskripsi Data .....	59
3. Pelaksanaan kegiatan Layanan Bimbingan Kelompok .....	62
4. Data Skor sesudah (Postest) Diberi Perlakuan dengan Menggunakan Layanan Bimbingan Kelompok.....	72
5. Data Skor Subyek Sebelum Dan Sesudah Mengikuti Bimbingan Kelompok.....	74
6. Analisis Data Hasil Penelitian .....	101
7. Peningkatan Sikap dan Kebiasaan Belajar Siswa Sebelum dan Sesudah Layanan Bimbingan Kelompok.....	102
B. Pembahasan .....	104

### V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan .....	117
1. Kesimpulan Statistik .....	117
2. Kesimpulan Penelitian .....	117
B. Saran .....	118
1. Siswa.....	118
2. Guru Bimbingan Konseling .....	118
3. Peneliti Selanjutnya .....	118

<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>119</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>121</b>



## DAFTAR TABEL

4.1 Kriteria Sikap dan Kebiasaan Belajar Siswa.....	60
4.2 Data Hasil Angket PSKB Sebelum Pemberian Perlakuan (Pretest) .....	61
4.3 Jadwal Pelaksanaan Kegiatan Layanan Bimbingan Kelompok .....	62
4.4 Data Hasil Angket Setelah Pemberian Perlakuan (Postest) .....	73
4.5 Data Skor Angket PSKB Subjek Sebelum dan Sesudah Pemberian Layanan Bimbingan Kelompok.....	75
4.6 Data Hasil Sebelum dan Setelah Layanan Bimbingan Kelompok.....	77
4.7 Perubahan Sikap dan Kebiasaan Belajar Adrian Dwi Wahyudi .....	80
4.8 Perubahan Sikap dan Kebiasaan Belajar Anggraini Pianhar .....	83
4.9 Perubahan Sikap dan Kebiasaan Belajar Berly Revaldi .....	85
4.10 Perubahan Sikap dan Kebiasaan Belajar Della Monika.....	87
4.11 Perubahan Sikap dan Kebiasaan Belajar Ego Fernando .....	89
4.12 Perubahan Sikap dan Kebiasaan Belajar Gilang Weli P.....	91
4.13 Perubahan Sikap dan Kebiasaan Belajar Hesti Sephia W.....	93
4.14 Perubahan Sikap dan Kebiasaan Belajar M. Rendi A.....	95
4.15 Perubahan Sikap dan Kebiasaan Belajar Selvi.....	97
4.16 Perubahan Sikap dan Kebiasaan Belajar Yuraoza .....	99
4.17 Analisis Data Hasil Penelitian Menggunakan Uji Wilcoxon.....	101

## DAFTAR GAMBAR

1.1 Alur kerangka pikir .....	14
2.1 Tahap pembentukan dalam bimbingan kelompok.....	40
2.2 Tahap peralihan dalam bimbingan kelompok.....	41
2.3 Tahap kegiatan dalam bimbingan kelompok.....	43
2.4 Tahap pengakhiran dalam bimbingan kelompok.....	44
3.1 One group pretest-postest design.....	49
3.2 Data Siswa SMP Negeri 2 Lahat Sumatera Selatan yang memiliki sikap dan kebiasaan negatif.....	52
3.3 Kriteria bobot nilai.....	55
3.4 Kriteria sikap dan kebiasaan belajar siswa.....	56
4.1 Grafik peningkatan sikap dan kebiasaan belajar siswa kelas VIII di SMP Negeri 2 Lahat Sumatera Selatan.....	78
4.2 Grafik perubahan sikap dan kebiasaan belajar Adrian.....	81
4.3 Grafik perubahan sikap dan kebiasaan belajar Anggraini.....	83
4.4 Grafik perubahan sikap dan kebiasaan belajar Berly.....	85
4.5 Grafik perubahan sikap dan kebiasaan belajar Della.....	87
4.6 Grafik perubahan sikap dan kebiasaan belajar Ego.....	89
4.7 Grafik perubahan sikap dan kebiasaan belajar Gilang.....	91
4.8 Grafik perubahan sikap dan kebiasaan belajar Hesti.....	93
4.9 Grafik perubahan sikap dan kebiasaan belajar Rendi.....	95
4.10 Grafik perubahan sikap dan kebiasaan belajar Selvi.....	98
4.11 Grafik perubahan sikap dan kebiasaan belajar Yuraoza.....	100
4.12 Grafik peningkatan sikap dan kebiasaan belajar siswa kelas VIII di SMP Negeri 2 Lahat Sumatera Selatan.....	102

**DAFTAR LAMPIRAN**

1. Kisi-kisi PSKB .....	122
2. Petunjuk Daftar Pengungkapan Masalah PSKB .....	123
3. Pengungkapan Sikap dan Kebiasaan Belajar (PSKB) .....	126
4. Lembar Jawaban PSKB.....	136
5. Satlan Bimbingan Kelompok .....	137
6. Modul .....	139
7. Uji Wilcoxon.....	161
8. Tabel Nilai Kritis Uji Wilcoxon.....	162
9. Dokumentasi Kegiatan Penelitian Siswa Kelas VIII di SMP Negeri 2 Lahat Sumatera Selatan.....	163
10. Surat Keterangan Sekolah.....	166



# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang dan Masalah**

Pendidikan merupakan aktivitas yang berlangsung sepanjang hidup manusia. Pendidikan itu sendiri tidak dapat dipisahkan dari istilah belajar karena pada dasarnya belajar merupakan bagian dari pendidikan. Selain itu proses belajar merupakan suatu kegiatan yang pokok atau utama dalam dunia pendidikan. Manusia tidak akan pernah berhenti belajar karena setiap langkah manusia dalam hidupnya akan dihadapkan pada permasalahan yang membutuhkan pemecahan dan menuntut manusia untuk belajar menghadapinya.

Belajar merupakan suatu perubahan dari tidak tahu menjadi tahu dari tidak bisa menjadi bisa (Aunurrahman, 2010: 38). Kegiatan belajar merupakan proses pendidikan di sekolah. Ini berarti bahwa berhasil tidaknya pencapaian tujuan pendidikan banyak bergantung kepada bagaimana proses belajar yang dialami oleh siswa sebagai anak didik. Anak merupakan individu yang sedang mengalami pertumbuhan dan perkembangan. Perkembangan anak bersifat menyeluruh baik secara fisik,

intelengensi, psikomotor, sikap, emosi dan lain-lain atau dapat dikatakan meningkatnya potensi siswa. Belajar merupakan tugas seorang siswa, oleh karena itu seorang siswa perlu memiliki kebiasaan belajar yang baik sehingga dapat mencapai prestasi yang optimal. Kebiasaan belajar merupakan salah satu faktor penentu keberhasilan belajar. Hal ini berarti siswa yang mempunyai kebiasaan belajar yang baik cenderung memperoleh hasil belajar yang baik.

Cara akan mempengaruhi hasil belajar yang dicapai. Oleh sebab itu, jika seorang siswa mendapat nilai yang kurang memuaskan dalam belajar, salah satu faktor penting yang perlu diperiksa adalah bagaimana cara belajar yang ditempuh. Dengan memperhatikan sikap dan kebiasaan belajar siswa akan dapat diketahui siswa yang sikap dan kebiasaannya sudah memadai dan perlu dipertahankan, serta siswa yang memerlukan bantuan khusus dalam meningkatkan sikap dan kebiasaannya menjadi baik.

Menurut Allport Sikap itu tidak muncul seketika atau dibawa lahir, tetapi disusun dan dibentuk melalui pengalaman serta memberikan pengaruh langsung kepada respon seseorang (dalam Djaali 2008: 114). Sikap merupakan kecenderungan perilaku yang berasal dari dalam diri seseorang untuk berbuat sesuatu yang berhubungan dengan objek yang dihadapinya. Bagaimana seseorang dapat berhasil dalam mencapai tujuan belajar apabila sikap yang ditunjukkan selalu negatif dalam belajarnya. Selain itu

terdapat pula faktor-faktor yang dapat menyebabkan keberhasilan siswa dalam proses belajarnya, salah satunya yaitu kebiasaan belajar.

Kebiasaan belajar cenderung menguasai perilaku siswa pada setiap kali mereka melakukan kegiatan belajar (dalam Djaali 2008: 128). Oleh karena itu, siswa dituntut berlatih dengan ketekunan yang tinggi, merencanakan belajar dengan baik dengan mempunyai jadwal belajar yang baik dan efektif, serta melaksanakannya dengan baik, teratur, dan disiplin diri agar diperoleh hasil belajar yang baik.

Seseorang yang ingin berhasil dalam belajar hendaknya mempunyai sikap serta kebiasaan belajar yang baik. Kebiasaan belajar yang baik memiliki pengaruh yang paling tinggi dibanding minat, kecerdasan, pengaruh keluarga dan lain-lain. Oleh karena itu siswa harus memiliki kebiasaan belajar yang baik untuk mencapai sukses dalam belajar. Kebiasaan belajar yang baik bukan bawaan dari lahir, tetapi dapat dibentuk dan ditanamkan pada siswa sejak sedini mungkin sebelum siswa berada pada jenjang pendidikan yang lebih tinggi. Kebiasaan merupakan cara bertindak yang diperoleh melalui belajar secara berulang-ulang, yang pada akhirnya menjadi menetap dan bersifat otomatis.

Kebiasaan belajar merupakan tingkah laku yang terbentuk karena dilakukan berulang sepanjang hidup individu dan biasanya mengikuti cara atau pola tertentu, sehingga akan terbentuk kebiasaan belajar. Jadi yang

dimaksud dengan kebiasaan belajar di sini adalah cara-cara belajar yang paling sering dilakukan oleh siswa dan cara atau kebiasaan belajar dapat terbentuk dari aktifitas belajar baik secara sengaja ataupun tidak sengaja. Siswa yang ingin berhasil dalam belajarnya harus mempunyai sikap dan cara belajar yang teratur dan konsisten sehingga tercipta kebiasaan belajar yang baik. Kebiasaan belajar dimulai dari bagaimana cara anak mengikuti pelajaran, cara belajar mandiri, cara belajar kelompok, cara mempelajari buku pelajaran dan cara menghadapi ujian.

Berdasarkan hasil observasi awal khususnya pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 2 Lahat Sumatera Selatan Tahun Ajaran 2014/2015 didapatkan informasi mengenai siswa yang memiliki sikap dan kebiasaan belajar yang negatif dalam proses belajar, seperti: malas setiap mengerjakan PR, tidak pernah semangat dalam belajar, kurang dalam menghargai guru, sering ribut disaat belajar, serta suka mencontek pekerjaan teman. Apabila tidak segera ditindaklanjuti, maka siswa yang memiliki sikap dan kebiasaan belajar yang negatif tersebut dikhawatirkan tidak dapat mencapai hasil belajar yang baik, karena hasil belajar yang baik itu diperoleh melalui usaha atau bahkan perjuangan yang keras yang tidak bisa didapat dalam waktu satu atau dua hari saja. Pemilihan metode atau pendekatan belajar yang tepat akan memberikan motivasi pada siswa untuk belajar, hal ini tentu dapat mempengaruhi prestasi belajar yang dicapai oleh siswa.

Salah satu layanan bimbingan konseling yang dapat digunakan dalam meningkatkan sikap dan kebiasaan belajar siswa yang baik di sekolah adalah teknik layanan bimbingan kelompok yang merupakan suatu bantuan yang diberikan konselor kepada siswa dengan tujuan mengembangkan potensi siswa, mampu mengatasi masalah sendiri dan dapat menyesuaikan diri secara positif. Menurut Prayitno (1995: 61), Bimbingan kelompok diartikan sebagai upaya untuk membimbing kelompok-kelompok siswa agar kelompok itu menjadi besar, kuat dan mandiri, dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk mencapai tujuan-tujuan dalam bimbingan dan konseling. Bimbingan kelompok terlaksana apabila topik yang dibicarakan adalah berupa topik umum.

Masalah dalam penelitian ini adalah sikap dan kebiasaan belajar yang negatif. Oleh karena itu, peneliti ingin mengetahui apakah dengan layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan sikap dan kebiasaan belajar pada siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Lahat Sumatera Selatan tahun ajaran 2015/2016.

#### 1. Identifikasi Masalah

Dapat diidentifikasi beberapa permasalahan yang kemungkinan muncul antara lain sebagai berikut:

1. Terdapat siswa yang sering kena hukuman karena tidak mengerjakan pekerjaan rumah.
2. Ada siswa yang selalu mengobrol ketika guru sedang menjelaskan pelajaran.

3. Di temukan siswa yang suka mencontek pekerjaan temannya.
4. Terdapat siswa yang malu mengemukakan pendapatnya dikelas.
5. Ada siswa yang malas memperhatikan dalam setiap proses belajar berlangsung.
6. Terdapat beberapa siswa yang sering membolos di saat jam pelajaran berlangsung.

## 2. Pembatasan Masalah

Berdasarkan beberapa masalah yang timbul, maka penelitian ini dibatasi pada peningkatan sikap dan kebiasaan belajar dengan layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 2 Lahat, Sumatera Selatan.

## 3. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah dan pembatasan masalah, maka masalah dalam penelitian ini adalah “sikap dan kebiasaan belajar yang negatif”. Adapun permasalahannya adalah: “Apakah layanan bimbingan kelompok dapat dipergunakan untuk meningkatkan sikap dan kebiasaan belajar pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 2 Lahat, Sumatera Selatan”.

## **B. Tujuan, Manfaat dan Ruang Lingkup Penelitian**

### 1. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan perumusan masalah, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bahwa layanan bimbingan kelompok dapat

dipergunakan untuk meningkatkan sikap dan kebiasaan belajar yang negatif pada siswa.

## 2. Manfaat Penelitian

### a. Manfaat Teoritis

Secara teoritis hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya konsep-konsep bimbingan, khususnya kajian bimbingan kelompok mengenai upaya meningkatkan sikap dan kebiasaan belajar pada siswa.

### b. Manfaat Praktis

a. Bahan masukan guru bimbingan dan konseling dalam memberikan layanan yang tepat terhadap siswa-siswa yang memiliki permasalahan sikap dan kebiasaan yang negatif, sehingga siswa mau memanfaatkan dan menyadari akan pentingnya peran BK di sekolah, sehingga pelaksanaan bimbingan kelompok di sekolah menjadi lebih efektif dan optimal.

b. Dapat dijadikan suatu sumbangan informasi, pemikiran bagi guru bimbingan konseling, peneliti selanjutnya dan tenaga kependidikan lainnya dalam memberikan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan sikap dan kebiasaan belajar.

## 3. Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian ini yaitu sebagai berikut:



1. Ruang Lingkup Objek

Objek dalam penelitian ini adalah penggunaan layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan sikap dan kebiasaan belajar.

2. Ruang Lingkup Subjek

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Lahat Sumatera Selatan yang masih memiliki sikap dan kebiasaan belajar yang negatif.

3. Ruang Lingkup Wilayah

Tempat penelitian ini di SMP Negeri 2 Lahat Sumatera Selatan.

4. Ruang Lingkup Waktu

Waktu penelitian yaitu tahun pelajaran 2015/2016.

### **C. Kerangka Pikir**

Belajar merupakan suatu perubahan dari tidak tahu menjadi tahu dari tidak bisa menjadi bisa (Aunurrahman, 2010: 38). Kegiatan belajar merupakan proses pendidikan di sekolah. Ini berarti bahwa berhasil tidaknya pencapaian tujuan pendidikan banyak bergantung kepada bagaimana proses belajar yang dialami oleh siswa sebagai anak didik.

Belajar adalah proses perubahan. Perubahan-perubahan itu tidak hanya perubahan lahir tetapi juga perubahan batin, tidak hanya perubahan tingkah lakunya yang nampak, tetapi dapat juga perubahan-perubahan yang tidak dapat diamati. Perubahan-perubahan itu bukan perubahan yang negatif, tetapi perubahan yang positif, yaitu perubahan yang menuju ke

arah kemajuan atau ke arah perbaikan. Harus pula diperhatikan bahwa di dalam belajar itu jiwa orang tidak pasif, tidak seperti gudang dimana barang-barang ditumpuk dan pula tidak seperti alat pemotret yang kerjanya mengambil gambar. Dalam belajar ada proses mental yang aktif. Pada tingkat permulaan belajar aktivitas itu masih belum teratur, banyak hasil-hasil yang belum terpisahkan dan masih banyak kesalahan yang diperbuat. Tetapi dengan adanya usaha dan latihan yang terus menerus, adanya kondisi belajar yang baik, adanya dorongan-dorongan yang membantu, maka kesalahan-kesalahan itu makin lama makin berkurang, prosesnya makin teratur, keraguan-keraguan makin hilang dan timbul ketetapan.

Orang yang belajar makin lama makin dapat mengerti akan hubungan-hubungan dan perbedaan bahan-bahan yang dipelajari, dan setingkat dapat membuat suatu bentuk yang mula-mula belum ada, atau memperbaiki bentuk-bentuk yang telah ada. Apabila orang yang belajar maju dari tingkat yang satu ke tingkat yang lain, ia dapat mengerti dan mengartikan bahan-bahan lain yang lebih banyak dan lebih sukar ataupun lebih kompleks, dan dapat mempergunakan bahan-bahan atau pengetahuan yang telah dimiliki untuk memperoleh pengetahuan yang lain. Maka penting untuk diperhatikan bahwa perubahan itu pula merupakan suatu pertumbuhan untuk mencapai puncak kekuatan, untuk menghilangkan kekacauan.

Belajar bukanlah suatu proses yang mekanistik tetapi disini seluruh kepribadian ikut aktif. Dalam masalah belajar ini, metode belajar akan banyak mempengaruhi cara belajarnya orang yang sedang belajar. Apabila mata pelajaran diberikan tanpa tujuan dan murid diharuskan mengingat-ingat dan mendapatkan hal-hal yang tidak bertujuan, ini akan melemahkan semangat belajar. Sebaliknya apabila mata pelajaran diatur sedemikian rupa dan mempunyai tujuan tertentu dan murid mempunyai pengertian yang luas, maka semangat belajar akan datang dengan sendirinya.

Belajar, tentu saja bukan sekedar penyerapan informasi. Lebih dari itu, belajar adalah proses pengaktifan informasi. Ia melibatkan upaya pengaksesan informasi dan penyimpanannya di dalam memori terdalam. Proses penyimpanan informasi merupakan satu bagian dari proses belajar. Menangkap stimuli istilah definitifnya sensasi adalah bagian proses belajar lainnya. Begitu juga, persepsi dan perhatian (dalam Mahmud 2010: 67).

Sikap dan kebiasaan belajar merupakan salah satu faktor yang terpenting dalam belajar. Sebagian dari hasil belajar ditentukan oleh sikap dan kebiasaan belajar yang dilakukan oleh siswa dalam belajar. Menurut Allport (dalam Djaali, 2008: 144) sikap adalah sesuatu kesiapan mental dan saraf yang tersusun melalui pengalaman dan memberikan pengaruh langsung kepada respon individu terhadap semua objek atau situasi yang berhubungan dengan objek itu. Maksudnya adalah sikap merupakan kecenderungan perilaku yang berasal dari dalam diri seseorang untuk

berbuat sesuatu yang berhubungan dengan objek yang dihadapinya. Bagaimana seseorang dapat berhasil dalam mencapai tujuan belajar apabila sikap yang ditunjukkan selalu negatif dalam belajarnya. Selain itu terdapat pula faktor-faktor yang dapat menyebabkan keberhasilan siswa dalam proses belajarnya, salah satunya yaitu kebiasaan belajar.

Menurut Mappiare (dalam Djaali, 2008: 128) Kebiasaan belajar cenderung menguasai perilaku siswa pada setiap kali mereka melakukan kegiatan belajar. Oleh karena itu, siswa dituntut berlatih dengan ketekunan yang tinggi, merencanakan belajar dengan baik dengan mempunyai jadwal belajar yang baik dan efektif, serta melaksanakannya dengan baik, teratur, dan disiplin diri agar diperoleh hasil belajar yang baik.

Seseorang yang ingin berhasil dalam belajar hendaknya mempunyai sikap serta kebiasaan belajar yang baik. Kebiasaan belajar yang baik dapat mempengaruhi hasil belajar. Oleh karena itu siswa harus memiliki kebiasaan belajar yang baik untuk mencapai sukses dalam belajar. Kebiasaan belajar yang baik bukan bawaan dari lahir, tetapi dapat dibentuk dan ditanamkan pada siswa sejak sedini mungkin sebelum siswa berada pada jenjang pendidikan yang lebih tinggi. Kebiasaan merupakan cara bertindak yang diperoleh melalui belajar secara berulang-ulang, yang pada akhirnya menjadi menetap dan bersifat otomatis.

Kebiasaan belajar merupakan tingkah laku yang terbentuk karena dilakukan berulang sepanjang hidup individu dan biasanya mengikuti cara atau pola tertentu, sehingga akan terbentuk kebiasaan belajar. Jadi yang dimaksud dengan kebiasaan belajar di sini adalah cara-cara belajar yang paling sering dilakukan oleh siswa dan cara atau kebiasaan belajar dapat terbentuk dari aktifitas belajar baik secara sengaja ataupun tidak sengaja. Siswa yang ingin berhasil dalam belajarnya harus mempunyai sikap dan cara belajar yang teratur dan konsisten sehingga tercipta kebiasaan belajar yang baik. Kebiasaan belajar dimulai dari bagaimana cara anak mengikuti pelajaran, cara belajar mandiri, cara belajar kelompok, cara mempelajari buku pelajaran dan cara menghadapi ujian.

Salah satu layanan bimbingan konseling yang dapat digunakan dalam meningkatkan sikap dan kebiasaan belajar siswa adalah teknik layanan bimbingan kelompok yang merupakan suatu bantuan yang diberikan konselor kepada siswa dengan tujuan mengembangkan potensi siswa, mampu mengatasi masalah sendiri dan dapat menyesuaikan diri secara positif. Menurut Prayitno (1995: 61), Bimbingan kelompok diartikan sebagai upaya untuk membimbing kelompok siswa agar kelompok itu menjadi besar, kuat dan mandiri, dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk mencapai tujuan-tujuan dalam bimbingan dan konseling. Bimbingan kelompok terlaksana apabila topik yang dibicarakan adalah berupa topik umum. Layanan bimbingan kelompok digunakan karena pada masa usia SMP siswa cenderung lebih menyukai kegiatan yang dilakukan

bersama dengan teman sebaya. Para peserta yang mengikuti layanan bimbingan kelompok secara bersama-sama akan memperoleh berbagai masukan juga narasumber yang nantinya akan bermanfaat bagi siswa-siswa itu sendiri. Oleh karena itu, dengan pemberian layanan bimbingan kelompok ini maka diharapkan akan menghasilkan perubahan sikap dan kebiasaan belajar siswa yang sebelumnya negatif akan dapat berkurang ataupun dihilangkan dan siswa sebagai subjek akan memiliki sikap dan kebiasaan belajar.

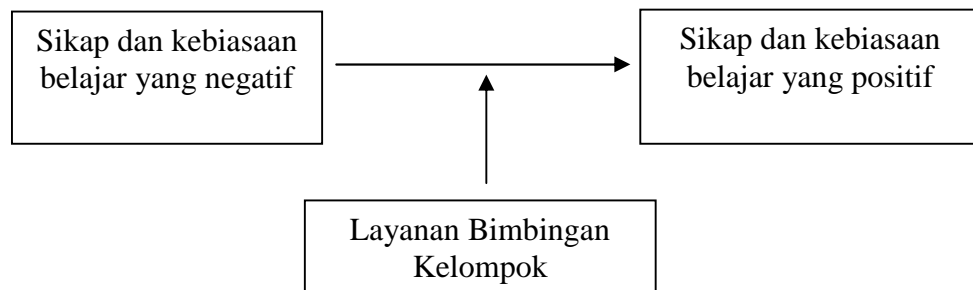
Menurut Gerungan (2000: 155-156), pembentukan dan perubahan sikap di pengaruhi oleh faktor intern dan faktor ekstern, yaitu:

Faktor intern erat hubungannya dengan motif-motif dan sikap yang bekerja didalam diri kita waktu itu, dan yang mengarahkan minat perhatian kita terhadap obyek-obyek tertentu. Dalam faktor ekstern, sikap dapat dibentuk dan dapat diubah dalam interaksi kelompok, dimana terdapat hubungan timbal balik yang langsung antara manusia karena komunikasi, dimana terdapat pengaruh (hubungan) langsung dari satu pihak saja.

Berdasarkan penjelasan teori diatas dapat disimpulkan bahwa pembentukan dan perubahan sikap tersebut tidak dapat terjadi dengan sendirinya, bisa terbentuk di dalam kelompok atau hubungan di dalam kelompok. Maka bimbingan kelompok diperkirakan efektif untuk meningkatkan sikap dan kebiasaan belajar pada siswa, peningkatan sikap dipengaruhi oleh faktor intern yaitu berkaitan dengan minat seseorang terhadap obyek yang diamatinya dan dipengaruhi oleh faktor ekstern yaitu melalui interaksi kelompok. Dalam bimbingan kelompok terdapat interaksi kelompok antar konselor, dan peserta bimbingan.

Oleh karena itu, dengan pemberian layanan bimbingan kelompok maka diharapkan akan menghasilkan perubahan bagi siswa yang memiliki sikap dan kebiasaan belajar yang negatif, setidaknya dapat membantu siswa bagaimana cara bersikap yang baik terutama dalam belajar.

Atas dasar konsepsi ini, maka alur kerangka pikir dalam penelitian ini dapat dilihat pada gambar 1.1 sebagai berikut:



Gambar 1.1 Alur Kerangka Pikir

Gambar 1.1 Siswa memiliki sikap dan kebiasaan belajar yang negatif maka peneliti mencoba meningkatkan sikap dan kebiasaan belajar dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok. Dan peneliti berharap layanan bimbingan kelompok ini dapat meningkatkan sikap dan kebiasaan belajar pada siswa, sehingga siswa akan dapat mencapai hasil belajar yang optimal.



#### **D. Hipotesis**

Hipotesis adalah jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian yang kebenarannya harus diuji secara empiris melalui data-data yang terkumpul.

Berdasarkan kerangka pikir yang telah dikemukakan, maka hipotesis yang dilakukan dalam penelitian ini adalah penggunaan layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan sikap dan kebiasaan belajar pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 2 Lahat, Sumatera Selatan.

Berdasarkan hipotesis penelitian di atas, penulis mengajukan hipotesis statistik penelitian sebagai berikut :

Ho : Layanan bimbingan kelompok tidak dapat dipergunakan untuk meningkatkan sikap dan kebiasaan belajar yang negatif pada siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Lahat Sumatera Selatan.

Ha : Layanan bimbingan kelompok dapat dipergunakan untuk meningkatkan sikap dan kebiasaan belajar yang negatif pada siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Lahat Sumatera Selatan.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Sikap dan Kebiasaan Belajar**

##### **1. Belajar**

###### **a. Pengertian Belajar**

Belajar merupakan suatu perubahan dari tidak tahu menjadi tahu dari tidak bisa menjadi bisa. Kegiatan belajar merupakan proses pendidikan di sekolah. Ini berarti bahwa berhasil tidaknya pencapaian tujuan pendidikan banyak bergantung kepada bagaimana proses belajar yang dialami oleh siswa sebagai anak didik. Belajar merupakan tugas seorang siswa, oleh karena itu seorang siswa perlu memiliki kebiasaan belajar yang baik sehingga dapat mencapai prestasi yang optimal. Kebiasaan belajar merupakan salah satu faktor penentu keberhasilan belajar.

Amti (dalam Prayitno,1993) menyatakan cara belajar yang meliputi sikap dan kebiasaan belajar) akan mempengaruhi hasil belajar yang dicapai. Oleh sebab itu, jika seorang siswa mendapat nilai yang kurang memuaskan dalam belajar, salah satu faktor penting

yang perlu diperiksa adalah bagaimana cara belajar yang ditempuh. Dengan memperhatikan sikap dan kebiasaan belajar siswa akan dapat diketahui siswa yang sikap dan kebiasaan belajarnya sudah memadai dan perlu dipertahankan, serta siswa yang memerlukan bantuan khusus dalam meningkatkan sikap dan kebiasaan belajarnya yang baik.

#### **b. Proses Belajar**

Belajar adalah proses perubahan. Perubahan-perubahan itu tidak hanya perubahan lahir tetapi juga perubahan batin, tidak hanya perubahan tingkah lakunya yang nampak, tetapi dapat juga perubahan-perubahan yang tidak dapat diamati. Perubahan-perubahan itu bukan perubahan yang negatif, tetapi perubahan yang positif, yaitu perubahan yang menuju ke arah kemajuan atau ke arah perbaikan. Harus pula diperhatikan bahwa di dalam belajar itu jiwa orang tidak pasif, tidak seperti gudang dimana barang-barang ditumpuk dan pula tidak seperti alat pemotret yang kerjanya mengambil gambar. Dalam belajar ada proses mental yang aktif. Pada tingkat permulaan belajar aktivitas itu masih belum teratur, banyak hasil-hasil yang belum terpisahkan dan masih banyak kesalahan yang diperbuat. Tetapi dengan adanya usaha dan latihan yang terus menerus, adanya kondisi belajar yang baik, adanya dorongan-dorongan yang membantu, maka kesalahan-kesalahan itu makin lama makin berkurang, prosesnya makin teratur, keraguan-

keraguan makin hilang dan timbul ketetapan. Orang yang belajar makin lama makin dapat mengerti akan hubungan-hubungan dan perbedaan bahan-bahan yang dipelajari, dan setingkat dapat membuat suatu bentuk yang mula-mula belum ada, atau memperbaiki bentuk-bentuk yang telah ada. Apabila orang yang belajar maju dari tingkat yang satu ke tingkat yang lain, ia dapat mengerti dan mengartikan bahan-bahan lain yang lebih banyak dan lebih sukar ataupun lebih kompleks, dan dapat mempergunakan bahan-bahan atau pengetahuan yang telah dimiliki untuk memperoleh pengetahuan yang lain. Maka penting untuk diperhatikan bahwa perubahan itu pula merupakan suatu pertumbuhan untuk mencapai puncak kekuatan, untuk menghilangkan kekacauan.

Belajar bukanlah suatu proses yang mekanistik tetapi disini seluruh kepribadian ikut aktif. Dalam masalah belajar ini, metode belajar akan banyak mempengaruhi cara belajarnya orang yang sedang belajar. Apabila mata pelajaran diberikan tanpa tujuan dan murid diharuskan mengingat-ingat dan mendapatkan hal-hal yang tidak bertujuan, ini akan melemahkan semangat belajar. Sebaliknya apabila mata pelajaran diatur sedemikian rupa dan mempunyai tujuan tertentu dan murid mempunyai pengertian yang luas, maka semangat belajar akan datang dengan sendirinya, tidak hanya dalam arti mendapatkan keterangan dan kecakapan, tetapi juga di dalam arti menambah kekuatan untuk mengartikan, kecakapan

untuk mempergunakan dan mengubah sikap (dalam mustaqim dan wahib 2010: 62).

Belajar, tentu saja bukan sekedar penyerapan informasi. Lebih dari itu, belajar adalah proses pengaktifan informasi. Ia melibatkan upaya pengaksesan informasi dan penyimpanannya di dalam memori terdalam. Proses penyimpanan informasi merupakan satu bagian dari proses belajar. Menangkap stimuli istilah definitifnya sensasi adalah bagian proses belajar lainnya. Begitu juga, persepsi dan perhatian (dalam Mahmud 2010: 67).

### **c. Ciri-Ciri Belajar**

Jika hakikat belajar adalah perubahan tingkah laku, maka ada beberapa perubahan tertentu yang dimasukkan ke dalam ciri-ciri belajar.

#### **1. Perubahan yang Terjadi Secara Sadar**

Ini berarti individu yang belajar akan menyadari terjadinya perubahan itu atau sekurang-kurangnya individu merasakan telah terjadi adanya suatu perubahan dalam dirinya. Misalnya ia menyadari bahwa pengetahuannya bertambah, kecakapannya bertambah, kebiasaannya bertambah. Jadi, perubahan tingkah laku individu yang terjadi karena mabuk atau dalam keadaan tidak sadar, tidak termasuk kategori perubahan dalam pengertian belajar. Karena individu yang bersangkutan tidak menyadari akan perubahan itu.

## 2. Perubahan dalam Belajar Bersifat Fungsional

Sebagai hasil belajar, perubahan yang terjadi dalam diri individu berlangsung terus-menerus dan tidak statis. Suatu perubahan yang terjadi akan menyebabkan perubahan berikutnya dan akan berguna bagi kehidupan ataupun proses belajar berikutnya. Misalnya, jika seorang anak belajar menulis, maka ia akan mengalami perubahan dari tidak menulis menjadi dapat menulis.

Perubahan itu berlangsung terus-menerus hingga kecakapan menulisnya menjadi lebih baik dan sempurna. Ia dapat menulis dengan kapur, dan sebagainya. Di samping itu, dengan kecakapan menulis yang telah dimilikinya ia dapat memperoleh kecakapan-kecakapan lain. Misalnya, dapat menulis surat, menyalin catatan-catatan, mengerjakan soal-soal, dan sebagainya.

## 3. Perubahan dalam Belajar Bersifat positif dan Aktif

Dalam perbuatan belajar, perubahan-perubahan itu selalu bertambah dan tertuju untuk memperoleh suatu yang lebih baik dari sebelumnya. Dengan demikian, makin banyak usaha belajar itu dilakukan, makin banyak dan makin baik perubahan yang diperoleh. Perubahan yang bersifat aktif artinya bahwa perubahan itu tidak terjadi dengan sendirinya, melainkan karena usaha individu sendiri. Misalnya, perubahan tingkah laku karena proses kematangan yang terjadi dengan sendirinya

karena dorongan dari dalam, tidak termasuk perubahan dalam pengertian belajar.

#### 4. Perubahan dalam Belajar Bukan Bersifat Sementara

Perubahan yang bersifat sementara (temporer) yang terjadi hanya untuk beberapa saat saja, seperti berkeringat, keluar air mata, menangis, dan sebagainya tidak dapat digolongkan sebagai perubahan dalam pengertian belajar. Perubahan yang terjadi karena proses belajar bersifat menetap atau permanen. Ini berarti bahwa tingkah laku yang terjadi setelah belajar akan bersifat menetap. Misalnya kecakapan seorang anak dalam memainkan piano setelah belajar, tidak akan hilang, melainkan akan terus dimiliki dan bahkan makin berkembang bila terus dipergunakan atau dilatih.

#### 5. Perubahan dalam Belajar Bertujuan atau Terarah

Ini berarti bahwa perubahan tingkah laku itu terjadi karena ada tujuan yang akan dicapai. Perubahan belajar terarah pada perubahan tingkah laku yang benar-benar disadari. Misalnya seseorang yang belajar mengetik, sebelumnya sudah menetapkan apa yang mungkin dapat dicapai dengan belajar mengetik, atau tingkat kecakapan mana yang dicapainya. Dengan demikian, perbuatan belajar yang dilakukan senantiasa terarah pada tingkah laku yang telah ditetapkannya.



## 6. Perubahan Mencakup Seluruh Aspek Tingkah Laku

Perubahan yang diperoleh individu setelah melalui suatu proses belajar meliputi perubahan keseluruhan tingkah laku. Jika seseorang belajar sesuatu, sebagai hasilnya ia akan mengalami perubahan tingkah laku secara menyeluruh dalam sikap kebiasaan, keterampilan, pengetahuan, dan sebagainya. Misalnya, jika seorang anak telah belajar naik sepeda, maka perubahan yang paling tampak adalah dalam keterampilan naik sepeda itu. Akan tetapi, ia telah mengalami perubahan-perubahan lainnya seperti pemahaman tentang cara kerja sepeda, pengetahuan tentang jenis-jenis sepeda, pengetahuan tentang alat-alat sepeda, cita-cita untuk memiliki sepeda yang lebih bagus, kebiasaan membersihkan sepeda, dan sebagainya. Jadi, aspek perubahan yang satu berhubungan erat dengan aspek lainnya.

Demikianlah pembicaraan mengenai ciri-ciri belajar sebagai bagian yang tak terpisahkan dari kerangka pemahaman terhadap masalah belajar.

## 2. Pengertian Sikap Belajar

Sikap dapat didefinisikan dengan berbagai cara dan setiap definisi itu berbeda satu sama lain. Trow mendefinisikan sikap sebagai suatu kesiapan mental atau emosional dalam beberapa jenis tindakan pada situasi yang tepat. Disini Trow lebih menekankan pada kesiapan

mental atau emosional seseorang terhadap sesuatu objek. Sementara itu Allport seperti dikutip oleh Gable mengemukakan bahwa sikap adalah sesuatu kesiapan mental dan saraf yang tersusun melalui pengalaman dan memberikan pengaruh langsung kepada respons individu terhadap semua objek atau situasi yang berhubungan dengan objek itu.

Definisi sikap menurut Allport ini menunjukkan bahwa sikap itu tidak muncul seketika atau dibawa lahir, tetapi disusun dan dibentuk melalui pengalaman serta memberikan pengaruh langsung kepada respons seseorang. Harlen mengemukakan bahwa sikap merupakan kesiapan atau kecenderungan seseorang untuk bertindak dalam menghadapi suatu objek atau situasi tertentu. Jadi disini makna sikap yang terpenting apabila diikuti oleh objeknya. Misalnya sikap terhadap Undang-Undang Pemilu, sikap terhadap sistem kampanye, dan lain-lain. Sikap adalah kecenderungan untuk bertindak berkenaan dengan objek tertentu. Sikap bukan tindakan nyata (overt behavior) melainkan masih bersifat tertutup (covert behavior).

#### **a. Konsep Sikap Belajar**

Brown dan Holtzman mengembangkan konsep sikap belajar melalui dua komponen, yaitu Teacher Approval (TA) dan Education Acceptance (EA). TA berhubungan dengan pandangan siswa terhadap guru-guru dan cara mengajar. Adapun Education Acceptance terdiri atas penerimaan dan penolakan siswa terhadap

tujuan yang akan dicapai dan materi yang disajikan, praktik, tugas, dan persyaratan yang ditetapkan di sekolah.

Sikap belajar penting karena didasarkan atas peranan guru sebagai leader dalam proses belajar mengajar. Gaya mengajar yang diterapkan guru dalam kelas berpengaruh terhadap proses dan hasil belajar siswa. Dalam hubungan ini, Nasution menyatakan bahwa hubungan tidak baik dengan guru dapat menghalangi prestasi belajar yang tinggi. Sikap belajar bukan saja yang ditujukan kepada guru, melainkan juga kepada tujuan yang akan dicapai, materi pelajaran, tugas, dan lain-lain.

Sikap belajar siswa akan berwujud dalam bentuk perasaan senang atau tidak senang, setuju atau tidak setuju, suka atau tidak suka terhadap hal-hal tersebut. Sikap seperti itu akan berpengaruh terhadap proses dan hasil belajar yang dicapainya. Sesuatu yang menimbulkan rasa senang, cenderung untuk diulang, demikian menurut hukum belajar (law of effect) yang dikemukakan Thondike. Pengulangan ini (low of exercise) penting untuk mengukuhkan hal-hal yang telah dipelajari.

#### **b. Peranan Sikap Belajar**

Sikap belajar ikut menentukan intensitas kegiatan belajar. Sikap belajar yang positif akan menimbulkan intensitas kegiatan yang lebih tinggi dibanding dengan sikap belajar yang negatif. Peranan

sikap bukan saja ikut menentukan apa yang dilihat seseorang, melainkan juga bagaimana ia melihatnya.

Segi efektif dalam sikap merupakan sumber motif. Sikap belajar yang positif dapat disamakan dengan minat, sedangkan minat akan memperlancar jalannya pelajaran siswa yang malas, tidak mau belajar dan gagal dalam belajar, disebabkan oleh tidak adanya minat.

Berdasarkan hal-hal yang dikemukakan di atas dapat disimpulkan bahwa sikap belajar ikut berperan dalam menentukan aktivitas belajar siswa. Sikap belajar yang positif berkaitan erat dengan minat dan motivasi. Oleh karena itu, apabila faktor lainnya sama, siswa yang sikap belajarnya positif akan belajar lebih aktif dan dengan demikian akan memperoleh hasil yang lebih baik dibandingkan siswa yang sikap belajarnya negatif.

Cara mengembangkan sikap belajar yang positif:

1. Bangkitkan kebutuhan untuk menghargai keindahan, untuk mendapat penghargaan, dan sebagainya;
2. Hubungkan dengan pengalaman yang lampau;
3. Beri kesempatan untuk mendapatkan hasil yang baik;
4. Gunakan berbagai metode mengajar seperti diskusi, kerja kelompok, membaca, demonstrasi, dan sebagainya.

### 3. Pengertian Kebiasaan Belajar

Berbagai hasil penelitian menunjukkan, bahwa hasil belajar mempunyai korelasi positif dengan kebiasaan belajar atau study habit. Witherington dalam Andi Mappiare 1983 (dalam Djaali 2008: 127-128) mengartikan kebiasaan (habit) sebagai:

*An acquired way of acting which is persistent, uniform, and fairly automatic.*

Kebiasaan merupakan cara bertindak yang diperoleh melalui belajar secara berulang-ulang, yang pada akhirnya menjadi menetap dan bersifat otomatis.

Perbuatan kebiasaan tidak memerlukan konsentrasi perhatian dan pikiran dalam melakukannya. Kebiasaan dapat berjalan terus, sementara individu memikirkan atau memperhatikan hal-hal lain. Kebiasaan belajar dapat diartikan sebagai cara atau teknik yang menetap pada diri siswa pada waktu menerima pelajaran, membaca buku, mengerjakan tugas, dan pengaturan waktu untuk menyelesaikan kegiatan. Kebiasaan belajar dibagi ke dalam dua bagian, yaitu Delay Avoidance (DA), dan works methods (WM). DA menunjuk pada ketetapan waktu penyelesaian tugas-tugas akademis, menghindarkan diri dari hal-hal yang memungkinkan tertundanya penyelesaian tugas, dan menghilangkan rangsangan yang akan mengganggu konsentrasi dalam belajar. Adapun WM menunjuk kepada penggunaan cara

(prosedur) belajar yang efektif, dan efisiensi dalam mengerjakan tugas akademik dan keterampilan belajar (dalam Djaali 2008: 128).

Seseorang yang ingin berhasil dalam belajar hendaknya mempunyai sikap serta kebiasaan belajar yang baik. Kebiasaan belajar yang baik memiliki pengaruh yang paling tinggi dibanding minat, kecerdasan, pengaruh keluarga dan lain-lain. Oleh karena itu siswa harus memiliki kebiasaan belajar yang baik untuk mencapai sukses dalam belajar. Kebiasaan belajar yang baik bukan bawaan dari lahir, tetapi dapat dibentuk dan ditanamkan pada siswa sejak sedini mungkin sebelum siswa berada pada jenjang pendidikan yang lebih tinggi. Kebiasaan merupakan cara bertindak yang diperoleh melalui belajar secara berulang-ulang, yang pada akhirnya menjadi menetap dan bersifat otomatis.

Kebiasaan belajar merupakan tingkah laku yang terbentuk karena dilakukan berulang sepanjang hidup individu dan biasanya mengikuti cara atau pola tertentu, sehingga akan terbentuk kebiasaan belajar. Jadi yang dimaksud dengan kebiasaan belajar di sini adalah cara-cara belajar yang paling sering dilakukan oleh siswa dan cara atau kebiasaan belajar dapat terbentuk dari aktifitas belajar baik secara sengaja ataupun tidak sengaja. Siswa yang ingin berhasil dalam belajarnya harus mempunyai sikap dan cara belajar yang teratur dan konsisten sehingga tercipta kebiasaan belajar yang baik. Kebiasaan

belajar dimulai dari bagaimana cara anak mengikuti pelajaran, cara belajar mandiri, cara belajar kelompok, cara mempelajari buku pelajaran dan cara menghadapi ujian.

#### **4. Sikap dan Kebiasaan Belajar**

Sikap dan kebiasaan belajar merupakan salah satu faktor yang terpenting dalam belajar. Sebagian dari hasil belajar ditentukan oleh sikap dan kebiasaan belajar yang dilakukan oleh siswa dalam belajar. Brown dan Holtzman (dalam Djaali : 2008) Mengembangkan konsep sikap belajar melalui dua aspek yaitu : Teacher Approval (TA) yang berhubungan dengan pandangan siswa terhadap guru-guru, tingkah laku mereka di kelas, dan cara mengajar. Education Acceptance (EA) yang terdiri dari penerimaan dan penolakan siswa terhadap tujuan yang akan dicapai dan materi yang akan disajikan, praktik, tugas, dan persyaratan yang ditetapkan di sekolah.

Setiap siswa diharapkan menerapkan sikap dan kebiasaan belajar yang baik. Tetapi tidak menutup kemungkinan ada siswa yang mengamalkan sikap dan kebiasaan belajar yang tidak diharapkan dan tidak efektif Apabila siswa memiliki sikap dan kebiasaan belajar yang tidak baik, maka dikhawatirkan siswa yang bersangkutan tidak akan mencapai hasil belajar yang baik, karena hasil belajar yang baik itu diperoleh melalui usaha atau bahkan perjuangan yang keras. Sikap dan kebiasaan belajar tidak tumbuh sendiri tetapi adanya usaha dari diri

sendiri dan bantuan dari orang tua, guru serta konselor di sekolah. Hasil belajar yang baik dapat diperoleh dengan adanya sikap dan kebiasaan belajar yang baik. Usaha dari diri sendiri untuk membentuk sikap dan kebiasaan belajar yang lebih baik merupakan cara yang lebih efektif karena keinginan yang kuat menjadi motivasi yang positif bagi diri kita.

## **5. Pembentukan dan Perubahan Sikap**

Pada dasarnya sikap bukan merupakan suatu pembawaan, melainkan hasil interaksi antara individu dengan lingkungan sehingga sikap bersifat dinamis. Pembentukan sikap sebagian besar dipengaruhi oleh pengalaman. Sikap dapat pula dinyatakan sebagai hasil belajar, karenanya sikap dapat mengalami perubahan. Sikap dapat berubah karena kondisi atau pengaruh yang diberikan. Sebagai hasil belajar sikap tidaklah terbentuk dengan sendirinya karena pembentukan sikap senantiasa akan berlangsung dalam interaksi manusia berkenaan dengan obyek tertentu (dalam Widyastuti 2014: 68).

Menurut Bimo Walgito (1980) dalam Dayakisni (2006: 117) (dalam Widyastuti 2014: 68) bahwa pembentukan dan perubahan sikap akan ditentukan oleh dua faktor yaitu:

- a. Faktor Internal (Individu) yaitu cara individu dalam menanggapi dunia luarnya dengan selektif sehingga tidak semua yang datang akan diterima atau ditolak.
- b. Faktor Eksternal yaitu keadaan-keadaan yang ada di luar individu yang merupakan stimulus untuk membentuk atau mengubah sikap.



Sikap dapat dibentuk atau berubah. Oleh karena itu sikap seseorang tidak pernah tetap, selalu berubah dan berkembang bila mendapat pengaruh baik dari dalam maupun dari luar yang bersifat positif dan berkesan bagi dirinya. Lingkungan sosial dan kebudayaan sangat mempengaruhi proses terbentuknya sikap, seperti adat istiadat, golongan agama, norma, dan keluarga.

Gerungan (2000: 155-156) menyatakan bahwa pembentukan perubahan sikap dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu:

“faktor intern dan faktor ekstern, yaitu faktor intern erat hubungannya dengan motif dan sikap yang bekerja didalam diri kita pada waktu itu, dan yang mengarahkan minat perhatian kita terhadap obyek-obyek tertentu. Dalam faktor ekstern sikap dapat dibentuk dan dapat diubah dalam interaksi kelompok, dimana terdapat hubungan timbal balik yang langsung antar manusia. Karena komunikasi, dimana terdapat pengaruh langsung dari satu pihak saja”.

Hal terbesar yang sangat mempengaruhi dalam pembentukan perilaku seorang anak adalah keluarga. Sikap mengalami pertumbuhan serta perubahan, dalam perkembangannya sikap dipengaruhi oleh lingkungan, serta norma-norma yang mengakibatkan perbedaan sikap antara individu satu dengan lainnya.

Pembentukan dan perubahan sikap tidak terjadi dengan sendirinya. Sikap terbentuk dalam hubungannya dengan suatu obyek, orang, kelompok, lembaga, nilai, melalui hubungan antar individu,

hubungan di dalam kelompok, komunikasi surat kabar, buku, poster, radio, televisi, dan sebagainya.

## 6. Pembentukan Kebiasaan Belajar

Rochman Natawidjaja dan L. J. Moleogn, (1979: 20) mengemukakan asal mula terbentuknya kebiasaan itu ada dua cara:

Pertama, terjadinya adalah melalui kecenderungan orang mengikuti upaya yang kurang hambatannya. Maksudnya, pada mulanya seseorang melakukan sesuatu maka hal itu dilakukannya menurut suatu cara tertentu karena cara itu adalah cara yang termudah dan tidak mengalami suatu gangguan.

Kedua, melalui suatu tindakan dengan sengaja dan hati-hati untuk membentuk pola reaksi secara otomatis. Hal itu terjadi apabila seseorang dengan sengaja mengganti kebiasaan lama dengan suatu kebiasaan yang baru.

Pembentukan kebiasaan belajar harus dimulai sejak dini kepada seorang siswa. Hal ini dimaksudkan agar siswa merasa terbiasa melakukan kegiatan belajar dalam kesehariannya. Menurut Sumadi Suryabrata, (2006: 85) ada cara-cara membentuk kebiasaan belajar yang baik, yaitu:

- a. Penyusunan jadwal belajar yang baik
- b. Kontinuitas dalam belajar
- c. Belajar mandiri diluar jam pelajaran sekolah
- d. Mengalokasikan waktu belajar untuk mempersiapkan materi pelajaran
- e. Menyediakan waktu belajar untuk mengulangi materi yang telah didapat di sekolah.

Kebiasaan belajar dapat terwujud dan dilaksanakan siswa dalam kaitannya dengan aktivitas kehidupan yang nampak yaitu dalam bentuk tingkah laku khususnya dalam proses pembelajaran disekolah, kebiasaan belajar ini tidak muncul dengan sendirinya melainkan

dikondisikan dan dibentuk melalui pengalaman, latihan dan belajar, yang dilakukan secara terus-menerus, berkesinambungan dalam suasana pembelajaran. Dalam pembentukan kebiasaan-kebiasaan dengan melalui pembelajaran ini individu akan dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain faktor luar individu (eksternal) dan faktor dalam individu itu sendiri (interen).

Sejalan dengan yang diungkapkan Syamsu Yusuf (2006) bahwa kebiasaan belajar dapat dipengaruhi oleh faktor interen dan eksteren dan dapat dikembangkan melalui latihan, pemahaman, perasaan, dan keyakinan tentang manfaat belajar.

Sularti (2008) mengemukakan faktor dari luar dan dari dalam individu yang mempengaruhi pembentukan dan perubahan kebiasaan belajar adalah sebagai berikut:

Faktor dari luar individu: sikap guru, keadaan ekonomi orangtua, kasih sayang dan perhatian orangtua.

Faktor dari dalam individu: minat, motivasi dan cita-cita. Pengendalian diri dan emosi. Kelemahan fisik, panca indra dan kecacatan lainnya. Serta kelemahan mental, seperti kecerdasan/intelegensi dan bakat khusus.

## **7. Pengembangan Sikap dan Kebiasaan Belajar yang Baik**

Setiap siswa diharapkan menerapkan sikap dan kebiasaan belajar yang efektif. Tetapi tidak menutup kemungkinan ada siswa yang mengamalkan sikap dan kebiasaan yang tidak diharapkan dan tidak efektif. Apabila siswa memiliki sikap dan kebiasaan belajar yang tidak

baik, maka dikhawatirkan siswa yang bersangkutan tidak akan mencapai hasil belajar yang baik, karena hasil belajar yang baik itu diperoleh melalui usaha atau bahkan perjuangan yang keras. Sikap dan kebiasaan belajar yang baik tidak tumbuh secara kebetulan, melainkan seringkali perlu ditumbuhkan melalui bantuan yang terencana, terutama oleh guru-guru konselor dan orang tua siswa. Prayitno dkk (1994:286-287) memberikan saran tentang sikap dan kebiasaan belajar yang baik seperti:

1. Menemukan motif-motif yang tepat dalam belajar.
2. Memelihara kondisi kesehatan yang baik.
3. Mengatur waktu belajar, baik disekolah maupun di rumah.
4. Memilih tempat belajar yang baik.
5. Belajar dengan menggunakan sumber belajar yang kaya, seperti buku-buku teks dan referensi lainnya.
6. Membaca secara baik dan sesuai dengan kebutuhan, misalnya, kapan membaca secara garis besar, kapan secara terinci, dan sebagainya.
7. Tidak segan-segan bertanya untuk hal-hal yang tidak diketahui kepada guru, teman, atau siapapun juga.

Berdasarkan pendapat para ahli dapat diketahui bahwa sikap dan kebiasaan belajar tidak tumbuh sendiri tetapi adanya usaha dari diri sendiri dan bantuan dari orangtua, guru serta konselor di sekolah. Hasil belajar yang baik dapat diperoleh dengan adanya sikap dan kebiasaan belajar yang baik.

## **B. Bimbingan Kelompok**

### **1. Pengertian Bimbingan Kelompok**

Menurut Winkel ( 2004: 71), bimbingan adalah proses membantu orang perorang dalam memahami dirinya sendiri dan lingkungannya, selanjutnya dinyatakan bahwa kelompok terbentuk melalui berkumpulnya sejumlah orang. Sedangkan menurut Prayitno, (1995: 61) bimbingan kelompok diartikan sebagai upaya untuk membimbing kelompok-kelompok siswa agar kelompok itu menjadi besar, kuat, dan mandiri, dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk mencapai tujuan-tujuan dalam bimbingan dan konseling.

Sedangkan menurut Prayitno (2004:309) menjelaskan bahwa bimbingan kelompok di sekolah merupakan kegiatan informasi kepada sekelompok siswa untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat. Prayitno juga mengatakan syarat-syarat pembentukan kelompok terdiri atas 8-10 orang, sehingga secara aktif mengembangkan dinamika kelompok.

Penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok adalah upaya pemberian bantuan kepada siswa melalui kelompok dengan bertukar informasi serta membantu individu dalam mengambil keputusan yang tepat, dan juga membantu siswa untuk mengoptimalkan kemampuan yang dimilikinya, Bimbingan kelompok di lakukan dengan anggota yang terdiri dari 8 – 10 orang.

## 2. Tujuan Bimbingan Kelompok

Ada dua tujuan bimbingan kelompok, yaitu:

### a) Tujuan Umum

Prayitno (2004:2) mengatakan bahwa tujuan umum layanan bimbingan kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa, khususnya kemampuan komunikasi peserta layanan. Suasana kelompok yang berkembang dalam bimbingan kelompok itu dapat merupakan wahana dimana masing-masing siswa dapat memanfaatkan semua informasi, tanggapan dan berbagai reaksi teman-temannya untuk kepentingan pemecahan masalah-masalah yang dihadapinya. Selain itu juga, layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk mengembangkan pribadi masing-masing anggota dalam suasana yang ada di dalam kelompok.

Maka dapat disimpulkan bahwa tujuan umum bimbingan kelompok adalah membantu mengembangkan kemampuan sosialisasi dalam diri anggota melalui suasana yang ada didalam kelompok.

### b) Tujuan Khusus

Prayitno (2004:3) mengatakan bahwa tujuan umum layanan bimbingan kelompok adalah bimbingan kelompok bertujuan untuk membahas topik-topik tertentu yang mengandung permasalahan aktual (hangat) dan menjadi perhatian peserta. Melalui dinamika kelompok yang intensif, pembahasan topik-topik itu mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan, sikap yang menunjang diwujudkanya tingkah laku

yang lebih efektif. Dalam hal ini kemampuan berkomunikasi, verbal maupun non verbal juga ditingkatkan.

Maka dapat disimpulkan bahwa tujuan khusus bimbingan kelompok adalah membantu mengembangkan siswa agar memiliki sikap yang positif dan membantu mengembangkan keterampilan dalam hal mengharagai orang lain. Seperti menahan dan mengendalikan diri, menghargai pendapat orang lain, dan sebagainya.

### **3. Asas – Asas Bimbingan Kelompok**

1. Asas Kerahasiaan, yaitu para anggota harus menyimpan dan merahasiakan informasi apa yang dibahas dalam kelompok, terutama hal-hal yang tidak layak diketahui orang lain.
2. Asas Keterbukaan, yaitu para anggota bebas dan terbuka mengemukakan pendapat, ide, saran, tentang apa saja yang dirasakan dan dipikirkannya tanpa adanya rasa malu dan ragu-ragu.
3. Asas Kesukarelaan, yaitu semua anggota dapat menampilkan diri secara spontan tanpa malu atau dipaksa oleh teman lain atau pemimpin kelompok.
4. Asas Kenormatifan, yaitu semua yang dibicarakan dalam kelompok tidak boleh bertentangan dengan norma-norma dan kebiasaan yang berlaku.
5. Asas kegiatan, yaitu partisipasi semua anggota kelompok dalam mengemukakan pendapat sehingga cepat tercapainya tujuan bimbingan kelompok. (Prayitno, 1995: 179).

Dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok terdapat asas-asas yang diperlukan untuk memperlancar pelaksanaan dan lebih menjamin keberhasilan kegiatan bimbingan kelompok sehingga mencapai tujuan yang diharapkan. Dimana dinamika kelompok yang diciptakan dalam bimbingan kelompok sangat penting sebagai jiwa yang menghidupkan kelompok, dimana setiap anggota kelompok berpartisipasi aktif dalam kegiatan, bersikap terbuka dan sukarela dalam mengemukakan pendapat, menjunjung tinggi kerahasiaan tentang yang dibicarakan dalam kelompok, dan bertindak sesuai dengan aturan yang telah disepakati.

## **2. Teknik – Teknik Pelaksanaan Bimbingan Kelompok**

Untuk lebih mempermudah mencapai tujuan yang diharapkan, maka seorang konselor harus bisa dan mengerti teknik-teknik yang dapat digunakan dalam pelaksanaan bimbingan kelompok. Menurut Prayitno (2004:27) mengemukakan ada dua teknik dalam kegiatan bimbingan kelompok pengembangan dinamika kelompok dan permainan kelompok.

### **a) Teknik Umum : Pengembangan Dinamika Kelompok**

Secara umum, teknik-teknik yang digunakan oleh pemimpin kelompok dalam menyelenggarakan layanan bimbingan kelompok mengacu kepada berkembangnya dinamika kelompok yang diikuti oleh seluruh anggota kelompok, dalam rangka mencapai tujuan layanan. Prayitno (2004:27) menyatakan teknik-teknik ini secara garis besar meliputi:

- 1) Komunikasi multi arah secara efektif dinamis dan terbuka
- 2) Pemberian rangsangan untuk menimbulkan inisiatif dalam pembahasan, diskusi, analisis, pengembangan argumentasi
- 3) Dorongan minimal untuk memantapkan respon dan aktivitas anggota kelompok



- 4) Penjelasan, pendalaman, dan pemberian contoh untuk lebih memantapkan analisis, argumentasi dan pembahasan
- 5) Pelatihan untuk membentuk pola tingkah laku (baru) yang dikehendaki

b) Permainan Kelompok

Penyelenggaraan bimbingan kelompok seringkali dilakukan permainan kelompok, baik sebagai selingan maupun sebagai wahana yang memuat materi pembinaan tertentu. Prayitno (2004:27) mengemukakan bahwa permainan kelompok yang efektif bercirikan: (1) sederhana, (2) menggembirakan, (3) menimbulkan suasana rileks dan tidak melelahkan, (4) meningkatkan keakraban, dan (5) diikuti oleh semua anggota kelompok.

Penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok memiliki dua teknik yang digunakan. Yaitu, pengembangan dinamika kelompok yang bertujuan untuk mengembangkan kemampuan anggota kelompok dalam berkomunikasi satu sama lain dan serta dapat menghargai pendapat anggota kelompok. Selanjutnya adalah permainan kelompok, dimana bertujuan untuk membuat suasana yang menggembirakan didalam melaksanakan kegiatan bimbingan kelompok.

### **3. Materi Layanan Bimbingan Kelompok**

Menurut Prayitno (1995:187) mengemukakan materi umum yang dapat dibahas dalam bimbingan kelompok yaitu mencakup:

- a) Pemahaman dan pemantapan kehidupan keberagaman, dan hidup sehat.
- b) Pemahaman penerimaan diri sendiri dan orang lain sebagaimana adanya.

- c) Pemahaman tentang emosi, prasangka, konflik, dan peristiwa yang terjadi di masyarakat, serta pengendaliannya / pemecahannya.
- d) Pengaturan dan penggunaan waktu secara efektif.
- e) Pemahaman tentang adanya berbagai alternatif pengambilan keputusan dan berbagai konsekuensinya.
- f) Pengembangan sikap dan kebiasaan belajar
- g) Pengembangan hubungan sosial yang efektif
- h) Pemahaman tentang dunia kerja
- i) Pemahaman tentang pilihan dan persiapan memasuki jurusan dan pendidikan lanjut.
- j) Pemahaman tentang hubungan muda-mudi dan kehidupan berkeluarga.

Prayitno (1995:189) mengungkapkan materi layanan bimbingan kelompok dalam bidang bimbingan belajar diantaranya :

- a) Motivasi dan tujuan belajar dan latihan
- b) Sikap dan kebiasaan belajar
- c) Pengembangan keterampilan teknis belajar
- d) Kegiatan disiplin belajar serta berlatih secara efektif, efisien, dan produktif
- e) Penguasaan materi pelajaran dan latihan / keterampilan
- f) Pengenalan dan pemanfaatan kondisi fisik, sosial, dan budaya disekolah dan lingkungan sekitar.

Berdasarkan pernyataan diatas banyak sekali materi materi yang terdapat dalam bimbingan kelompok. Materi yang dipilih dalam kegiatan bimbingan kelompok sebaiknya disepakati untuk dibahas dalam kegiatan bimbingan kelompok. Agar kegiatan bimbingan kelompok tidak melebar ke permasalahan yang lain.

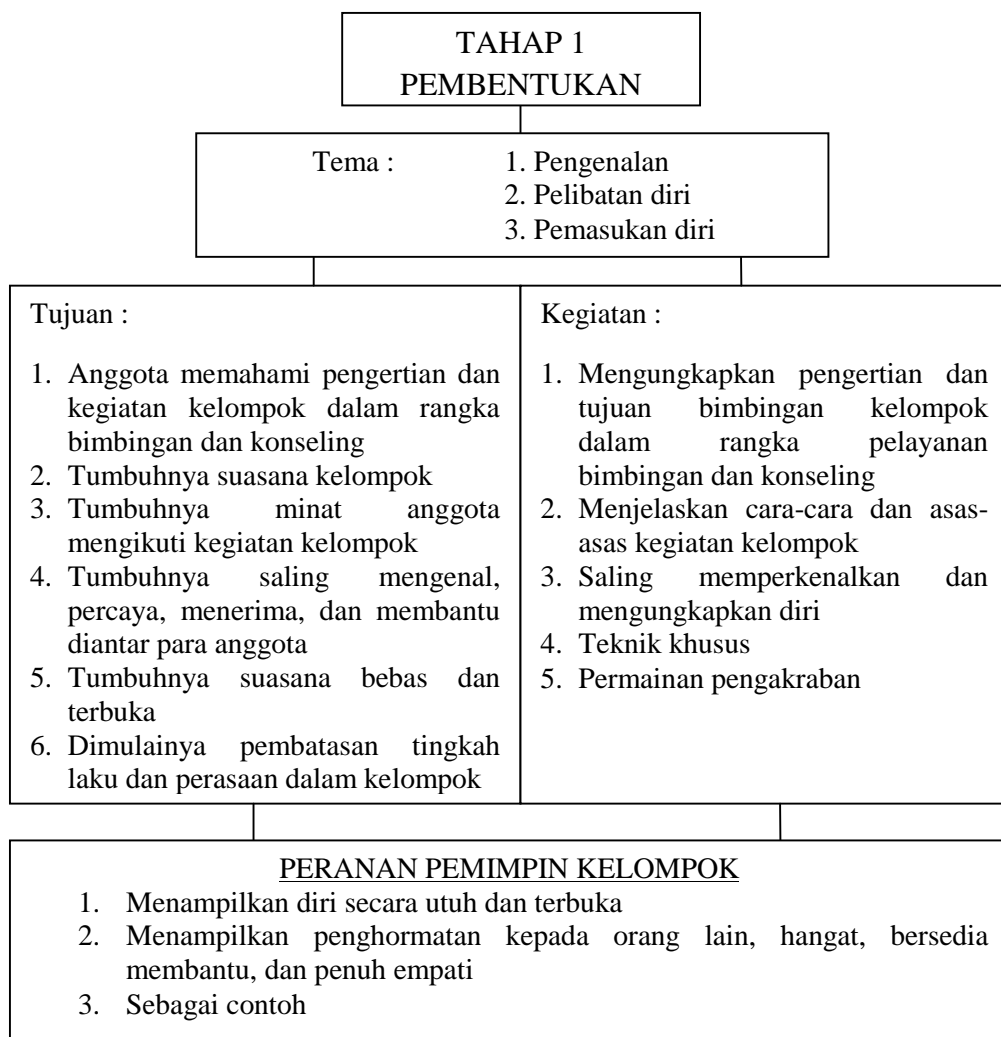
#### **4. Tahapan Tahapan Pelaksanaan Bimbingan Kelompok**

Didalam pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok terdapat 4 tahap. Yaitu : tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan, dan tahap pengakhiran.

Menurut Prayitno (1995:44-60) tahap-tahap bimbingan kelompok adalah sebagai berikut:

a. Tahap Pembentukan

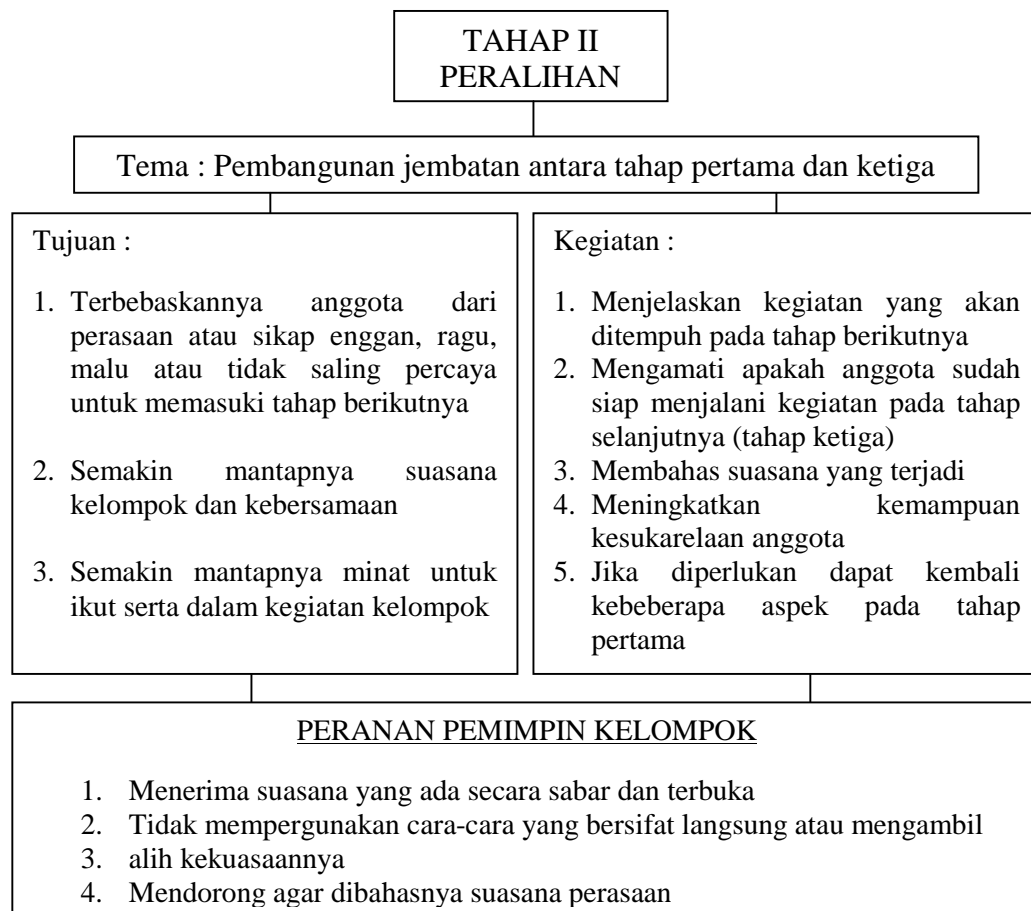
Tahap ini merupakan tahap pengenalan, tahap pelibatan diri atau tahap memasukkan diri kedalam kehidupan suatu kelompok. Pada tahap ini pada umumnya para anggota saling memperkenalkan diri dan juga mengungkapkan tujuan ataupun harapan-harapan masing-masing anggota. Pemimpin kelompok menjelaskan cara-cara dan asas-asas kegiatan bimbingan kelompok. Selanjutnya pemimpin kelompok mengadakan permainan untuk mengakrabkan masing-masing anggota sehingga menunjukkan sikap hangat, tulus dan penuh empati.



Gambar 2.1. Tahap pembentukan dalam bimbingan kelompok

## b. Tahap Peralihan

Sebelum melangkah lebih lanjut ke tahap kegiatan kelompok yang sebenarnya, pemimpin kelompok menjelaskan apa yang akan dilakukan oleh anggota kelompok pada tahap kegiatan lebih lanjut dalam kegiatan kelompok. Pemimpin kelompok menjelaskan peranan anggota kelompok dalam kegiatan, kemudian menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya. Tahap kedua merupakan “jembatan” antara tahap pertama dan ketiga. Beberapa hal pokok yang telah diuraikan pada tahap pertama seperti tujuan dan asas-asas kegiatan kelompok ditegaskan dan dimantapkan kembali, sehingga anggota kelompok telah benar benar siap melaksanakan tahap bimbingan kelompok selanjutnya,



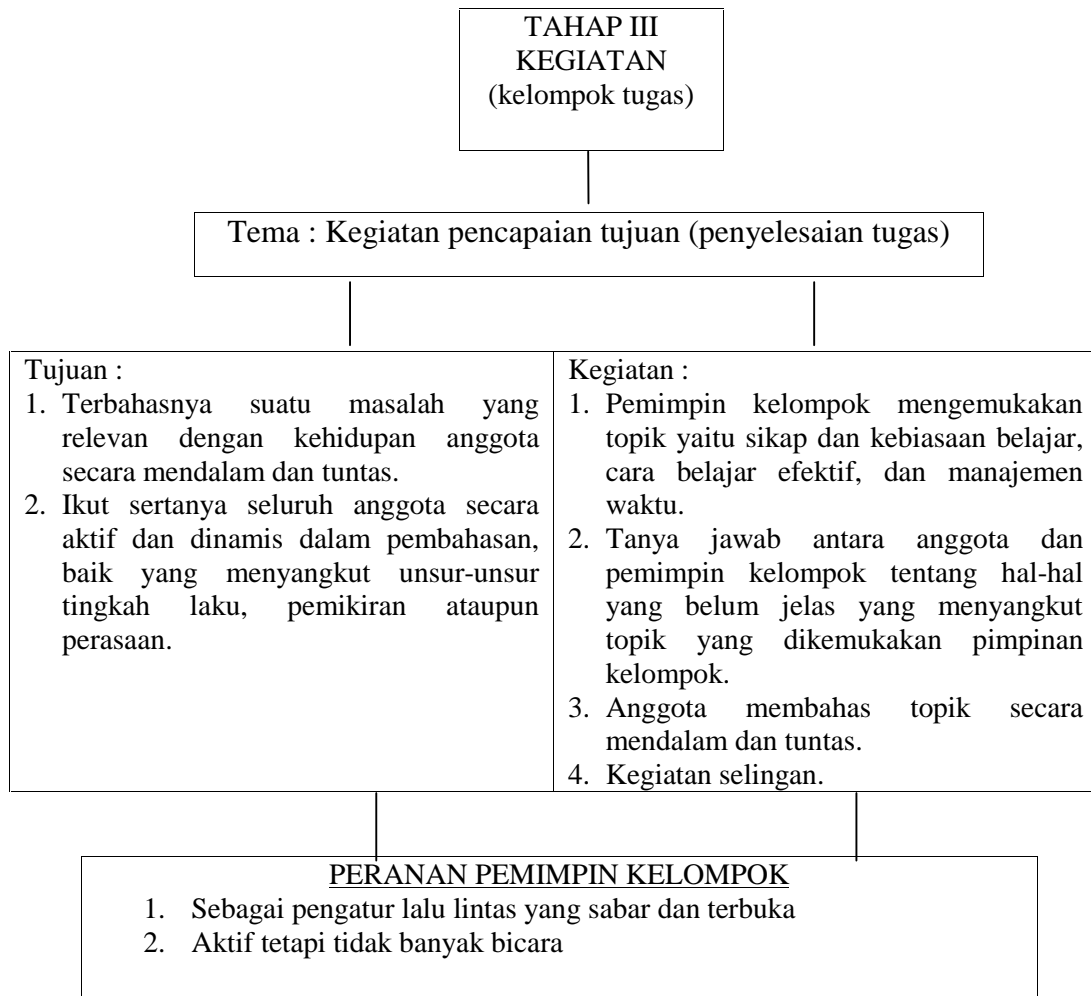
Gambar 2.2. Tahap peralihan dalam bimbingan kelompok

### **c. Tahap Kegiatan**

Tahap ini merupakan kehidupan yang sebenarnya dari kelompok. Namun, kelangsungan kegiatan kelompok pada tahap ini amat tergantung pada hasil dari dua tahap sebelumnya. Jika dua tahap sebelumnya berhasil dengan baik, maka tahap ketiga itu akan berhasil dengan lancar. Pemimpin kelompok dapat lebih santai dan membiarkan para anggota sendiri yang melakukan kegiatan tanpa banyak campur tangan dari pemimpin kelompok.

Tahap ini merupakan tahap inti dari kegiatan bimbingan kelompok dengan suasana yang ingin dicapai, yaitu terbahasanya secara tuntas permasalahan yang dihadapi oleh anggota kelompok dan terciptanya suasana untuk mengembangkan diri, baik yang menyangkut pengembangan kemampuan berkomunikasi maupun menyangkut pendapat yang dikemukakan oleh kelompok. Kegiatan yang dilakukan pada tahap ini untuk topik tugas adalah pemimpin kelompok mengemukakan suatu topik untuk dibahas oleh kelompok; kemudian terjadi tanya jawab antara anggota dan pemimpin kelompok tentang hal-hal yang belum jelas menyangkut topik yang dikemukakan pemimpin kelompok. Selanjutnya anggota membahas topik tersebut secara mendalam dan tuntas, serta dilakukan kegiatan selingan bila diperlukan. Sedangkan untuk bimbingan kelompok topik bebas, kegiatan yang dilakukan adalah masing-masing anggota secara bebas mengemukakan topik bahasan; menetapkan topik yang akan dibahas

dahulu; kemudian anggota membahas topik secara mendalam dan tuntas, serta diakhiri kegiatan permainan.



Gambar 2.3. Tahap kegiatan dalam bimbingan kelompok

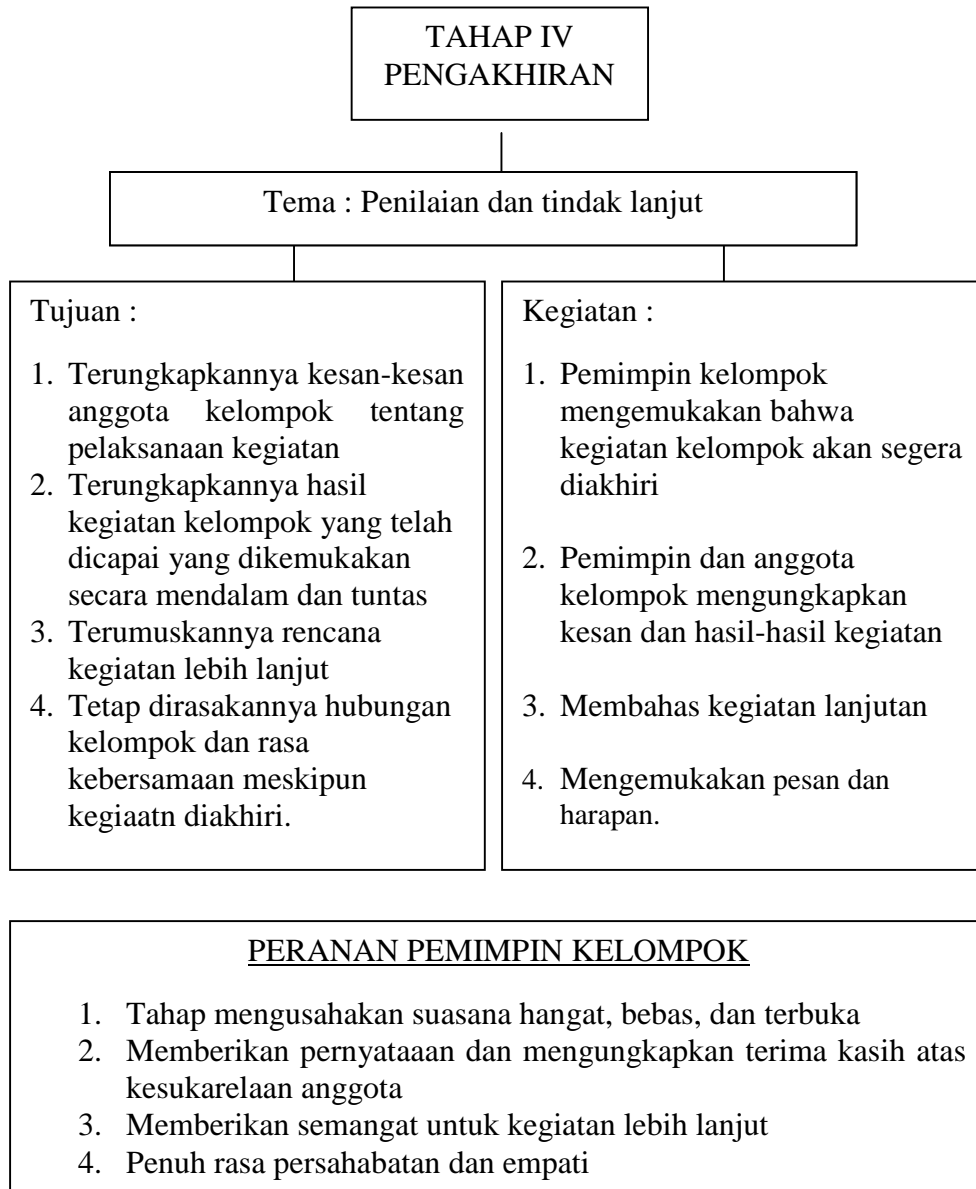
#### d. Tahap Pengakhiran

Pada tahap ini merupakan tahap penghujung atau akhir dari kegiatan.

Dalam pengakhiran ini terdapat kesepakatan antar anggota kelompok

apakah kelompok akan melanjutkan kegiatan atau tidak, jika akan

dilanjutkan kapan dan dimana tempat bertemu kembali untuk melakukan kegiatan ini.



Gambar 2.4. Tahap pengakhiran dalam bimbingan kelompok

### **C. Penggunaan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Sikap dan Kebiasaan Belajar**

Belajar merupakan tugas seorang siswa, oleh karena itu seorang siswa perlu memiliki kebiasaan belajar yang baik sehingga dapat mencapai prestasi yang optimal. Kebiasaan belajar merupakan salah satu faktor penentu keberhasilan belajar, tetapi pada kenyataannya terdapat siswa yang memiliki sikap dan kebiasaan belajar yang negatif, seperti: malas, tidak semangat dalam belajar, ribut disaat belajar, serta suka mencontek pekerjaan teman. Apabila tidak segera ditindak lanjuti, maka siswa yang memiliki sikap dan kebiasaan belajar yang negatif tersebut dikhawatirkan tidak mencapai hasil belajar yang baik, karena hasil belajar yang baik itu diperoleh melalui usaha atau bahkan perjuangan yang keras yang tidak bisa didapat dalam kurun waktu yang hanya sebentar saja. Maksudnya adalah sikap merupakan kecenderungan perilaku yang berasal dari dalam diri seseorang untuk berbuat sesuatu yang berhubungan dengan obyek yang dihadapinya. Bagaimana seseorang dapat berhasil dalam mencapai tujuan belajar apabila sikap yang ditunjukkan selalu negatif dalam belajarnya.

Selain itu, terdapat pula faktor-faktor yang menyebabkan keberhasilan siswa dalam proses belajarnya, salah satunya yaitu kebiasaan belajar. Menurut Mappiare (dalam Djaali : 2008) kebiasaan belajar cenderung menguasai perilaku siswa pada setiap kali mereka melakukan kegiatan belajar.



Salah satu layanan bimbingan dan konseling yang dapat digunakan dalam meningkatkan sikap dan kebiasaan belajar yang baik pada siswa di sekolah adalah teknik layanan bimbingan kelompok.

Prayitno (1995: 178) mengungkapkan bahwa:

Bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Maksudnya semua peserta kegiatan kelompok saling berinteraksi, bekerjasama, bebas mengeluarkan pendapat, menanggapi, memberi saran, dan lain-lain serta apa yang dibicarakan akan bermanfaat bagi setiap anggota kelompok. Bimbingan kelompok terlaksana apabila topik yang dibicarakan adalah berupa topik umum.

Bimbingan kelompok bermaksud memanfaatkan dinamika kelompok sebagai media dalam upaya membimbing individu-individu yang memerlukan. Dalam dinamika kelompok yang diisi dengan bimbingan, diharapkan klien tersebut dapat memperkembangkan diri kearah pemecahan masalah yang dihadapinya.

Menurut Hartinah (2009), salah satu materi umum layanan bimbingan kelompok yaitu mengenai pengembangan sikap dan kebiasaan belajar, yaitu: "pengembangan sikap dan kebiasaan belajar, pemahaman hasil belajar dan cara-cara penanggulangannya termasuk EBTA, EBTANAS, UMPT, SPMB".

Berdasarkan teori tersebut dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok dipandang efektif untuk meningkatkan sikap dan kebiasaan belajar pada siswa. Hal tersebut dikarenakan di dalam kegiatan bimbingan kelompok,

salah satu materi yang dapat diberikan adalah mengenai pengembangan sikap dan kebiasaan belajar pada siswa. Melalui kegiatan tersebut, siswa diharapkan mampu mengembangkan sikap dan kebiasaan belajarnya yang baik sehingga nantinya akan memperoleh hasil belajar yang optimal.

Berdasarkan pemahaman inilah akhirnya penulis dapat mengambil kesimpulan bahwa dengan penggunaan layanan bimbingan kelompok diperkirakan dapat meningkatkan sikap dan kebiasaan belajar pada siswa.

## **BAB III**

### **METODOLOGI PENELITIAN**

#### **A. Tempat dan Waktu Penelitian**

Peneliti melakukan penelitian di SMP Negeri 2 Lahat, Sumatera Selatan.

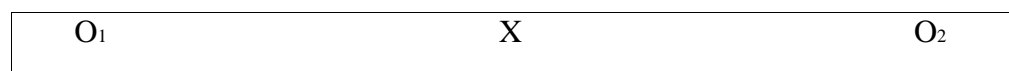
Waktu penelitian dilaksanakan pada tahun pelajaran 2015/2016.

#### **B. Metode Penelitian**

Dalam proses penelitian, seorang peneliti akan menggunakan satu atau beberapa metode. Jenis metode yang digunakan dalam penelitian ini tentunya harus sesuai dengan sifat dan karakteristik penelitian yang dilakukan. Metode yang penulis gunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen. Eksperimen merupakan kegiatan percobaan untuk meneliti suatu peristiwa atau gejala yang muncul pada kondisi tertentu, dan setiap gejala yang muncul di kontrol dan diamati secermat mungkin, sehingga dapat diketahui hubungan sebab-akibat munculnya gejala tersebut. Penelitian ini dilaksanakan bermaksud untuk menerapkan layanan bimbingan kelompok untuk mengurangi sikap dan kebiasaan belajar yang tidak baik pada siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Lahat Sumatera Selatan, serta diakhiri sampai dengan kegiatan follow up atau tindak lanjut. Desain

penelitian eksperimen ini adalah *Pre-eksperimental design*. Dikatakan *Pre-eksperimental design* karena desain ini belum merupakan eksperimen sungguh-sungguh karena masih terdapat variabel luar yang ikut berpengaruh terhadap terbentuknya variable dependen. Bentuk desain penelitian *Pre-eksperimental design* yang digunakan adalah desain eksperimen kelompok tunggal atau *One Group Pretest-Posttest Design*. Basrowi, (2006:428) menyatakan bahwa desain ini merupakan eksperimen yang dilaksanakan pada satu kelompok saja tanpa kelompok kontrol, namun sebelum dilakukan eksperimen diberikan *pretest*. Berkaitan dengan desain penelitian eksperimen kelompok tunggal yaitu menggunakan desain  $O_1 \text{ X } O_2$ . Pelaksanaan eksperimen dengan desain ini dilakukan dengan memberikan perlakuan (X) terhadap satu kelompok, yaitu kelompok eksperimen. Sebelum diberi perlakuan, kelompok tersebut diberi pretest ( $O_1$ ) dan setelahnya diberi posttest ( $O_2$ ). Hasil kedua test itu dibandingkan, untuk menguji apakah perlakuan memberi pengaruh kepada kelompok tersebut.

Secara bagan desain kelompok tunggal pretest-posttest dapat dilihat dalam gambar berikut:



Gambar 3.1. One Group Pretest-Posttest Design

Keterangan:

$O_1$  : Pengukuran sikap dan kebiasaan belajar siswa menggunakan PSKB sebelum diberikan bimbingan kelompok.

- X : Perlakuan/treatment (layanan bimbingan kelompok) yang diberikan kepada siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Lahat yang memiliki sikap dan kebiasaan negatif.
- O<sub>2</sub> : Pengukuran sikap dan kebiasaan siswa menggunakan PSKB setelah diberikan bimbingan kelompok. Yaitu melihat peningkatan sikap dan kebiasaan belajar siswa setelah diberikan layanan bimbingan kelompok.

### **C. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional**

#### 1. Variabel Penelitian

Menurut Sugiyono (2014: 38) variabel penelitian adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya. Penelitian ini di laksanakan oleh 2 variabel. Yaitu :

##### a. Variabel bebas

Variabel bebas dalam penelitian ini yaitu layanan bimbingan kelompok.

##### b. Variabel Terikat

Variabel terikat dalam penelitian ini adalah sikap dan kebiasaan belajar yang negatif.

#### 2. Definisi Operasional

Definisi operasional variabel merupakan uraian yang berisikan tentang sejumlah indikator yang dapat diamati dan diukur untuk mengidentifikasi variabel atau konsep yang digunakan.

**a. Sikap dan Kebiasaan Belajar yang Negatif**

Sikap dan kebiasaan belajar yang negatif adalah perilaku subjek yang dilakukan secara berulang-ulang dan otomatis dalam belajarnya yang dilakukan dengan sengaja dan sifatnya bertentangan dengan perbuatan/sikap sebagaimana diharapkan dari padanya oleh orang lain yang menetap pada subyek tersebut, meliputi aspek Delay Avoidance (Menghindari keterlambatan), Work Methods (Metode Kerja), Teacher Approval (Hubungan dengan Guru), Education Acceptance (Penerimaan Pendidikan).

**b. Bimbingan Kelompok**

Bahwa bimbingan kelompok dapat diartikan suatu upaya pemberian bantuan kepada siswa melalui kelompok dengan bertukar informasi serta membantu individu dalam mengambil keputusan yang tepat, yang di laksanakan dalam kegiatan kelompok dan suatu bantuan yang diberikan konselor kepada siswa dengan tujuan mengembangkan potensi siswa.

**D. Subjek Penelitian**

Subjek penelitian adalah sumber data untuk menjawab masalah. Penelitian subjek ini disesuaikan dengan keberadaan masalah dan jenis data yang ingin dikumpulkan. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa-siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Lahat Sumatera Selatan yang memiliki sikap dan kebiasaan belajar yang negatif. Subyek penelitian diambil menggunakan angket PSKB dan didapat subjek yang berjumlah 10 orang siswa, yang

semuanya adalah siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Lahat Tahun Pelajaran 2015/2016. Dalam penelitian ini, pengambilan subjek yang digunakan adalah teknik purposive sampling. Teknik ini dilakukan dengan cara mengambil subjek bukan didasarkan atas strata, random atau daerah tetapi didasarkan atas adanya kriteria tertentu. Menurut Sujarweni (2012: 16) “sampling purposive adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan atau kriteria-kriteria tertentu.

Tabel 3.2. Data siswa SMP Negeri 2 Lahat Sumatera Selatan yang memiliki sikap dan kebiasaan negatif

No.	Nama	Kelas	Skor	Kategori
1	Adrian Dwi Wahyudi	VIII	65	Rendah
2	Anggraini Pianhar	VIII	63	Rendah
3	Berly Revaldi	VIII	66	Rendah
4	Della Monika	VIII	80	Sedang
5	Ego Fernando	VIII	75	Sedang
6	Gilang Weli Pratama	VIII	50	Rendah
7	Hesti Sephia Wahyuni	VIII	56	Rendah
8	M. Rendi Adi Sastra D	VIII	78	Sedang
9	Selvi	VIII	60	Rendah
10	Yuraoza Al Zuhri	VIII	52	Rendah

## **E. Metode Pengumpulan Data**

### **DPM (Daftar Pengungkap Masalah) PSKB**

Proses pengumpulan data selalu terjadi dalam suatu penelitian yang berfungsi untuk memperoleh data yang sejelas-jelasnya. Pada penelitian ini, peneliti akan menggunakan angket PSKB (Pengungkapan Sikap dan Kebiasaan Belajar) yang lebih kurang tiga puluh tahun terakhir ini, instrumen yang dipakai untuk mengungkapkan masalah belajar, khususnya dalam kaitannya dengan pelayanan Bimbingan dan Konseling, di Indonesia pada umumnya adalah terjemahan atau adaptasi dari Survey of Study Habits and Attitudes (SSHA) yang dikembangkan oleh Brown dan Holtzman sejak tahun 1953. Ada tiga bentuk (format) SSHA yaitu bentuk SLTP, SLTA, dan Perguruan Tinggi.

Dengan 75 buah item masing-masing, SSHA memuat masalah belajar yang dikelompokkan ke dalam tiga bidang, yaitu:

- a. Metode belajar
- b. Motivasi belajar, dan
- c. Sikap-sikap tertentu terhadap kegiatan sekolah atau kampus.

Pada tahun 1965, SSHA disadur dan divalidasikan (di Bandung, oleh Prayitno) guna kepentingan pengungkapan masalah belajar siswa atau mahasiswa. Pada tahun 1982, alat ini dikembangkan lagi (di Padang oleh Marjohan) dengan menyadur dan memvalidasikan SSHA versi baru. Alat terakhir yang merupakan SSHA versi baru itu berisi 100 buah item tentang sikap dan kebiasaan belajar yang memuat 4 bidang



masalah belajar. Alat ini dikenal dengan nama Pengungkapan Sikap dan Kebiasaan Belajar disingkat PSKB. Alat ini diperbanyak oleh Program Studi Bimbingan dan Konseling Jurusan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung: 1985. Tujuan pengungkapan ini adalah untuk mendapatkan gambaran tentang sikap dan kebiasaan belajar yang berguna untuk membantu siswa dalam mengembangkan sikap dan kebiasaan belajar yang baik.

PSKB (Pengungkapan Sikap dan Kebiasaan Belajar) ini terdapat seratus butir pernyataan yang berisikan sikap-sikap dan kebiasaan belajar, seratus butir pernyataan tersebut terbagi atas empat aspek penilaian, yaitu:

- 1.) *Delay avoidance* (menghindari keterlambatan) yaitu kecepatan dan ketepatan melengkapi tugas-tugas akademis.
- 2.) *Work Methods* (metode kerja), yaitu penggunaan prosedur belajar aktif, ketangkasan di dalam mengerjakan atau melakukan tugas-tugas akademik dan belajar keterampilan.
- 3.) *Teacher approval* (hubungan dengan guru), yaitu pendapat terhadap guru, dan sikap atau kelakuan di dalam kelas.
- 4.) *Education acceptance* (penerimaan terhadap pendidikan), yaitu persetujuan tentang pendidikan yang objektif, dan latihan-latihan serta persyaratan-persyaratan pendidikan yang objektif.

5.) Setiap pernyataan disediakan lima buah pilihan yaitu: jarang (0 s.d 15%), kadang-kadang (16 s.d 35%), sering (36 s.d 65%), pada umumnya (66 s.d 85%, dan selalu (86 s.d 100%).

Tabel 3.3 Kriteria bobot nilai

Pernyataan	Jarang	Kadang-kadang	Sering	Pada Umumnya	Selalu
Favorable	2	1	0	1	2
Unfavorable	2	1	0	1	2

Setiap pernyataan disediakan lima buah pilihan yaitu: jarang, kadang-kadang, sering, pada umumnya, dan selalu. Sedangkan pengkategorian skor angket, peneliti membagi 3 kategori yaitu tinggi, sedang, rendah. Untuk mengkategorikannya, terlebih dahulu ditentukan besarnya interval dengan rumus yang diungkapkan oleh Hadi (1986: 12) sebagai berikut:

$$i = \frac{NT-NR}{K}$$

Keterangan:

$i$  : interval

$NT$ : nilai tertinggi

$NR$ : nilai terendah

$K$  : jumlah kategori

$$I = \frac{NT-NR}{K} = \frac{(2 \times 100) - (0 \times 100)}{3} = \frac{200-0}{3} = 67$$

Berdasarkan rentang interval yang didapat yaitu 67, maka pengkategorian skor PSKB adalah sebagai berikut:

Tabel 3.4 Kriteria sikap dan kebiasaan belajar siswa

<b>Interval</b>	<b>Kategori</b>
135 s.d 200	Tinggi
68 s.d 133	Sedang
0 s.d 66	Rendah

Kriteria ini diperoleh berdasarkan penyebaran angket PSKB dan digunakan untuk menentukan subyek penelitian dan mengukur sikap dan kebiasaan belajar subyek sebelum dan sesudah perlakuan bimbingan kelompok.

#### **F. Teknik Analisis Data**

Analisis data merupakan salah satu langkah yang sangat penting dalam kegiatan penelitian. Dengan analisis data maka dapat membuktikan hipotesis. Sugiyono (2014) menyatakan bahwa penelitian eksperimen bertujuan untuk mengetahui dampak dari suatu perlakuan, yaitu mencoba sesuatu lalu dicermati akibat dari perlakuan tersebut.

Penelitian ini menggunakan teknik analisis data dengan uji *Wilcoxon* yaitu dengan mencari perbedaan mean *Pretest* dan *Posttest*. Analisis ini digunakan untuk mengetahui keefektifan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan sikap dan kebiasaan belajar siswa yang baik. Uji *Wilcoxon* merupakan perbaikan dari uji tanda.

Penelitian ini akan menguji *Prstest* dan *posttest*. Dengan demikian peneliti dapat melihat perbedaan nilai antara *pretest* dan *posttest* melalui uji *Wilcoxon* ini. Dalam pelaksanaan uji *Wilcoxon* untuk menganalisis kedua data yang berpasangan tersebut, dilakukan dengan menggunakan analisis uji melalui program SPSS (*Statistical Package for Social Science*)<sup>16</sup>.

Adapun rumus uji *Wilcoxon* ini adalah sebagai berikut (Sudjana, 2002:96):

$$Z = \frac{T - \frac{1}{4}n(n+1)}{\sqrt{\frac{1}{24}n(n+1)(2n+1)}}$$

Keterangan :

Z : Uji *Wilcoxon*

T : Total Jenjang (selisih) terkecil antara nilai *pretest* dan *posttest*

N : Jumlah data sampel

Kaidah keputusan:

Jika statistik hitung (angka z output) > statistik tabel (tabel z), maka  $H_0$  diterima (dengan taraf signifikansi 5%)

Jika statistik hitung (angka z output) < statistik tabel (tabel z), maka  $H_0$  ditolak (dengan taraf signifikansi 5%).

Nilai  $Z_{hitung}$  adalah -2,807. Hasil ini selanjutnya dibandingkan dengan harga  $Z_{tabel}$  dengan taraf signifikansi 0,05 dan  $n = 10$  maka  $Z_{tabel} = 8$ . Karena  $Z_{hitung} < Z_{tabel}$  (-2,807 < 8) maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, artinya bimbingan kelompok dapat meningkatkan sikap dan kebiasaan belajar pada siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Lahat Sumatera Selatan Tahun Ajaran 2015/2016.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian di SMP Negeri 2 Lahat Sumatera Selatan Tahun Ajaran 2015/2016 maka dapat diambil kesimpulan, yaitu:

##### 1. Kesimpulan Statistik

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat diambil kesimpulan layanan bimbingan kelompok dapat dipergunakan untuk meningkatkan sikap dan kebiasaan belajar yang negatif pada siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Lahat Sumatera Selatan. Hal ini terbukti dari hasil analisis data dengan menggunakan uji-*wilcoxon*,  $Z_{hitung} = -2,807 < Z_{tabel} = 8$ . Maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima.

##### 2. Kesimpulan Penelitian

Layanan bimbingan kelompok dapat dipergunakan untuk meningkatkan sikap dan kebiasaan belajar yang negatif pada siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Lahat Sumatera Selatan.

## **B. Saran**

Adapun saran yang dapat dikemukakan dari penelitian yang telah dilakukan di SMP Negeri 2 Lahat Sumatera Selatan Tahun Ajaran 2015/2016 adalah:

### **1. Kepada Siswa**

Siswa yang memiliki sikap dan kebiasaan belajar yang negatif, hendaknya meningkatkan sikap dan kebiasaan belajar yang negatif menjadi positif dengan cara memahami dan menyadari tujuan belajarnya, dan perlu mengikuti jenis layanan bimbingan kelompok terutama pada bidang layanan belajar.

### **2. Kepada Guru Bimbingan Dan Konseling**

Kepada guru Bimbingan dan Konseling menerapkan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan sikap dan kebiasaan belajar siswa.

### **2. Kepada Peneliti Selanjutnya**

Kepada para peneliti selanjutnya hendaknya dapat melakukan penelitian mengenai masalah dan layanan yang sama, tetapi pada subjek yang berbeda.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aunurrahman. 2010. *Belajar dan Pembelajaran*. Bandung: Alfabeta
- Dayakisni, Tri & Hudaniah. 2006. *Psikologi Sosial*. Yogyakarta: UMM Press
- Djaali, H. 2008. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara
- Djamarah. 2002. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta
- Gerungan. 2000. *Psikologi Sosial*. Bandung: Refika Aditama
- Hadi, Sutrisno. 1986. *Metodologi Research*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM
- Hartinah. 2009. *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok*. Bandung: Refika Aditama
- Mahmud. 2010. *Psikologi Pendidikan*. Bandung: Pustaka Setia
- Mustaqim & Wahib. 2010. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Nazir, M. 2003. *Metode Penelitian*. Jakarta: Ghalia Indonesia
- Prayitno & Erman Amti. 2004. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta
- Prayitno & Erman Amti. 2004. *Layanan Bimbingan Kelompok dan Konseling kelompok*. Padang: Universitas Negeri Padang
- Prayitno & Erman Amti. 1995. *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (Dasar dan Profil)*. Padang: Ghalia Indonesia
- Prayitno & Erman Amti. 1994. *Dasar-Dasar bimbingan dan konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Rochman Natawidjaja & L. J. Moleong. (1979). *Psikologi Pendidikan Untuk SPG*. Jakarta: Mutiara.

- Sudjana. 2002. *Metode Statistik*. Bandung: Tarsito
- Sugiyono. 2014. *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D)*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Bandung: Alfabeta.
- Sularti. 2008. *Program Bimbingan dan Konseling Untuk Mengembangkan Sikap dan Kebiasaan Belajar Siswa*. Bandung: SPS PBK UPI.
- Suryabrata. 2006. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: PT. Bumi Aksara
- Syah, M. 2012. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rajagrafindo Persada
- Widyastuti. 2014. *Psikologi Sosial*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Winkel. 2004. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
- Yusuf, Syamsu. 2006. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Rosda