

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Belajar

1. Pengertian Belajar

Dalam kehidupan sehari-hari, kita melakukan banyak kegiatan yang sebenarnya merupakan gejala belajar, dalam arti, mustahillah melakukan kegiatan itu, kalau kita tidak belajar terlebih dahulu, misalnya, kita mengenakan pakaian, kita makan dengan alat-alat makan, kita berkomunikasi satu sama lain dengan bahasa nasional dan lain sebagainya. Keadaan di atas merupakan contoh gejala belajar.

Morgan (Ngalim, 2000:84) menyatakan pengertian belajar adalah setiap perubahan yang relatif menetap dalam tingkah laku yang terjadi sebagai suatu hasil dari latihan atau pengalaman. Senada dengan Morgan, Witherington (Ngalim, 2000:84) menyatakan pengertian belajar sebagai perubahan didalam kepribadian yang menyatakan diri sebagai suatu pola baru dari pada reaksi yang berupa kecakapan, sikap, kebiasaan, kepandaian, atau suatu pengertian. Pengertian ini menjelaskan bahwa sikap dan kebiasaan merupakan salah satu bentuk perubahan yang disebabkan oleh proses belajar. Jadi, Belajar merupakan suatu perkembangan dari seseorang yang dinyatakan dalam cara bertingkah laku yang baru berkat pengalaman dan latihan.

2. Ciri-Ciri Belajar

Setiap manusia melakukan aktivitas kehidupan, salah satunya adalah aktivitas belajar. Namun tidak semua aktivitas manusia bisa dinamakan belajar. Djamarah, (2008:15-16) mengemukakan beberapa ciri-ciri belajar diantaranya adalah sebagai berikut:

1. perubahan dalam belajar terjadi secara sadar.
2. perubahan dalam belajar bersifat fungsional dan berlangsung secara terus menerus.
3. perubahan dalam belajar positif dan aktif.
4. perubahan dalam belajar bukan bersifat sementara.
5. perubahan dalam belajar bertujuan dan terarah.
6. perubahan dalam belajar mencakup seluruh aspek tingkah laku.

Senada dengan pendapat Djamarah, Ngilim (2000:84-85) memberikan penjelasan tentang ciri-ciri belajar di antaranya adalah:

1. perubahan dalam belajar mengarah kepada tingkah laku yang lebih baik.
2. perubahan dalam belajar melalui latihan dan pengalaman.
3. perubahan dalam belajar relative menetap.
4. perubahan dalam belajar menyangkut seluruh aspek kepribadian.

Sesuatu dapat dikatakan belajar apabila memenuhi ciri-ciri belajar yang dikemukakan oleh Djamarah yaitu perubahan yang terjadi dalam belajar disadari oleh individu yang bersangkutan, perubahan dalam belajar berlangsung secara terus menerus, perubahan dalam belajar selalu bertambah dan tertuju untuk memperoleh suatu yang lebih baik dari sebelumnya, perubahan yang terjadi bersifat menetap dan permanen, perubahan tingkah laku terjadi karena ada tujuan yang akan dicapai dan perubahan dalam belajar meliputi perubahan keseluruhan aspek tingkah laku. Sikap dan kebiasaan belajar merupakan salah satu bentuk aspek tingkah laku manusia, jadi perubahan sikap dan kebiasaan belajar merupakan salah satu ciri-ciri belajar.

3. Hasil Belajar

Hasil belajar merupakan tujuan akhir dari proses belajar. Tujuan tersebut mengarah kepada hasil belajar yang diperoleh siswa, pada umumnya hasil belajar identik dengan bentuk angka, namun tidak semua hasil belajar berbentuk angka. Hasil belajar merupakan suatu pendekatan dalam pelaksanaan pengajaran di sekolah. Nana (2007:178) menyatakan “ada dua pendekatan didalam pelaksanaan pengajaran di sekolah, yaitu pendekatan yang mengutamakan hasil belajar dan pendekatan yang menekankan proses belajar”.

Sesungguhnya antara kedua pendekatan tersebut tidak terdapat perbedaan yang prinsipil. Suatu hasil belajar yang baik akan diperoleh melalui proses yang baik dan sebaliknya proses belajar yang baik akan memberi hasil yang baik pula. Dalam kenyataan sering terjadi kekeliruan karena yang diutamakan hasil maka proses belajar kurang diperhatikan begitu juga sebaliknya.

Hasil belajar bukan hanya berupa penguasaan, pengetahuan, tetapi juga kecakapan dan ketrampilan dalam melihat, menganalisis dan memecahkan masalah, membuat rencana dan mengadakan pembagian kerja, dengan demikian aktivitas dan produk dihasilkan dan aktivitas belajar belajar ini mendapatkan penilaian. Penilaian tidak hanya dilakukan secara tertulis, tetapi juga secara lisan dan perbuatan. Dalam penjelasan prinsip-prinsip belajar, terdapat beberapa penjelasan tentang hasil belajar.

Burton (Hamalik, 2004:31-32) memberikan penjelasan mengenai hasil belajar diantaranya adalah sebagai berikut:

1. belajar adalah pola-pola perbuatan, nilai-nilai, pengertian-pengertian, sikap-sikap, apresiasi, ability, dan ketrampilan.
2. belajar diterima oleh murid apabila memberi kepuasan pada kebutuhannya dan berguna serta bermakan baginya.
3. belajar dilengkapi dengan jalan serangkaian pengalaman-pengalaman.
4. belajar lambat laun dipersatukan menjadi kepribadian.

Berdasarkan keterangan di atas dapat disimpulkan bahwa hasil belajar tidak hanya diukur melalui nilai angka tetapi hasil belajar juga mencakup pemahaman, perbuatan, ketrampilan serta sikap-sikap yang ditampilkan oleh anak didik. Sikap dan kebiasaan belajar juga termasuk dalam penilaian hasil belajar.

4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Belajar

Selama proses belajar berlangsung terdapat hal-hal yang dapat menyebabkan hasil belajar menjadi baik atau kurang baik. Berhasil atau tidaknya seseorang dalam belajar disebabkan beberapa faktor yang mempengaruhi pencapaian hasil belajar yaitu yang berasal dari dalam diri orang yang belajar dan ada pula dari luar dirinya. Dalyono (2000:55) menyatakan faktor-faktor yang mempengaruhi belajar, diantaranya adalah:

1. faktor internal (yang berasal dari dalam diri) seperti kesehatan, intelegensi dan bakat, minat dan motivasi serta cara belajar.
2. faktor eksternal (yang berasal dari luar diri) seperti keluarga, sekolah, masyarakat dan lingkungan sekitar”.

Senada dengan pendapat Dalyono, Ngalim (2000:102-105) mengemukakan pendapatnya tentang faktor-faktor yang mempengaruhi belajar.

“Faktor-faktor yang mempengaruhi belajar dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor internal (faktor dalam diri) seperti kematangan, kecerdasan, latihan, motivasi, sifat-sifat pribadi dan faktor eksternal (faktor dari luar diri) seperti keadaan keluarga, guru dan cara mengajar, lingkungan dan kesempatan”.

Berdasarkan pendapat di atas kita dapat mengetahui bahwa belajar dapat dipengaruhi oleh faktor internal (dalam diri) dan faktor eksternal (dari luar diri). Faktor dalam diri seperti kesehatan, bila seseorang selalu tidak sehat, dapat mengakibatkan tidak bergairah belajar. Intelegensi dan bakat, seseorang yang memiliki intelegensi yang baik umumnya mudah belajar dan hasilnya cenderung baik, tetapi sebaliknya. Minat dan motivasi, seseorang yang memiliki minat dan motivasi yang tinggi dalam belajar akan melaksanakan semua kegiatan belajarnya dengan sungguh-sungguh, sebaliknya belajar dengan minat dan motivasi yang rendah akan mengakibatkan seseorang malas belajar dan tidak mau mengerjakan tugas-tugas sekolah. Faktor dari luar diri seperti keluarga, tinggi rendahnya pendidikan orangtua, besar kecilnya gaji orang tua cukup atau kurangnya perhatian orangtua semuanya itu turut mempengaruhi hasil belajar siswa. Sekolah, kualitas guru, metode mengajar kesesuaian kurikulum dengan kemampuan anak itu semua turut mempengaruhi hasil belajar siswa.

B. Sikap dan Kebiasaan Belajar

1. Pengertian Sikap Belajar

Sebelum membahas mengenai sikap belajar, maka kita perlu mengetahui definisi tentang sikap. Sikap merupakan faktor psikis yang penting dalam kehidupan

manusia, karena sikap dapat memberikan arah kepada tingkah laku atau perbuatan seseorang untuk menyenangkan atau menerima sesuatu dan sebaliknya. Mar'at (1981:12) menyatakan “sikap merupakan kesiapan untuk bereaksi terhadap objek di lingkungan tertentu sebagai penghayatan terhadap objek”. Senada dengan Mar'at, Harleen (Djaali, 2008:114) mendefinisikan pengertian “sikap sebagai kecenderungan untuk bertindak berkenaan dengan objek tertentu”.

Berdasarkan beberapa pengertian di atas maka dapat disimpulkan bahwa sikap merupakan kecenderungan untuk bertindak berkenaan dengan objek tertentu. Istilah kecenderungan (*predisposition*), terkandung pengertian arah tindakan yang akan dilakukan seseorang berkenaan dengan suatu objek. Arah tersebut dapat bersifat mendekati atau menjauhi. Tindakan mendekati atau menjauhi suatu objek (orang, benda, ide, lingkungan dan lain-lain), dilandasi oleh penilaian individu yang bersangkutan terhadap objek tersebut. Misalnya, ia menyukai atau tidak menyukainya, menyenangkan atau tidak menyenangkannya, menyetujui atau tidak menyetujuinya yang berasal dari dalam diri seseorang untuk berbuat sesuatu yang berhubungan dengan objek yang dihadapinya.

Hilgard (Ngalim, 2000:84) merumuskan pengertian belajar sebagai proses usaha yang dilakukan individu untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan sebagai hasil pengalaman individu itu sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya. Sedangkan Djaali, (2008:115) menjelaskan adapun belajar menunjuk kepada suatu cabang belajar yaitu belajar dalam arti sempit, khusus untuk mendapatkan pengetahuan akademik. Berdasarkan dua pengertian belajar di atas, peneliti merujuk pada pengertian belajar sebagai suatu

usaha individu khusus untuk mendapatkan pengetahuan akademik, karena dalam penelitian ini, peneliti akan meneliti sikap dan kebiasaan belajar siswa di kelas.

Berdasarkan hal-hal yang dikemukakan di atas, sikap belajar dapat diartikan sebagai kecenderungan perilaku seseorang tatkala ia mempelajari hal-hal yang bersifat akademik. Brown dan Holtzman (Djaali, 2008:115) mengembangkan sikap belajar melalui dua komponen, yaitu *Teacher Approval (TA)* dan *Education Acceptance (EA)*. TA berhubungan dengan pandangan siswa terhadap guru-guru; tingkah laku mereka di kelas; 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. Bennet (Djaali, 2008:116) menyatakan gaya mengajar yang diterapkan guru dalam kelas berpengaruh terhadap proses dan hasil belajar siswa. Gaya mengajar guru yang monoton, tidak kreatif dan pasif akan membuat siswa tidak mampu mengembangkan kemampuannya, dan sebaliknya gaya mengajar guru yang kreatif dan aktif akan mendorong siswa mengembangkan kemampuan belajarnya. Nasution (Djaali, 2008:117) 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 akan dicapainya. Sesuatu yang menimbulkan rasa senang cenderung untuk diulang, demikian menurut hukum belajar (*law of effect*) yang dikemukakan Thorndike. Sikap belajar ikut menentukan intensitas kegiatan belajar. Sikap belajar yang positif akan menimbulkan intensitas kegiatan yang lebih tinggi dibanding sikap belajar yang negatif. Segi afektif dalam sikap merupakan sumber motif. Djaali (2008:116) menyatakan sikap belajar yang positif dapat disamakan dengan minat(kesukaan), sedangkan minat akan memperlancar jalannya pelajaran yang malas, tidak mau belajar dan gagal dalam belajar, disebabkan oleh tidak adanya minat.

2. Pengertian Kebiasaan Belajar

Kebiasaan bisa diartikan sebagai hal-hal yang dilakukan berulang-ulang, sehingga dalam melakukan itu tanpa memerlukan pemikiran, misalnya orang yang terbiasa tidur setelah sholat zhuhur, ia akan melakukannya secara terus menerus. Hutabarat (1985:22) menyatakan "kebiasaan adalah perilaku yang sudah berulang-ulang dilakukan sehingga menjadi otomatis, artinya berlangsung secara spontan tanpa dipikirkan lagi" Senada dengan Hutabarat, Witherhington (Djaali, 2008:127) menyatakan "Kebiasaan sebagai 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 tehnik yang menetap pada diri siswa pada waktu menerima pelajaran, membaca buku, mengerjakan tugas, dan pengaturan waktu untuk menyelesaikan kegiatan. Djaali (2008:128) menyebutkan kebiasaan belajar dibagi dalam dua bagian yaitu *Delay avoidan* (DA) dan *Work Methods* (WM) . DA menunjuk pada ketepatan waktu penyelesaian tugas-tugas akademis, menghindarkan dari hal-hal yang memungkinkan tertundanya penyelesaian tugas, dan menghilangkan rangsangan yang akan mengganggu konsentrasi dalam belajar. Adapun WM menunjuk pada penggunaan cara (prosedur) belajar yang efektif, dan efisiensi dalam mengerjakan tugas akademik dan ketrampilan belajar.

3. Pengertian Sikap dan Kebiasaan Belajar

Sikap dan kebiasaan belajar merupakan salah satu faktor yang penting dalam belajar. Sebagian dari hasil belajar ditentukan oleh sikap dan kebiasaan yang dilakukan siswa dalam belajar. Berdasarkan hasil penelitian yang pernah diadakan terdapat hubungan yang berarti antara sikap dan kebiasaan belajar dengan hasil belajar. Sebagian dari sikap dan kebiasaan belajar siswa dapat diketahui dengan mengadakan pengamatan dalam kelas. Misalnya dalam hal mengerjakan tugas-tugas, membaca buku, membuat catatan dan kegiatan-kegiatan lainnya yang berhubungan dengan belajar siswa.

Sebelumnya telah dijelaskan tentang pengertian sikap belajar dan kebiasaan belajar, bahwa sikap belajar merupakan kecenderungan perilaku seseorang tatkala ia mempelajari hal-hal yang bersifat akademik, sedangkan kebiasaan belajar dapat diartikan sebagai cara atau tehnik yang menetap pada diri siswa

pada waktu menerima pelajaran, membaca buku, mengerjakan tugas, dan pengaturan waktu untuk menyelesaikan kegiatan. Jadi pengertian sikap dan kebiasaan belajar adalah kecenderungan perilaku seseorang dalam menentukan cara atau teknik yang menetap dalam mempelajari hal-hal yang bersifat akademik. Aspek-aspek yang menyangkut sikap dan kebiasaan belajar seperti: cara siswa mengerjakan tugas-tugas di sekolah (*Delay Avoidance*), kebiasaan dalam melaksanakan kegiatan belajar (*Work Methods*) kepuasan terhadap guru (*Teacher Approval*) sikap dalam menerima pengajaran (*Education Acceptance*).

Berdasarkan pengertian sikap dan kebiasaan belajar, dapat kita ketahui bahwa setiap siswa memiliki sikap dan kebiasaan belajar yang tidak sama. Siswa yang memiliki sikap dan kebiasaan belajar yang baik akan mendapatkan hasil belajar yang baik pula, tetapi sebaliknya, siswa yang tidak memiliki sikap dan kebiasaan belajar yang baik akan mendapatkan hasil belajar yang kurang baik.

4. Pembentukan dan Perubahan Sikap

Terbentuknya sikap dipengaruhi oleh lingkungan sosial dan kebudayaan, misalnya keluarga, norma, golongan agama, dan adat istiadat. Sikap seseorang tidak pernah tetap, selalu berkembang bila mendapat pengaruh dari luar atau dari dalam yang bersifat positif dan mengasah. Berdasarkan uraian tentang ciri-ciri sikap yang telah dijelaskan di atas bahwa sikap dapat di bentuk dan dapat berubah-ubah, maka ahli memberikan penjelasan tentang hal-hal yang dapat mempengaruhi pembentukan dan perubahan sikap.

Gerungan (2000:155-156) menyatakan bahwa pembentukan perubahan sikap dipengaruhi oleh 2 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 antara manusia. Karena komunikasi, dimana terdapat pengaruh langsung dari satu pihak saja”.

Berdasarkan pendapat Gerungan di atas maka dapat diambil kesimpulan bahwa pembentukan dan perubahan sikap dapat dipengaruhi oleh dua faktor, pertama faktor intern berkenaan dengan minat seseorang terhadap suatu obyek dan faktor ekstern berkaitan dengan interaksi kelompok. Interaksi kelompok dapat memberikan pengaruh terhadap sikap yang dimiliki oleh seseorang.

Pembentukan dan perubahan sikap tidak terjadi dengan sendirinya. Sikap terbentuk dalam hubungannya dengan suatu objek, orang, kelompok, lembaga, nilai, melalui hubungan antar individu, hubungan di dalam kelompok, hal-hal yang penting di dalam pembentukan sikap didalam kelompok adalah sebagai berikut: “ 1). Mass Media, 2). Kelompok Sebaya, 3). Kelompok yang meliputi lembaga sekolah, lembaga keagamaan, organisasi kerja dan sebagainya.”

Berdasarkan uraian di atas, dapat diketahui bahwa sikap terbentuk karena pengaruh mass media, kemudian karena pengaruh teman sebaya, dalam konseling kelompok, para anggotanya adalah teman sebaya sehingga akan lebih efektif dalam pembentukan sikap, selain itu sekolah sebagai lembaga formal, memiliki tugas dalam membina sikap anak menuju kepada sikap yang kita harapkan.

Konselor sebagai tenaga pendidik di sekolah juga memiliki peran dalam membantu anak didik membentuk sikap dan kebiasaan belajar yang baik.

5. 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 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 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 moti-motif yang tepat dalam belajar.
2. memelihara kondisi kesehatan yang baik.
3. mengatur waktu belajar, baik di sekolah 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.

Senada dengan pendapat di atas, Crow and Crow (Ngalim, 2000:120-121) memberikan saran-saran untuk mencapai hasil belajar lebih baik.

1. miliki dahulu tujuan belajar yang pasti.
2. usahakan adanya tempat belajar yang memadai.
3. jaga kondisi fisik jangan sampai mengganggu konsentrasi dan keaktifan mental.
4. rencanakan dan ikutilah jadwal waktu untuk belajar.
5. selingilah belajar itu dengan waktu-waktu istirahat yang teratur.
6. carilah kalimat-kalimat topik atau inti pengertian dari tiap paragraf.
7. usahakan agar dapat membaca cepat tetapi cermat.
8. susunlah dan buatlah pertanyaan-pertanyaan yang tepat, dan usahakan untuk menemukan jawabannya.
9. pusatkan perhatian dengan sungguh-sungguh pada waktu belajar.
10. biasakanlah membuat rangkuman dan kesimpulan.
11. analisislah kebiasaan belajar yang dilakukan, dan cobalah untuk memperbaiki kelemahan-kelemahannya.

Berdasarkan pendapat para ahli dapat diketahui bahwa 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.

6. Sikap dan Kebiasaan Belajar Yang Tidak Baik

Sekolah merupakan tempat belajar bagi siswa, dengan belajar diharapkan siswa dapat mendapatkan ilmu dan hasil belajar yang baik. Hasil belajar yang baik seringkali didapatkan melalui proses belajar yang baik. Proses belajar yang baik dapat dilihat dari sikap dan kebiasaan belajar yang baik pula. Siswa diharapkan dapat menanamkan sikap dan kebiasaan belajar yang baik, namun kenyataannya

masih ada siswa memiliki sikap dan kebiasaan belajar yang tidak baik. Sikap dan kebiasaan belajar yang tidak baik adalah kondisi siswa yang kegiatan belajarnya sehari-hari antagonistik dengan yang seharusnya, seperti menunda-nunda tugas, mengulur-ulur waktu, membenci guru, tidak mau bertanya untuk hal-hal yang tidak diketahuinya, dan sebagainya. Sikap dan kebiasaan belajar yang tidak baik merupakan salah satu masalah belajar siswa. Siswa yang memiliki masalah tersebut perlu diberikan bantuan yaitu dengan layanan bimbingan belajar dalam bentuk layanan konseling kelompok.

C. Layanan Konseling Kelompok

1. Pendekatan-Pendekatan Konseling

Pendekatan konseling disebut juga teori konseling merupakan dasar bagi suatu praktek konseling. Beberapa pendekatan konseling yang dapat digunakan diantaranya : pendekatan Psikoanalisis, Teori Terpusat Pada Klien (*Client Centered Therapy*), Terapi Gestalt, Terapi *Behavioral*, *Logo Therapy Frankl* dan *Rational Emotive Therapy*. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan model konseling *Client Centered Therapy*.

a. Model Pendekatan client Centered

Client Centered Therapy sering disebut juga psikoterapi non direktif adalah suatu metode perawatan psikis yang dilakukan dengan cara berdialog antara konselor dengan klien agar tercapai gambaran serasi antara ideal self (diri klien yang ideal) dengan aktual self (diri klien yang sesuai dengan kenyataan yang sebenarnya). Wiliis (2004:63-64) menyatakan *Client Centered Therapy* yang

dikembangkan oleh Carl Rogers pada Tahun 1942 bertujuan untuk membina kepribadian klien secara integral, berdiri sendiri dan mempunyai kemampuan untuk memecahkan masalahnya sendiri. Teknik dalam pendekatan *Client Centered* adalah mendengarkan, menerima, menghormati, memahami dan berbagi. Ciri-ciri pendekatan konseling ini adalah:

1. ditujukan kepada klien yang sanggup memecahkan masalah agar tercapai kepribadian klien yang terpadu.
2. sasaran konseling adalah aspek emosi dan perasaan (feeling), bukan segi intelektualnya.
3. titik tolak konseling adalah keadaan individu termasuk kondisi sosial psikologi masa kini dan bukan pengalaman masa lalu.
4. proses konseling bertujuan untuk menyesuaikan antara ideal self dengan aktual self.
5. peranan yang aktif dalam konseling di pegang oleh klien, sedangkan konselor adalah pasif-reflektif.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti menggunakan model pendekatan *Client Centered Therapy* dengan alasan bahwa salah satu ciri pendekatan *Client Centered Therapy* adalah peranan yang aktif dalam konseling dipegang oleh klien sedangkan konselor adalah pasif-reflektif. Hal ini berkaitan dengan pelaksanaan konseling kelompok bahwa klien (peserta kelompok) memiliki peranan yang lebih aktif dalam mengemukakan ide, perasaan dan pikirannya serta

memberi tanggapan sedangkan konselor sebagai pemimpin kelompok berperan sebagai pengatur jalannya proses konseling kelompok.

b. Pengertian Layanan Konseling Kelompok

Bimbingan dan konseling merupakan wadah bagi individu yang memiliki minat dalam memberikan pertolongan kepada klien yang memiliki masalah. Dalam kegiatan bimbingan dan konseling terdapat beberapa layanan konseling, diantaranya adalah layanan konseling kelompok. Prayitno dkk (1999: 311) menyatakan "Konseling kelompok pada dasarnya adalah layanan konseling perorangan yang dilaksanakan di dalam suasana kelompok". Senada dengan Prayitno, Gazda (1984: 7) mendefinisikan pengertian "konseling kelompok sebagai proses interpersonal yang dinamis serta melibatkan pada fungsi-fungsi terapi yang dimungkinkan, fungsi-fungsi dan terapi itu diciptakan dalam wadah kelompok kecil".

Berdasarkan pengertian konseling kelompok di atas maka dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok adalah proses antar pribadi yang dinamis dan dilaksanakan dalam suasana kelompok. Dalam konseling kelompok ada konselor yaitu pemimpin kelompok dan ada klien, yaitu para anggota kelompok (yang jumlahnya paling kurang dua orang). Klien-klien dalam anggota kelompok adalah individu normal yang mempunyai berbagai masalah yang tidak memerlukan penanganan perubahan kepribadaian lebih lanjut. Klien-klien konseling kelompok menggunakan interaksi kelompok untuk meningkatkan pengertian dan penerimaan terhadap nilai-nilai dan tujuan tertentu dan untuk menghilangkan sikap-sikap serta perilaku tertentu. Dalam konseling kelompok terjadi hubungan konseling

dalam suasana yang diusahakan sama seperti dalam konseling perorangan, yaitu hangat, terbuka, permisif, dan penuh keakraban. Di mana ada juga pengungkapan masalah klien, penelusuran sebab-sebab timbulnya masalah, upaya pemecahan masalah (jika perlu dengan menerapkan metode-metode khusus) kegiatan evaluasi, dan tindak lanjut.

c. Tujuan Layanan Konseling Kelompok

Layanan konseling kelompok merupakan suatu proses konseling individual yang dilakukan secara kelompok. Dalam pelaksanaan layanan konseling kelompok yang terpenting adalah tujuan atau maksud pemberian layanan tersebut kepada klien. Winkel (1991:488) memberikan rincian mengenai tujuan layanan konseling kelompok yaitu:

1. masing-masing anggota kelompok memahami dirinya.
2. para anggota kelompok mengembangkan kemampuan berkomunikasi.
3. para anggota kelompok memiliki kemampuan mengatur dirinya sendiri.
4. para anggota kelompok lebih peka terhadap kebutuhan orang lain.
5. masing-masing anggota kelompok menetapkan tujuan yang ingin mereka capai.

Layanan konseling kelompok membantu para anggota kelompok memahami dan menerima dirinya, selain itu anggota kelompok dapat berkomunikasi satu sama lain sehingga mereka dapat saling memberikan bantuan dalam menyelesaikan tugas perkembangan yang khas, dengan adanya konseling kelompok, para anggota kelompok dapat menentukan tujuan yang ingin dicapai yang diwujudkan dalam sikap dan perilaku yang lebih konstruktif. Berdasarkan pada penjelasan di atas maka dapat dirumuskan tujuan konseling kelompok kedalam dua tujuan yaitu tujuan secara umum dan tujuan secara khusus.

a. Tujuan Umum

tujuan umum layanan konseling kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa, khususnya kemampuan komunikasi peserta layanan. Dalam kaitan ini, sering menjadi kenyataan bahwa kemampuan bersosialisasi/berkomunikasi seseorang sering terganggu oleh perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang tidak objektif, sempit dan tidak efektif. Melalui layanan konseling kelompok hal-hal yang mengganggu atau menghimpit perasaan dapat diungkapkan, dilonggarkan, dan diringankan.

b. Tujuan Khusus

Tujuan khusus layanan konseling kelompok adalah terfokus pada pembahasan masalah pribadi individu peserta layanan. Melalui layanan kelompok yang intensif dalam upaya pemecahan masalah tersebut para peserta memperoleh dua tujuan sekaligus:

1. Berkembangnya perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap terarah kepada tingkah laku khususnya dalam bersosialisasi atau komunikasi, dan
2. Terpecahkannya masalah individu yang bersangkutan dan diperolehnya imbasan pemecahan masalah tersebut bagi individu-individu lain peserta layanan konseling kelompok.

d. Persiapan dan Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok.

1. Langkah awal

Langkah awal dimulai dengan penjelasan tentang adanya layanan konseling kelompok bagi para siswa, yang lebih rinci lagi dengan penjelasan tentang pengertian, tujuan dan kegunaan secara umum layanan tersebut. Setelah itu, merencanakan waktu dan tempat untuk menyelenggarakan kegiatan layanan konseling kelompok.

2. Perencanaan Kegiatan

Perencanaan kegiatan layanan meliputi penetapan:

1. materi layanan,
2. tujuan yang ingin dicapai,
3. sasaran kegiatan,
4. bahan atau sumber bahan untuk kelompok tugas,
5. rencana penilaian, dan
6. waktu dan tempat.

3. Pelaksanaan Tahap-Tahap Kegiatan Layanan Konseling Kelompok

Layanan konseling kelompok berlangsung melalui empat tahap. Tahapan-tahapan layanan konseling kelompok adalah sebagai berikut:

1. Tahap I: Pembentukan

a. Pengenalan dan Pengungkapan Tujuan

Dalam tahap pembentukan ini peranan pemimpin kelompok adalah:

1. Menjelaskan tujuan umum yang ingin dicapai melalui kegiatan kelompok itu dan menjelaskan cara-cara yang hendaknya dilalui dalam mencapai tujuan itu.
2. Mengemukakan tentang diri sendiri yang kira-kira perlu untuk terselenggaranya kegiatan kelompok secara baik (antara lain, memperkenalkan diri secara terbuka, menjelaskan peranannya sebagai pemimpin kelompok, dan sebagainya), dan yang paling penting adalah:
3. Menampilkan tingkah laku dan komunikasi yang mengandung unsur-unsur penghormatan kepada orang lain (dalam hal ini anggota kelompok), ketulusan hati, kehangatan dan empati.

b. Terbangunnya Kebersamaan

Pemimpin kelompok harus mampu menumbuhkan sikap kebersamaan dan perasaan sekelompok, maka tugas pemimpin kelompok adalah merangsang dan menggairahkan seluruh anggota kelompok untuk mampu ikut serta bertanggung jawab dalam kegiatan kelompok. Penjelasan tentang asas kerahasiaan, kesukarelaan, kegiatan, keterbukaan, dan kenormatifan akan membantu masing-masing anggota untuk mengarahkan peranan diri sendiri terhadap anggota lainnya dan pencapaian tujuan bersama.

c. Keaktifan pemimpin kelompok.

Pemimpin kelompok perlu memusatkan usahanya pada :

1. Penjelasan tentang tujuan kegiatan,
2. Penumbuhan rasa saling mengenal antar anggota,
3. Penumbuhan sikap saling mempercayai dan saling menerima, dan saling menerima, dan
4. Dimulainya pembahasan tentang tingkah laku dan suasana perasaan dalam kelompok.

d. Beberapa teknik

Teknik yang digunakan oleh pemimpin kelompok dalam tahap pembentukan

ini adalah sebagai berikut :

1. Teknik Pertanyaan dan jawaban

Salah satu teknik yang tersebut ialah para anggota menulis jawaban atas suatu pertanyaan pada selembar kertas yang disediakan oleh pemimpin kelompok.

2. Teknik perasaan dan tanggapan
3. Teknik ini ialah mempersilahkan atau meminta masing-masing anggota kelompok mengemukakan perasaan dan tanggapannya atas suatu masalah atau suasana yang mereka rasakan pada saat pertemuan itu berlangsung.
4. Teknik permainan kelompok

Permainan ini bertujuan untuk mengakrabkan hubungan antar anggota kelompok dengan pemimpin kelompok, penghangatan dan keakraban.

Ciri – ciri permainan yang dapat menciptakan dan kesantiaian itu antara lain: diikuti oleh semua peserta; menggembirakan; sesuai dengan tingkat perkembangan peserta; tidak memakan banyak waktu; tidak melelahkan; sederhana dan mudah.

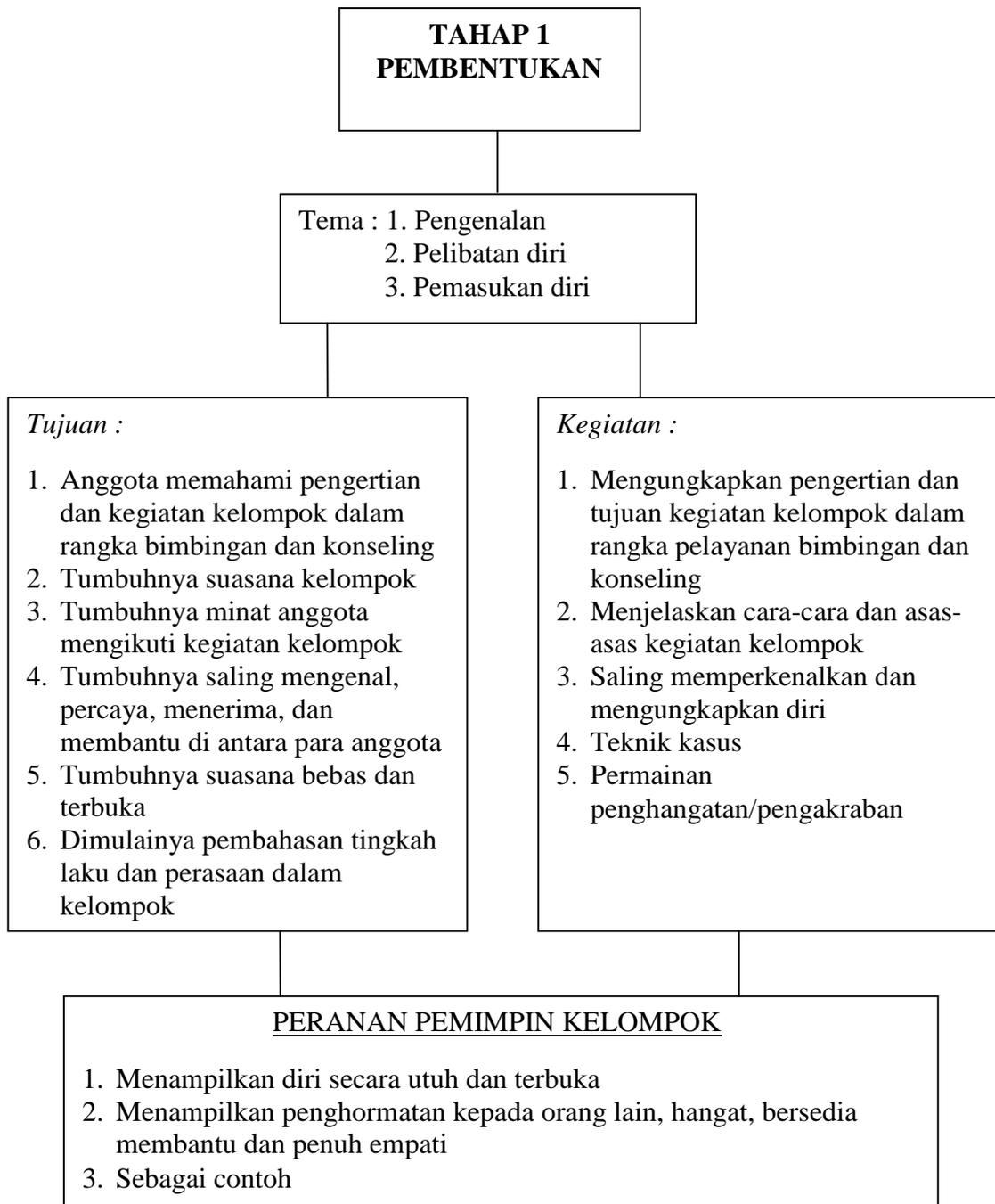
Permainan yang dapat diselenggarakan antara lain:

1. Permainan dod kelipatan tiga
2. Permainan anak kembar
3. Permainan bisik berantai
4. Permainan bunyi binatang
5. Permainan siapakah saya
6. Permainan mengapa karena
7. Permainan rangkaian nama

e. Pola Keseluruhan

Pola keseluruhan tahap pertama dapat disimpulkan ke dalam gambar 2 pada halaman berikut ini:

Tahap I : Pembentukan



Gambar 2.1. Tahap pembentukan Konseling Kelompok

2. Tahap II: Peralihan

a. Suasana Kegiatan

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, yaitu kegiatan inti dari keseluruhan kegiatan (dalam hal ini tahap ketiga). Untuk memasuki tahap inti, tahap peralihan perlu ditempuh. Pada tahap ini, pemimpin kelompok menjelaskan peranan anggota kelompok dalam kegiatan kelompok. Kemudian pemimpin kelompok menawarkan apakah para anggota sudah siap memulai kegiatan lebih lanjut. Tawaran ini mungkin menimbulkan rasa ketidakimbangan para anggota.

b. Suasana Ketidakseimbangan

Suasana ketidakimbangan secara khusus dapat mewarnai tahap peralihan ini. Seringkali terjadi konflik atau bahkan konfrontasi antara anggota kelompok dan pemimpin kelompok. Pemimpin kelompok seyogyanya tidak menjadi kehilangan keseimbangan. Tugas pemimpin kelompok dalam hal ini ialah membantu para anggota untuk menghadapi halangan, keengganan, sikap mempertahankan diri, dan ketidaksabaran yang timbul itu. Pemimpin kelompok perlu memanfaatkan dan mendorong para anggota yang secara sukarela bersedia mengutarakan (membukakan) diri berkenaan dengan suasana yang "mencekam" itu. Di sini pemimpin kelompok perlu lagi menunjukkan sikapnya yang hormat, tulus, hangat, dan penuh empati. Tanggapan-tanggapan pemimpin kelompok hendaklah lebih

diarahkan pada suasana perasaan dan belum pada hal-hal yang perlu dilakukan oleh kelompok.

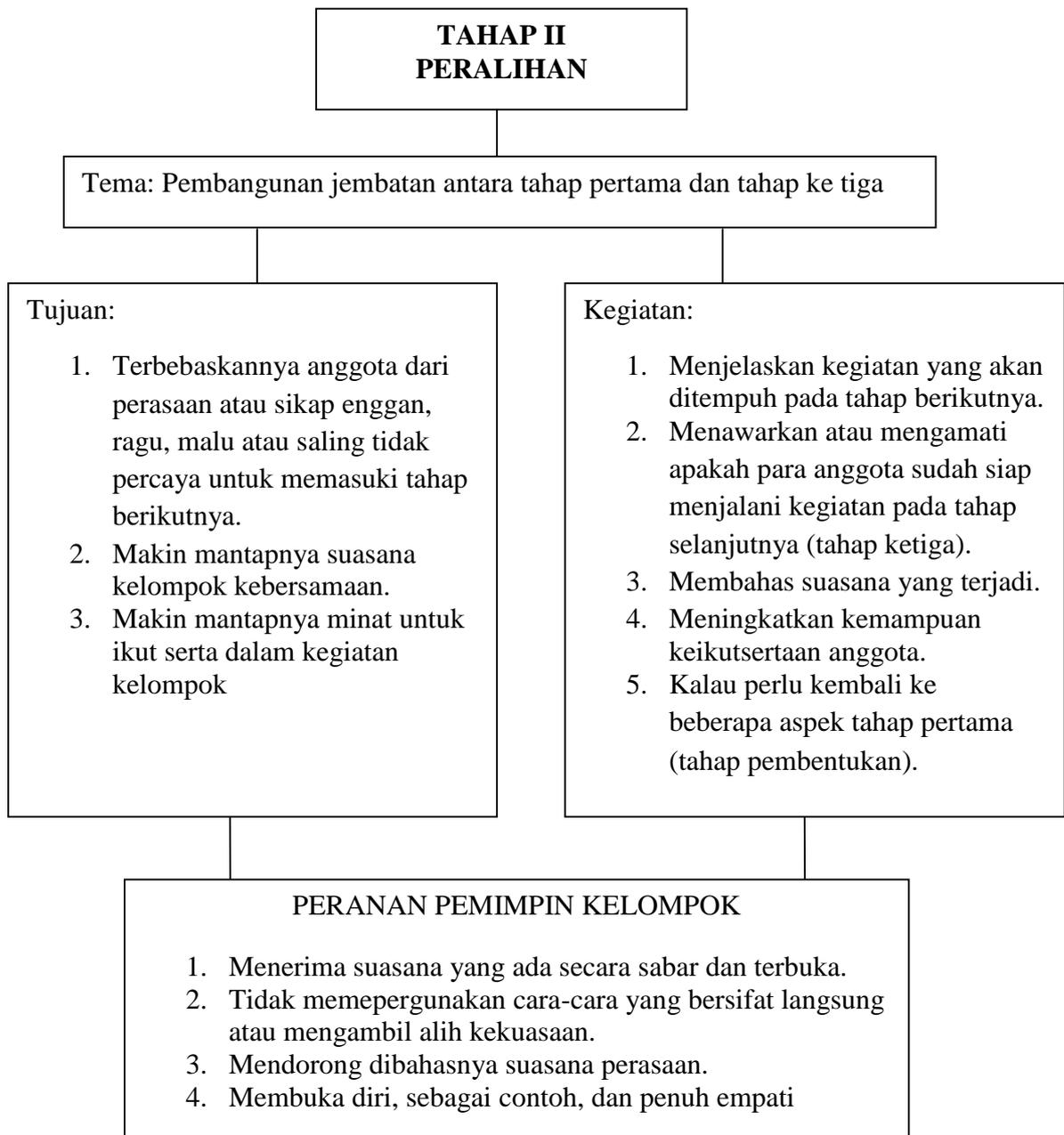
c. Jembatan Antara Tahap I dan Tahap III

Tahap kedua merupakan "jembatan" antara tahap pertama dan tahap ketiga. Adakalanya jembatan di tempuh dengan amat mudah dan lancar, artinya para anggota kelompok dapat segera memasuki kegiatan tahap ketiga dengan penuh kemauan dan kesukarelaan. Adakalanya pula jembatan itu ditempuh dengan susah payah, artinya para anggota kelompok enggan memasuki tahap kegiatan kelompok yang sebenarnya yaitu tahap ketiga. Dalam keadaan seperti ini pemimpin kelompok dengan gaya kepemimpinannya yang khas, membawa para anggota meniti jembatan itu dengan selamat. Kalau perlu, beberapa hal pokok yang telah diuraikan pada tahap pertama, seperti tujuan kegiatan kelompok, asas kerahasiaan, keterbukaan, diulangi, ditegaskan, dan dimantapkan kembali.

d. Pola Keseluruhan

Pola keseluruhan tahap kedua dapat digambarkan kedalam gambar 3 pada halaman berikut ini.

Tahap II : Peralihan



Gambar 2.2. Tahap Peralihan Konseling Kelompok

3. Tahap III: Kegiatan

a. Tahap Tiga sebagai Kelanjutan dari Tahap I dan Tahap II

Pada tahap ini sangat tergantung pada hasil dari dua tahap sebelumnya. Jika tahap sebelumnya berhasil dengan baik, maka tahap ketiga itu akan berlangsung dengan lancar. Dalam tahap ketiga ini saling berhubungan antar anggota kelompok tumbuh dengan baik. Saling tukar pengalaman dalam bidang suasana perasaan yang terjadi, pengutaraan, penyajian dan pembukaan diri berlangsung dengan bebas. Demikian pula, saling tanggap dan tukar pendapat berjalan dengan lancar. Para anggota bersikap saling membantu, saling menerima, saling menguat-menguatkan, dan saling berusaha untuk memperkuat rasa kebersamaan. Mereka membahas soal hal-hal yang bersifat "sekarang/kekinian dan disini."

b. Dinamika Kegiatan Kelompok

Sekarang kelompok benar-benar sedang mengarah kepada pencapaian tujuan. Peranan pemimpin kelompok tetap tut wuri handayani, terus menerus memperhatikan dan mendengar secara aktif, khususnya memperhatikan hal-hal atau masalah khusus disana-sini timbul yang kalau dibiarkan membesar dapat merusak suasana kelompok yang baik. Pemimpin kelompok harus bisa melihat siapa-siapa diantara anggota kelompok yang kira-kira telah mampu mengambil keputusan dan mengambil langkah tindak lanjut. Meskipun dalam tahap ketiga ini kelompok sudah dapat berjalan sendiri, namun peranan pemimpin kelompok tetap penting. Ia merupakan kendali dan titik pusat kesatuan dan kebersamaan dalam kelompok. Pemimpin kelompok telah menjelaskan pada awal tahap kedua (tahap

peralihan) tentang jenis kegiatan kelompokmapa yang akan dijalani oleh kelompok pada tahap ketiga.

c. Kegiatan Kelompok

1. Pengemukakan masalah

Pada tahap ketiga kelompok bebas dimulai dengan pengemukakan topik permasalahan oleh anggota kelompok. Dalam hal ini anggota kelompok akan mengemukakan masalah yang sedang dialaminya sendiri, yaitu masalah pribadinya. Dengan mengemukakan masalah pribadinya itu anggota yang bersangkutan mengharapkan agar rekan-rekannya sekelompok bersedia membantunya memecahkan masalah yang dikemukakanya itu. Apabila masing-masing kelompok mengemukakan satu permasalahan atau topik, maka akan terkumpulah maslah-masalah sebanyak anggota. Semua masalah itu direkam secara baik oleh seluruh anggota kelompok, terutama oleh pemimpin kelompok. Pemimpin kelompok berkewajiban memhami intisari setiap masalah/ topik dan mengajak seluruh anggota merenungkan (selam kira-kira 30-60 detik) masing-masing masalah.

2. Pemilihan masalah

Kegiatan selanjutnya ialah membahas masing-masing masalah itu satu persatu. Masalahnya ialah, semua masalah tidak dapat dibahas sekaligus. Dalam hal ini tugas kelompok adalah menentukan masalah mana yang akan dibahas terlebih dahulu.

3. Pembahasan Masalah

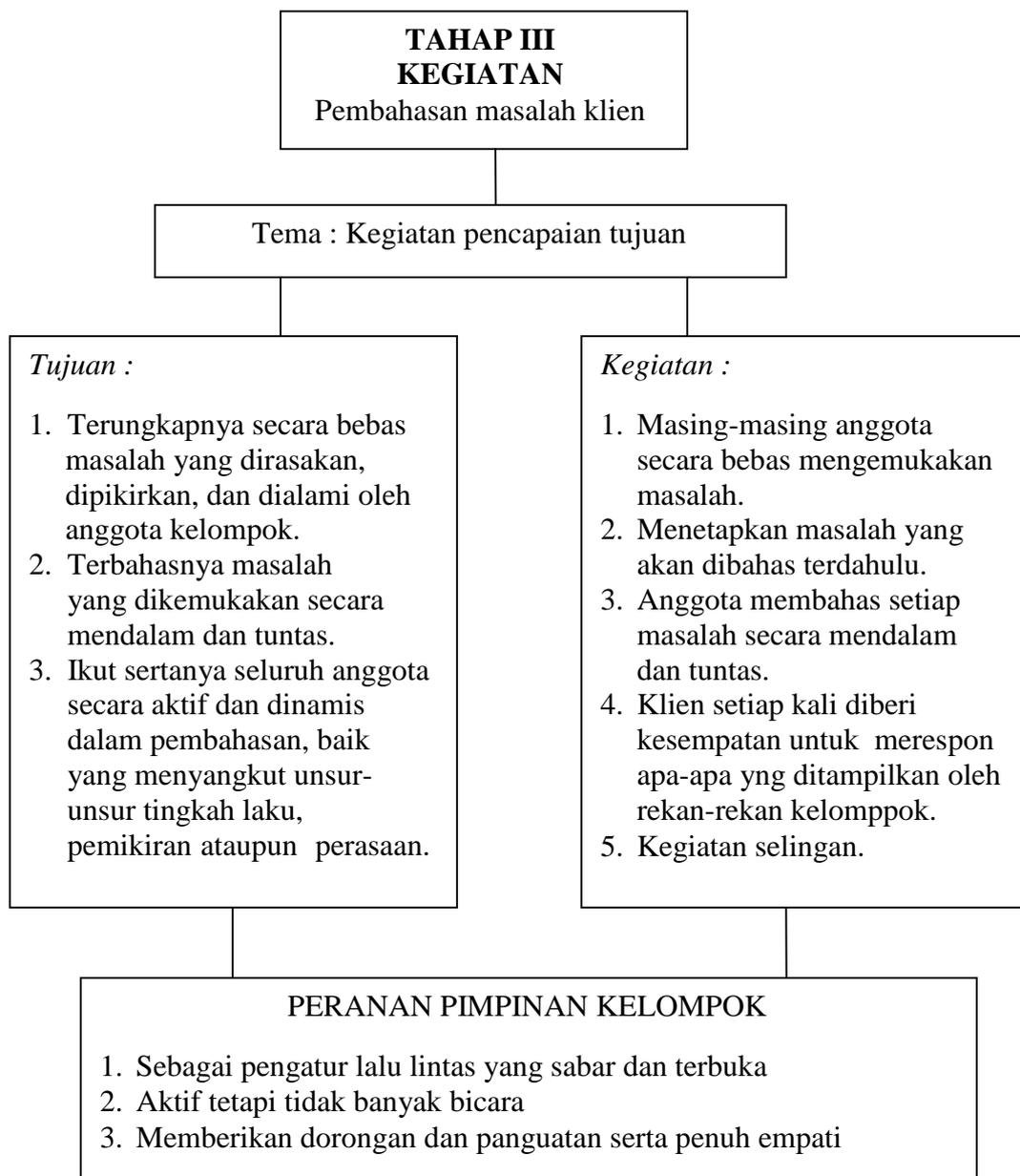
Pembahasan masalah dilakukan secara bebas dan dinamis. Bebas artinya setiap anggota kelompok dapat mengemukakan apa saja berkenaan dengan masalah yang dibahas. Sedangkan dinamis maksudnya hal-hal yang dikemukakan oleh para anggota kelompok itu hendaknya bermanfaat dan diarahkan untuk setapak demi setapak berusaha mendalami dan atau memecahkan masalah tersebut. Pemimpin kelompok hendaknya tidak membiarkan ada anggota yang tidak mengemukakan pendapat.. Anggota anggota yang kurang berani berbicara memerlukan bantuan kelompok sebagai media tempat mereka melatih diri berkomunikasi langsung dengan orang lain secara terbuka.

Pembahasan dari segi proses merupakan media bagi anggota kelompok untuk mengembangkan diri dalam kemampuan berkomunikasi dengan orang lain secara langsung dan terbuka. Dari segi isinya, pembahasan masalah merupakan area untuk mengusahakan pendalaman dan pemecahan masalah. Untuk masalah yang bersifat pribadi, pembahasannya megarah kepada terbebaskannya anggota yang bersangkutan dari masalah yang membebaninya.

d. Pola Keseluruhan

Pola keseluruhan tahap ketiga dapat digambarkan kedalam gambar 4 berikut ini,

Tahap III : Kegiatan



Gambar 2.3. Tahap Kegiatan Konseling Kelompok

4. Tahap IV: Pengakhiran

a. Frekuensi pertemuan

Keberhasilan suatu kelompok tidak diukur dari banyak kalinya kelompok itu bertemu. Kelompok yang bertemu 15 kali bisa saja mencapai hasil yang sama dengan kelompok yang bertemu hanya sebanyak 2 kali saja. Bahkan kelompok yang hanya melakukan satu kali pertemuan saja dapat mencapai hasil-hasil yang cukup berarti bagi para anggotanya.

Berkenaan dengan pengakhiran kegiatan kelompok, pokok perhatian utama bukanlah pada berapa kali kelompok itu harus bertemu, tetapi pada hasil yang telah dicapai oleh kelompok itu ketika menghentikan pertemuan.

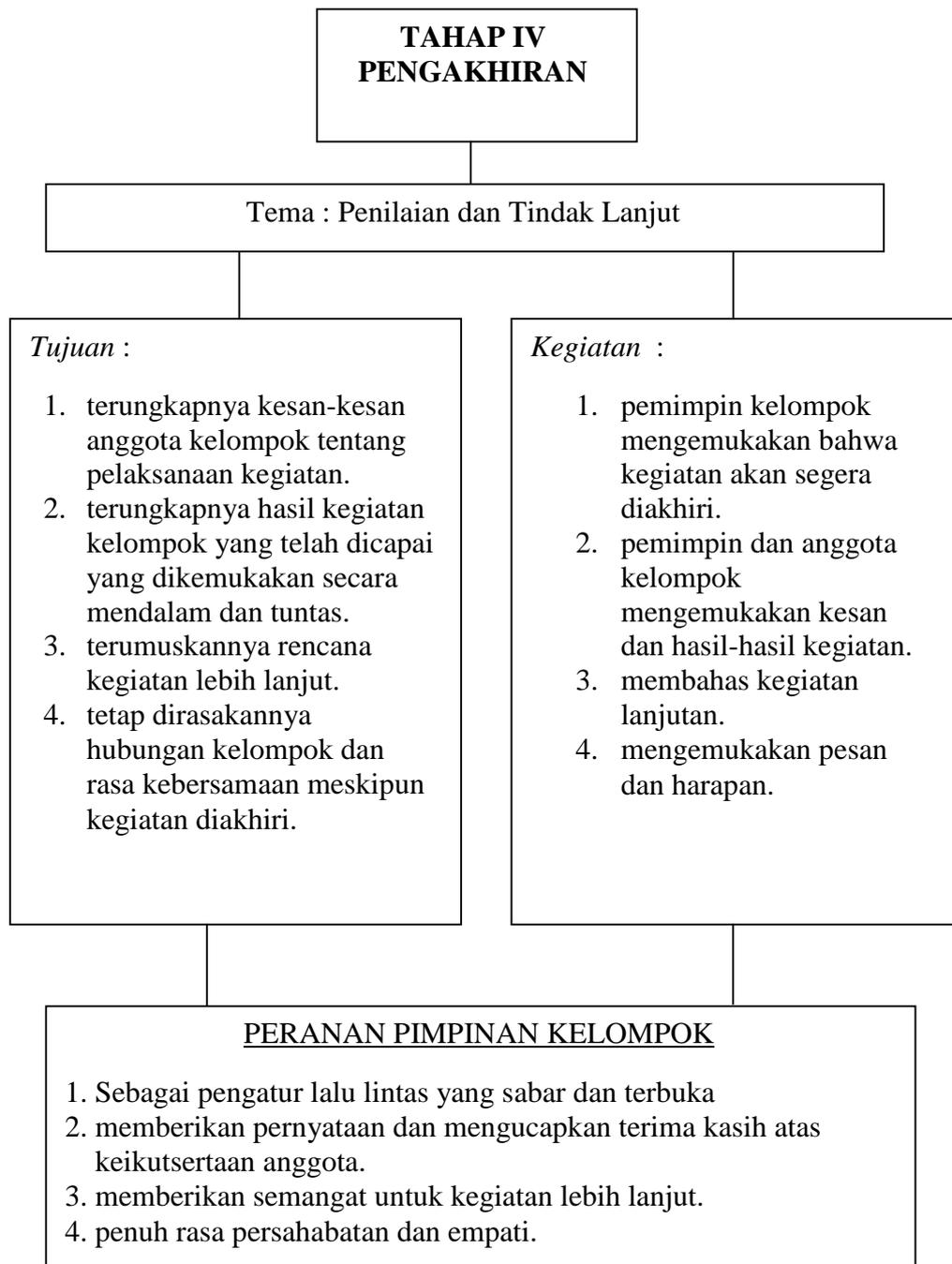
b. Pembahasan Keberhasilan Kelompok

Ketika kelompok memasuki tahap pengakhiran, kegiatan kelompok hendaknya dipusatkan pada pembahasan dan penjelajahan tentang apakah para anggota kelompok akan mampu menerapkan hal-hal yang telah mereka pelajari (dalam suasana kelompok), pada kehidupan nyata mereka sehari-hari. Peranan pemimpin kelompok disini ialah memberikan penguatan (*reinforcement*) terhadap hasil-hasil yang telah dicapai oleh kelompok itu, khususnya terhadap keikutsertaan secara aktif para anggota dan hasil-hasil yang telah dicapai oleh masing-masing anggota kelompok.

c. Pola Keseluruhan

Pola keseluruhan tahap keempat dapat digambarkan kedalam gambar 5 berikut ini

Tahap IV : Pengakhiran



Gambar 2.4. Tahap Pengakhiran Layanan Konseling Kelompok

d. Evaluasi Kegiatan

Penilaian hasil kegiatan konseling kelompok dapat diarahkan secara khusus kepada peserta yang masalahnya dibahas. Peserta tersebut diminta mengungkapkan sampai berapa jauh kegiatan kelompok telah membantunya memecahkan masalah yang dideritanya. Lebih jauh, penilai terhadap layanan tersebut lebih bersifat penialain dalam proses yang dapat dilakukan melalui:

1. Mengamati partisipasi dan aktivitas peserta selama kegiatan berlangsung.
- 2 Mengungkapkan pemahaman peserta atas materi yang dibahas.
3. Mengungkapkan kegunaan layanan bagi mereka, dan perolehan mereka sebagai hasil dari keikutsertaan mereka..
- 4 Mengungkapkan minat dan sikap mereka tentang kemungkinan kegiatan lanjutan.
5. Mengungkapkan kelancaran proses dan suasana penyelenggaraan layanan.

D. Kaitan Antara Konseling Kelompok dengan Pembentukan Sikap dan Kebiasaan Belajar

Belajar merupakan suatu usaha individu untuk memperoleh perubahan tingkah laku yang tidak baik menjadi baik. Individu dalam hal ini siswa, yang berhasil dalam belajar akan menunjukkan hasil belajar yang baik, seperti nilai rapor yang baik, naik kelas, rajin belajar, tepat mengerjakan tugas, dan sebagainya. Namun, banyak dijumpai siswa yang gagal dalam belajar, seperti nilai rapor buruk, tidak naik kelas, malas belajar, tidak mengerjakan tugas, tidak memperhatikan penjelasan guru, sering mengobrol dan sebagainya. Siswa yang gagal dalam belajar dapat dipandang siswa yang mengalami masalah belajar. Salah satu

masalah belajar yang sering dialami siswa adalah sikap dan kebiasaan belajar yang tidak baik. Sikap dan kebiasaan belajar merupakan kecenderungan perilaku seseorang dalam menentukan cara atau teknik yang menetap dalam mempelajari hal-hal yang bersifat akademik. Sikap dan kebiasaan belajar setiap siswa berbeda antara satu dengan yang lainnya, ada siswa yang memiliki sikap dan kebiasaan belajar yang baik dan ada siswa yang memiliki sikap dan kebiasaan belajar yang tidak baik. Prayitno (1999:280) menyatakan bahwa "siswa yang memiliki sikap dan kebiasaan yang kurang baik merupakan masalah belajar bagi siswa, karena akan mempengaruhi hasil belajarnya". Berkaitan dengan ini, perlu adanya usaha layanan yang diberikan untuk siswa baik dari keluarga, guru dan konselor. Prayitno (1999:288) memberikan penjelasan bahwa guru dan konselor dapat memberikan rancangan layanan bimbingan belajar bagi siswa yang memerlukannya, baik layanan individual maupun kelompok, baik dalam bentuk penyajian klasikal, kegiatan kelompok belajar, bimbingan/konseling kelompok atau individual atau kegiatan lainnya. Layanan yang materinya lebih banyak menyangkut penguasaan bahan pelajaran menuntut peran guru lebih besar, sedangkan pelayanan yang menuntut pengembangan motivasi, minat, sikap dan kebiasaan belajar menuntut lebih banyak konselor.

Berkaitan dengan pembentukan dan perubahan sikap maka Gerungan (1989:155-156) memberikan penjelasan tentang hal-hal yang dapat mempengaruhi pembentukan dan perubahan sikap.

Pembentukan dan perubahan sikap dipengaruhi oleh faktor intern dan faktor ekstern, yaitu:

“ faktor intern erat hubungannya dengan motif-motif dan sikap-sikap yang bekerja dalam diri kita, pada waktu itu minat perhatian kita terhadap objek-objek tertentu. dalam faktor ekstern sikap dapat dibentuk dan di ubah dalam interkasi kelompok, dimana terdapat hubungan timbal balik yang langsung antara manusia karena komunikasi, dimana terdapat pengaruh (hubungan) langsung dari satu pihak saja”.

Berdasarkan pendapat dan keterangan di atas dapat diketahui bahwa pembentukan dan perubahan sikap tidak terjadi dengan sendirinya tetapi perlu adanya usaha baik diri individu maupun dari orang lain atau pengaruh luar. Usaha yang perlu dilakukan seseorang untuk membentuk sikap dan merubah sikap yang tidak baik menjadi baik adalah menumbuhkan minat dari dalam diri terhadap hal-hal yang positif, seperti minat belajar, dengan adanya minat belajar, seseorang akan melakukan kegiatan belajar dengan penuh semangat dan kesukaan dan dengan sendirinya akan terbentuk sikap dan kebiasaan belajar yang baik. Selain itu perlu adanya usaha dari luar seperti bantuan dari guru dan konselor dalam memecahkan masalah belajar siswa seperti dilakukannya konseling kelompok.