

## **PROGRAM BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENGEMBANGKAN SIKAP DAN KEBIASAAN BELAJAR SISWA**

**Sabrina Dachmiati**

Program Studi Bimbingan dan Konseling

FIPPS Universitas Indraprasta PGRI

[Sdachmiati@yahoo.co.id](mailto:Sdachmiati@yahoo.co.id)

**Abstract:** This research is starting from tendency of negative attitude and negative student's habits. The purpose of this research producing group mentoring programme to develop student's learning attitude and habits, and to compile the program researcher require a profil of student's attitude and student's learning habit. Method used is qualitative and quantitative with action research strategy. Data collection is carried out with attitude inventory, habits inventory, interview and observation. The result obtained are negative attitude in learning, specifically for attitude to task, attitude to teacher, attitude in class and attitude of facing examination. In addition, students habits in learning are still negative in particular habit of using his/her free time. This research recommended the group mentoring programme as reference and guidelines to enhance student's learning attitude and habits.

**Key words:** The guidance group., attitude., Learning habits

**Abstrak:** Penelitian ini bertitik tolak dari kecenderungan sikap dan kebiasaan belajar siswa yang negatif. Tujuan penelitian ini menghasilkan Program Bimbingan Kelompok Untuk Mengembangkan Sikap dan Kebiasaan Belajar Siswa dan untuk menyusun program tersebut peneliti memerlukan profil sikap dan kebiasaan belajar siswa. Metode yang digunakan adalah kuantitatif-kualitatif dengan strategi action research. Pengumpulan data dilakukan dengan inventori sikap, inventori kebiasaan, wawancara dan observasi. Hasil yang diperoleh adalah sikap belajar negatif khususnya sikap terhadap tugas, sikap terhadap guru mata pelajaran, sikap belajar di kelas, sikap menghadapi ujian/ulangan. Selain itu kebiasaan belajar siswa masih negatif khususnya kebiasaan menggunakan waktu luang untuk belajar dan kebiasaan belajar di rumah. Penelitian ini merekomendasikan program bimbingan kelompok sebagai acuan dan pedoman untuk meningkatkan sikap dan kebiasaan belajar siswa.

**Kata kunci :** bimbingan kelompok., sikap., kebiasaan belajar

## PENDAHULUAN

Belajar, perkembangan dan pendidikan merupakan hal yang menarik untuk dipelajari. Ketiga gejala tersebut terkait dengan pembelajaran. Belajar dilakukan oleh siswa secara individu. Perkembangan dialami dan dihayati pula oleh individu siswa, sedangkan pendidikan merupakan kegiatan interaksi. Dalam kegiatan interaksi tersebut, pendidik atau guru bertindak mendidik peserta didik atau siswa. Tindak mendidik tersebut tertuju pada perkembangan siswa menjadi mandiri. Untuk dapat berkembang menjadi mandiri harus belajar. Sekolah sebagai tempat pencapaian pengetahuan pendidikan juga bertujuan mengembangkan siswa agar memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, berakhlak mulia, serta memiliki ketrampilan, untuk menghadapi tantangan global, hal ini ditegaskan dalam Undang-undang no 20 tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional pasal 1 ayat 1 (2003 : 3) menyatakan bahwa :

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta ketrampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.

Tujuan pendidikan, tidak hanya untuk pencapaian standar kemampuan akademis saja, tetapi diharapkan siswa mampu mengembangkan seluruh aspek kepribadian, sehingga siswa mampu menjadi generasi penerus yang memiliki pengetahuan, ketarampilan, kepribadian, sehat secara jasmani dan rohani serta

memiliki akhlak mulia berdasarkan ajaran agama.

Pembelajaran di sekolah bertujuan untuk keberhasilan siswa dalam pencapaian prestasi belajar yang ditandai dengan tercapainya Standar Kompetensi Lulusan (SKL) dan Standar Ketuntasan Belajar Minimal (SKBM). Untuk mencapai standar kelulusan dan standar kompetensi ini siswa dipengaruhi oleh berbagai faktor antara lain faktor *eksternal* atau disebut faktor luar yaitu faktor yang berasal dari luar individu seperti sarana belajar, ekonomi orang tua, lingkungan dan metode mengajar guru. Faktor *internal* atau faktor dalam yaitu faktor yang berasal dari dalam individu itu sendiri, seperti motivasi belajar, minat, tingkat kecerdasan, sikap dan kebiasaan belajar. Di sekolah sering ditemukan siswa yang memiliki tingkat intelegensi cukup, ekonomi orang tua memadai, lingkungan mendukung, namun prestasi belajarnya masih di bawah rata-rata atau dibawah potensinya hal ini dimungkinkan oleh faktor kebiasaan belajarnya kurang baik atau negatif.

Bimbingan kelompok merupakan upaya membantu individu dalam suasana kelompok agar individu dapat memahami dirinya mencegah serta memperbaiki dengan memanfaatkan dinamika kelompok agar individu yang bersangkutan dapat menjalani perkembangannya secara optimal. Bimbingan kelompok pada umumnya dengan memanfaatkan dinamika kelompok, kelompok yang dinamis adalah kelompok yang memiliki ciri-ciri sebagai berikut dalam makalah Prayitno, (1995:62) (1) saling hubungan yang dinamis, (2) tujuan bersama, (3) besarnya dan sifat hubungan dalam kelompok, (4) etiket dan sikap terhadap orang lain, (5) dan kemampuan mandiri.

Berdasarkan hasil pengamatan guru mata pelajaran di SMP Taruna Terpadu Bogor, masih sering ditemukan siswa yang

sikap dan kebiasaan belajarnya negatif, seperti : masih adanya siswa yang memiliki kebiasaan membolos pada pelajaran tertentu, tidak masuk sekolah tanpa keterangan, terlambat datang kesekolah, ribut / tidak memperhatikan disaat guru mengajar tidak mengerjakan pekerjaan rumah (PR), dan melupakan tugas-tugas sekolah lainnya, mereka lebih menyukai mangkir dari sekolah dan bermain *game*, *internet*. Sikap dan kebiasaan belajar siswa yang negatif atau ragu-ragu dimungkinkan dapat mengakibatkan prestasi belajar rendah atau prestasi di bawah potensi yang dimilikinya.

Menurut catatan guru pembimbing bahwa sikap, kebiasaan siswa yang malas belajar ini akibat dari perasaan takut pada guru, karena guru sering marah di kelas, guru pilih kasih, serta sikap orang tua yang kurang memberi dukungan pada anaknya akibat minimnya pemahaman terhadap pendidikan, keadaan ekonomi orang tua, sehingga orang tua tidak dapat mencukupi kebutuhan sekolah anaknya.

Guru pembimbing sebagai personil yang dapat memahami karakter, kepribadian, sikap dan kebiasaan siswa hendaknya memiliki program yang dapat mengembangkan potensi siswa dengan melalui berbagai layanan bimbingan dan konseling yang meliputi masalah belajar, sosial, pribadi maupun karir, dan berdasarkan penelitian ini program pengembangan sikap dan kebiasaan belajar di SMP Taruna Terpadu Bogor ini sangat diperlukan dan dibutuhkan.

Prestasi belajar yang rendah juga dapat diakibatkan dari sikap belajar atau adanya kekacauan belajar (*learning disorder*). Hal ini terjadi karena proses belajar terganggu akibat timbulnya respon yang bertentangan dari persepsi. Siswa dalam menyikapi pembelajaran di kelas kurang positif, sehingga kurang dapat menangkap pelajaran dengan jelas. Akibatnya hasil belajar yang dicapai lebih

rendah dari potensi yang dimilikinya, dan untuk mengatasi masalah tersebut diperlukan adanya program bimbingan kelompok yang dapat meningkatkan sikap dan kebiasaan belajar siswa.

Sehubungan dengan permasalahan di atas, yaitu rendahnya prestasi belajar siswa yang diperkirakan akibat dari sikap dan kebiasaan belajar yang kurang positif maka diperlukan program bimbingan kelompok untuk mengembangkan sikap dan kebiasaan belajar yang positif.

Dengan demikian, penulis tertarik untuk mengadakan penelitian mengenai Program Bimbingan Kelompok Untuk Mengembangkan Sikap dan Kebiasaan Belajar Siswa. Penelitian ini diarahkan untuk mengungkapkan profil sikap dan kebiasaan belajar siswa serta program layanan Bimbingan kelompok yang dapat mengembangkan sikap dan kebiasaan belajar siswa, untuk mencapai tujuan penelitian tersebut peneliti berusaha memahami terlebih dahulu mengenai berbagai permasalahan yang hendak diteliti, antara lain: (1) Seperti apa profil sikap dan kebiasaan belajar siswa di SMP Taruna Terpadu Bogor? (2) Program Bimbingan kelompok seperti apa yang dapat mengembangkan sikap dan kebiasaan belajar siswa SMP Taruna Terpadu Bogor?

## TINJAUAN PUSTAKA

### Program Bimbingan Kelompok

Kegiatan bimbingan kelompok akan terlihat hidup jika di dalamnya terdapat dinamika kelompok. Dinamika kelompok merupakan media efektif bagi anggota kelompok dalam mengembangkan aspek-aspek positif ketika mengadakan berbagai kegiatan dengan orang lain sebagai anggota kelompoknya.

Prayitno (1995: 178) mengemukakan bahwa Bimbingan kelompok adalah Suatu kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Artinya, semua peserta dalam

kegiatan kelompok saling berinteraksi, bebas mengeluarkan pendapat, menanggapi, memberi saran dan lain-lain sebagainya; apa yang dibicarakan itu semuanya bermanfaat untuk diri peserta yang bersangkutan sendiri dan untuk peserta lainnya.

Pelaksanaan program bimbingan kelompok diperlukan adanya persiapan dan proses kegiatan berlangsung mulai dari awal hingga evaluasi dan tindak lanjut. Langkah-langkah tersebut menurut Juntika (2005: 18-25) adalah sebagai berikut :

1. Langkah awal, dilaksanakan untuk pembentukan kelompok dan dilanjutkan dengan penjelasan tentang adanya layanan bimbingan kelompok, pengertian, tujuan dan kegunaannya.
2. Perencanaan kegiatan, meliputi penetapan materi layanan, tujuan yang akan dicapai, sasaran kefiatan, fasilitas atau sumber bahan yang digunakan dalam bimbingan kelompok, rencana penilaian dan waktu serta tempat pelaksanaan.
3. Pelaksanaan kegiatan, meliputi beberapa tahapan yaitu :
  - a. Persiapan yang harus dilaksanakan antara lain persiapan secara fisik (tempat dan bahan-bahan yang akan digunakan), persiapan bahan, persiapan keterampilan dan persiapan administrasi.
  - b. Pelaksanaan tahap-tahap kegiatan
    - 1) Tahap pembentukan, selain pembentukan kelompok tahap ini merupakan tahap pengenalan. Sedangkan kegiatannya meliputi menjelaskan pengertian dan tujuan, menjelaskan cara-cara dalam bimbingan kelompok, saling memperkenalkan dan mengungkapkan diri.
    - 2) Tahap peralihan, kegiatannya meliputi penjelasan kegiatan yang akan dilaksanakan berikutnya, memberikan penawaran tentang kesiapan untuk menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya, membahas situasi dan kondisi yang sedang terjadi, dan meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota.
    - 3) Tahap kegiatan, meliputi pengungkapan permasalahan, Tanya jawab antar anggota tentang permasalahan atau topik yang dibahas.
    - 4) Anggota membahas topik ataupun permasalahan secara lebih rinci lagi.
4. Evaluasi kegiatan, penilaian terhadap bimbingan kelompok berorientasi pada perkembangan yaitu mengenali kemajuan atau perkembangan positif yang terjadi pada diri peserta bimbingan kelompok. Penilaian itu dapat dilakukan melalui :
  - a. Pengamatan tentang partisipasi dan aktivitas peserta selama kegiatan berlangsung.
  - b. Mengungkapkan pemahaman peserta pada materi yang dibahas
  - c. Mengungkapkan kegunaan bimbingan kelompok
  - d. Mengungkapkan minat dan sikap mereka tentang kemungkinan kegiatan selanjutnya
  - e. Mengungkapkan kelancaran proses dan suasana pelaksanaan bimbingan kelompok.
5. Analisis dan tindak lanjut, hal ini dilakukan karena analisis tentang kemungkinan dilanjutkannya pembahasan permasalahan atau topik yang telah dibahas sebelumnya. Sedangkan tindak lanjut dapat dilaksanakan melalui bimbingan kelompok berikutnya atau kegiatan sudah memadai dan selesai sehingga upaya tindak lanjut dianggap perlu.

### Sikap Belajar

Sikap merupakan bentuk tingkahlaku individu untuk merespon situasi atau kondisi sehingga individu mau melakukan atau tidak melakukan sesuatu, berdasarkan pemahaman persepsi dan perasaannya, maka dalam penelitian ini sebelum penulis menjelaskan mengenai pengertian sikap belajar, Sikap belajar menurut Syamsu Yusuf, LN (2006 : 116) adalah

Kecenderungan seseorang untuk melakukan atau tidak melakukan kegiatan belajar, sebagai dampak dari suasana pemahaman perasaan (feeling) dan keyakinan tentang belajar atau dapat juga dikatakan sebagai kecenderungan seseorang dalam merespon tuntutan pembelajaran.

Sikap menurut Lawrence S.W (1977 : 317) *attitude is "a relatively enduring, organization of beliefs around an object or situation predisposing one to respond in some preferential manner"*, *These three stances are reflected by the three components of the most frequent conceptualization of an attitude the cognitive, the affective and the conatif component.*

Sikap dibentuk melalui tiga komponen kognitif, afektif dan konatif yang termasuk didalam komponen kognitif antara lain kepercayaan persepsi dan informasi, sedangkan komponen afektif merupakan lawan dari kognitif yaitu : berkenaan dengan emosi, suasana hati perasaan senang ataupun tidak senang dan komponen konatif berkenaan dengan satu kebijaksanaan yang berorientasi kepada sikap obyektif.

Aspek kognitif, afektif dan konatif merupakan aspek pembentuk sikap. Sikap positif terbentuk jika persepsi, informasi, menyenangkan, namun sebaliknya jika informasi, persepsi tidak menyenangkan maka secara obyektif individu akan bersikap menolak atau tidak mau melakukan.

Selanjutnya sikap menurut Mar'at (1981 : 11) adalah "suatu pre-disposisi atau tendensi yang berarti adanya kecenderungan tingkah laku untuk bertindak senang atau tidak senang terhadap obyek tertentu dan sikap memiliki tiga komponen yaitu kognisi, afeksi dan konasi.

Dari beberapa pengertian diatas peneliti mengartikan sikap adalah kecenderungan perilaku yang ditampilkan seseorang dalam menghadapi kondisi atau situasi tertentu berdasarkan pemahaman, persepsi, perasaan dan suasana hati, dalam menghadapi situasi atau kondisi tertentu individu menggunakan pemahamannya, keyakinannya dan perasaan serta emosinya untuk menolak atau tidak mau melakukan, menerima atau mau melakukan, serta ragu-ragu atau netral.

Sikap yang cenderung di tampilkan oleh individu dalam menghadapi keadaan tertentu atau dalam situasi dan kondisi tertentu dapat membentuk kebiasaan, Prayitno (2004:190) menyatakan "Tingkah laku yang cenderung selalu ditampilkan oleh indivdu dalam menghadapi keadaan tertentu, atau ketika berada dalam keadaan tertentu,di sebut kebiasaan".

### **Kebiasaan Belajar**

Tingkah laku yang cenderung selalu ditampilkan individu dalam menghadapi situasi atau kondisi tertentu disebut kebiasaan dalam proses pembentukan kebiasaan siswa tersebut dapat dilakukan dengan melalui kegiatan pembiasaan. Pembiasaan adalah kegiatan yang dikondisikan untuk selalu ditampilkan, seperti yang terdapat dalam buku Pedoman Pelaksanaan Pembiasaan Pusat Kurikulum (2005 : 3) menyebutkan pembiasaan adalah "proses pembentukan sikap dan perilaku yang relative menetap melalui pengalaman yang berulang-ulang sampai pada tahap otonomi (kemandirian)". Relatif menetap artinya sudah menjadi kebiasaan.

Pengalaman yang berulang-ulang adalah pengalaman yang dibentuk melalui proses pembelajaran, bukan merupakan hasil kematangan atau proses pemaksaan, proses pembelajaran ini akhirnya sampai pada tahap otonomi (kemandirian).

Tahap otonomi berarti sikap dari perilaku tersebut sudah menjadi bagian dari diri individu itu sendiri (internalisasi) yang ditandai dengan munculnya rasa bersalah (*quilty feeling*) apabila melakukan pelanggaran, berani menyatakan pendapat secara tegas (*asertif*) apabila situasi atau kondisi tersebut tidak sesuai dengan keyakinan dan perasaannya maka individu dengan tegas bisa menolak atau mengatakan “tidak” dan akan mengatakan setuju apabila sesuai dengan perasaan dan keyakinannya, mampu mengambil keputusan atas dasar pertimbangan yang matang dari diri sendiri, tanpa adanya intervensi dari pihak lain.

Kebiasaan merupakan perilaku individu yang selalu ditampilkan apabila individu tersebut menghadapi suatu situasi atau kondisi tertentu, maka kebiasaan ini perlu dibentuk dengan melalui kegiatan pembiasaan, Pusat Kurikulum dalam buku Pedoman Pembiasaan SMP/MTS (2005:11) menyatakan ada 4 bentuk kegiatan pembiasaan :

- a) Rutin yaitu kegiatan yang dilakukan secara regular baik di kelas maupun di luar kelas, di rumah ataupun di masyarakat seperti kebiasaan shalat, kebiasaan senam, pemeriksaan kesehatan, pergi ke perpustakaan, kebiasaan belajar dan lain sebagainya dengan tujuan agar siswa memiliki kebiasaan baik.
- b) Spontan yaitu kegiatan melatih siswa terbiasa secara spontan bersikap baik kepada siapa saja dimana saja dan kapan saja seperti tidak tergantung dengan waktu dan tempat seperti memberi salam, membuang sampah pada tempatnya, menolong teman yang

sakit bertanya secara baik dan lain sebagainya.

- c) Teladan yaitu kegiatan yang mengutamakan pemberian contoh dan teladan kepada siswa, seperti datang tidak terlambat, berpakaian rapi, menggunakan bahasa yang baik, sopan santun dan tata karma yang baik sesuai dengan norma yang ada.
- d) Terprogram yaitu kegiatan yang direncanakan dan di programkan secara berkala seperti seminar, kunjungan ke panti, aneka lomba, bazaar dan sebagainya,

Tujuan dari kegiatan Pembiasaan menurut Pusat Kurikulum (2005:3) secara umum bertujuan untuk “Mengembangkan potensi peserta didik secara optimal, yaitu menjadi manusia yang mampu menata diri dan menjawab berbagai tantangan dari dalam diri dan juga lingkungan secara adaptif dan konstruktif”.

Kebiasaan menurut Syamsu Yusuf, LN (2006:116) kebiasaan belajar adalah “perilaku (kegiatan) belajar yang relative menetap, karena sudah berulang-ulang (rutin) dilakukan, baik cara, strategi belajar, maupun pendekatan yang digunakan dalam belajar”.

Selanjutnya menurut Prayitno (2004:19) kebiasaan adalah sebagai berikut: Tingkah laku yang cenderung selalu ditampilkan oleh individu dalam menghadapi keadaan tertentu, atau ketika berada dalam keadaan tertentu. Kebiasaan ini dapat terwujud dalam tingkah laku nyata seperti memberi salam, tersenyum, ataupun yang tidak nyata seperti berfikir, merasakan bersikap. Sikap dan kebiasaan dalam kehidupan sehari-hari, seperti dalam hubungan sosial, mengikuti aturan, belajar serta sikap dan kebiasaan dalam menghadapi kondisi tertentu seperti: jatuh, sakit, menghadapi ujian, bertemu guru atau orang tua dan juga ketika menjumpai sesuatu yang menakutkan dan lain sebagainya.

Contoh siswa yang selalu datang tepat waktu, kemudian pada suatu hari terlambat, maka siswa tersebut merasa dirinya bersalah dan dengan tegas mampu mengutarakan alasannya terlambat dengan penuh tanggungjawab dan meminta maaf tanpa adanya intervensi dari pihak lain untuk membuat alasan yang direkayasa.

Paparan mengenai sikap dan kebiasaan yang dijelaskan diatas dapat membentuk kebiasaan siswa dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar di sekolah khususnya dan menjadikan "aktivitas kehidupan" sehari-hari, kehidupan pribadi seperti : makan, minum, tidur, shalat, berdoa, belajar mengikuti aturan, tata tertib dan norma-norma dan aktivitas lainnya.

## METODE

Penelitian ini dilakukan dengan rancangan *action research*, disebut *action research* karena penelitian ini dengan mengamati langsung sikap dan kebiasaan belajar siswa di sekolah, berdasarkan hasil pengamatan maka akan disusun dalam bentuk pengembangan metode atau program bimbingan kelompok untuk siswa yang memiliki rendahnya prestasi belajar, sementara untuk menganalisa peneliti menggunakan metode kuantitatif dan kualitatif, karena dalam penelitian ini peneliti menggunakan instrumen yang bersifat mengukur yaitu mengukur angket sikap belajar dan kebiasaan belajar. Kualitatif karena peneliti juga menggunakan pedoman wawancara, pedoman observasi dan hasilnya akan dijelaskan dalam bentuk laporan.

Data yang telah dikumpul dari angket kebiasaan belajar dan angket sikap belajar siswa kemudian dikelompokkan dan diurutkan berdasarkan jawaban siswa dengan menggunakan skala likert :

Menganalisa butir soal dengan menggunakan uji normalitas sebaran jawaban menurut Nana Syaodih (2005:242) Sedangkan untuk mencari signifikan butir

soal yang dinyatakan baik apabila  $t$  –nya signifikan. ( $\geq 0,99$ )

## HASIL dan PEMBAHASAN

### Gambaran Umum Mengenai Sikap Belajar Siswa

Tentang profil sikap belajar siswa di SMP Taruna Terpadu Bogor dilihat dari segi aspek yang diukur pada umumnya menunjukkan sikap belajar siswa negatif, namun jika dilihat yaitu mengenai ketercapaian sikap belajar berdasarkan sikap siswa per individu masih menunjukkan adanya siswa yang sikap belajarnya negatif yaitu 9 siswa (7,5%) dan siswa yang sikap belajarnya masih ragu-ragu atau netral sebanyak 76 siswa (63,3%).

Dengan demikian siswa yang sikap belajarnya masih harus dikembangkan adalah 85 siswa dari sampel penelitian sejumlah 120 siswa atau 70,8% dari sampel yang digunakan.

Adapun sikap belajar siswa yang harus dikembangkan berdasarkan hasil inventori sikap belajar siswa menunjukkan bahwa sikap mencakup tiga hal yaitu kognitif, afektif dan konatif.

- a. Sikap yang berkaitan dengan aspek kognitif
  - 1) Pemahaman terhadap tugas
  - 2) Pemahaman terhadap pentingnya mengerjakan dan memperbaiki tugas
  - 3) Pemahaman terhadap pentingnya belajar dirumah
  - 4) Keyakinan akan hasil pekerjaan/hasil belajar sendiri
- b. Sikap yang berkaitan dengan aspek afektif
  - 1) Berkenaan dengan suasana kelas
  - 2) Berkenaan terhadap metode mengajar guru
  - 3) Tugas yang menyenangkan
- c. Sikap yang berkaitan dengan aspek konatif
  - 1) Berkenaan dengan tempat duduk
  - 2) Membuat catatan dan mengerjakan tugas

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sikap adalah bentuk perilaku atau kesiapan antisipatif terhadap situasi dan kondisi, sebagai dampak dari pemahaman (*kognitif*), perasaan (*afektif*) dan *konatif* sebagai kebijaksanaan dalam menentukan sikap.

Dari gambaran profil sikap belajar dan profil kebiasaan belajar siswa tersebut kemudian peneliti tuangkan dalam bentuk program bimbingan kelompok di sekolah setelah diuji cobakan atau didesiminasikan ke sejumlah guru bimbingan dan konseling dalam hal ini guru bimbingan dan konseling di kabupaten bogor, sebagai uji validitas atau uji kelayakan program, dengan materi sebagai berikut :

1. Sikap siswa terhadap tugas/PR,
2. Sikap siswa dalam belajar di kelas,
3. Sikap siswa dalam menghadapi ujian/ulangan,
4. Sikap siswa terhadap guru
5. Sikap siswa terhadap mata pelajaran.

### **Gambaran Umum Mengenai Kebiasaan Belajar Siswa**

Gambaran umum menunjukkan bahwa masih ada beberapa aspek kebiasaan yang negatif diantaranya aspek kebiasaan belajar di rumah dan aspek kebiasaan belajar diwaktu senggang, dari gambaran mengenai profil kebiasaan belajar ini selanjutnya peneliti akan menyusun program bimbingan dan konseling yang dapat mengembangkan kebiasaan belajar siswa khususnya kebiasaan belajar di rumah dan kebiasaan belajar di waktu luang atau diwaktu senggang.

Dari gambaran profil sikap belajar dan profil kebiasaan belajar siswa tersebut kemudian peneliti tuangkan dalam bentuk program bimbingan kelompok di sekolah setelah diuji cobakan atau didesiminasikan ke sejumlah guru bimbingan dan konseling dalam hal ini guru bimbingan dan konseling di kabupaten bogor, sebagai uji validitas atau uji kelayakan program, dengan materi sebagai berikut :

1. Sikap siswa terhadap tugas/PR
2. Sikap siswa dalam belajar dikelas
3. Sikap siswa dalam menghadapi ujian/ulangan
4. Sikap siswa terhadap guru
5. Sikap siswa terhadap mata pelajaran

Selanjutnya dari angket kebiasaan belajar diperoleh gambaran tentang profil kebiasaan belajar siswa yang positif, negatif, kurang positif dan kebiasaan sedang atau kadang-kadang dinyatakan dalam frekuensi siswa dalam melakukan sesuatu dalam penelitian ini peneliti menyediakan empat pilihan selalu, sering, kadang-kadang, jarang dan tidak pernah. yang meliputi aspek sebagai berikut :

- a. Kebiasaan sebelum belajar
- b. Kebiasaan belajar di waktu senggang
- c. Kebiasaan belajar di kelas
- d. Kebiasaan dalam kelompok belajar
- e. Kebiasaan belajar di rumah

### **Profil Mengenai Sikap Belajar Siswa**

Jika peneliti amati bahwa profil sikap belajar di SMP Taruna Terpadu Bogor pada umumnya belum seluruhnya positif yaitu dari 120 sampel yang digunakan dalam penelitian menunjukkan 63,3% sikap belajar siswa ragu-ragu dan 7,3% dan sikap belajar siswa negatif. Siswa dinyatakan memiliki sikap positif apabila skor dari angket sikap  $\geq 53$ , diperoleh dari rata-rata skor siswa jika siswa memberikan jawaban setuju pada item pernyataan sikap maka siswa diberi skor dua dan jika jawaban siswa ragu-ragu maka diberi skor satu dan skor nol apabila siswa menyatakan tidak setuju.

Sikap belajar yang positif ditandai dengan tingkah laku sebagai berikut :

- 1) Sikap terhadap tugas :
  - a) Menganggap bahwa mengerjakan tugas (PR) adalah penting
  - b) Menyadari manfaat mengerjakan tugas/PR
  - c) Menyelesaikan tugas tepat waktu

- d) Mengerjakan tugas dengan tekun tanpa mengeluh
  - e) Menyenangi tugas, karena menganggap bahwa banyak tugas berarti banyak pengetahuan
- 2) Sikap belajar dikelas
- a) Menyenangi belajar di kelas walau suasana kelas kurang nyaman
  - b) Memperhatikan keterangan guru
  - c) Menyadari dan memahami bahwa mengikuti pelajaran di kelas merupakan kewajiban dan tanggung jawab
  - d) Duduk dan memperhatikan setiap keterangan guru
- 3) Sikap menghadapi ulangan/ujian
- a) Menghadapi ulangan dengan perasaan senang dan tenang
  - b) Menyiapkan diri sedini mungkin
  - c) Mengikuti ulangan penuh tanggung jawab
- 4) Sikap terhadap guru
- a) Menyenangi guru dan menghormati
  - b) Menyadari bahwa keterangan guru sangat penting diperhatikan
  - c) Berusaha menyesuaikan dengan kebiasaan guru
- 5) Sikap terhadap mata pelajaran
- a) Menyadari bahwa semua mata pelajaran penting.
  - b) Menyenangi semua mata pelajaran.

Sikap belajar siswa perlu dikembangkan karena sikap merupakan : suatu pola perilaku siswa dalam merespon situasi kondisi akibat dari keyakinan, kepercayaan, persepsi ( kognitif), perasaan, emosi (afektif) dan konatif, siswa akan bersikap positif terhadap mata pelajaran, positif terhadap tugas, positif terhadap pembelajaran di kelas, positif terhadap guru apabila tugas, mata pelajaran, tersebut sesuai dengan diyakini, dipahami, dimengerti, dirasakan manfaatnya dan sebaliknya siswa akan bersikap menolak apabila tugas, mata pelajaran, pembelajaran

di kelas tidak diyakini, dimengerti, dipahami dan dirasakan manfaatnya.

Sikap dapat dibentuk melalui informasi yang diterima berdasarkan pemahaman, persepsi, keyakinan (kognitif) siswa akan percaya apabila siswa memiliki informasi yang dapat meyakinkan dirinya bahwa belajar merupakan sesuatu yang harus dilakukan, dan perasaan, suasana hati, emosi (afektif) merupakan dampak dari kepercayaan, bila siswa percaya bahwa belajar merupakan sesuatu yang penting dalam mencapai tujuan belajar maka siswa akan merasa senang dan berdasarkan kepercayaan dan perasaan tersebut siswa akan bertindak (konatif) baik positif maupun negatif terhadap obyek atau belajar dan tindakan atau keputusan yang dilakukan tergantung pada persepsi dan perasaannya.

Sikap dapat menjadi positif jika informasi, persepsi yang diterima siswa memuaskan, menyenangkan berdasarkan perasaannya dan diyakini kebenarannya berdasarkan pengetahuannya dan pengalamannya, dan sebaliknya jika informasi yang diterima tidak memuaskan atau mengecewakan dan diyakininya kurang benar maka sikap yang muncul adalah penolakan atau adalah sikap negatif.

### **Profil Mengenai Kebiasaan Belajar Siswa**

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa kebiasaan belajar siswa di SMP Taruna Terpadu Bogor pada tahun ajaran 2010/2011 pada umumnya positif namun masih ada beberapa siswa yang memiliki kebiasaan belajar negatif dari sampel 120 siswa terdapat 10 siswa yang memiliki kebiasaan belajar negatif (8,4%) dan 0 siswa (0%) dan memiliki kebiasaan belajar yang sangat negatif serta 66 siswa (55%) menunjukkan kebiasaan belajar sedang atau kadang-kadang, sehingga bila diambil keseluruhan bahwa siswa yang masih perlu pengembangan lebih lanjut mengenai kebiasaan belajarnya

adalah 76 siswa (63,4%) dari sampel yang ada. Kebiasaan adalah perilaku yang selalu ditampilkan dan relatif menetap akibat dari pengalaman, hasil belajar yang berulang-ulang.

Dari hasil penelitian kebiasaan siswa yang negatif antara lain : yang ditandai dengan kebiasaan tidak mengerjakan tugas pada waktu yang tepat, siswa tidak menyiapkan tugasnya, menggunakan waktu luang hanya untuk bermain tidak untuk belajar, dan siswa berkebiasaan tidak belajar di rumah.

Kebiasaan berkaitan erat dengan sikap, karena sikap dapat terbentuk dari kebiasaan dan sebaliknya kebiasaan dapat mempengaruhi sikap. sikap yang selalu ditampilkan atau berulang kali ditampilkan lama kelamaan menetap, maka sikap tersebut menjadi kebiasaan. Siswa disebut biasa atau memiliki kebiasaan apabila dalam kurun waktu tertentu dalam penelitian ini peneliti menggunakan durasi waktu selama satu minggu siswa melakukan terus-menerus maka disebut "selalu" dengan diberi skor empat dan jika hanya melakukan empat sampai lima kali maka dinyatakan "sering" diberi skor tiga dan jika tiga kali maka dinyatakan "kadang-kadang" dengan diberi skor dua, jika siswa melakukan hanya satu sampai dua kali dalam seminggu dinyatakan "jarang" dengan skor satu dan jika tidak pernah melakukan maka dinyatakan tidak pernah dengan skor nol.

Ciri-ciri siswa yang memiliki kebiasaan belajar positif sebagai berikut :

- 1). Kebiasaan Belajar di Rumah
  - a) Selalu memanfaatkan waktu di rumah untuk belajar
  - b) Selalu membaca buku pelajaran
  - c) Selalu mengerjakan tugas / PR di rumah
  - d) Rutin belajar setiap malam 1-2 jam.
- 2). Kebiasaan Belajar di waktu senggang .
  - a) Selalu menggunakan jam istirahat untuk belajar

- b) Selalu menggunakan waktu / jam kosong untuk merangkum pelajaran.
  - c) Secara rutin mengunjungi perpustakaan atau belajar di perpustakaan.
- 3). Kebiasaan sebelum belajar
    - a) Selalu menyiapkan perlengkapan sekolah
    - b) Selalu datang ke sekolah tepat waktu
    - c) Duduk dengan tertib, santai tetapi penuh perhatian
    - d) Secara rutin berdoa dan membaca buku pelajaran
  - 4). Kebiasaan di kelas
    - a) Mengikuti pelajaran secara rutin.
    - b) Secara spontan dapat mengajukan dan menjawab pertanyaan guru
    - c) Selalu memperhatikan dan mengikuti pelajaran secara sungguh-sungguh.
    - d) Selalu membuat catatan dari semua mata pelajaran
    - e) Selalu membuat rangkuman dari setiap keterangan / penjelasan guru.
  - 5). Kebiasaan dalam belajar kelompok
    - a) Selalu aktif memberikan masukan pertanyaan ataupun jawaban
    - b) Selalu mengikuti kegiatan belajar kelompok
  - 6). Kebiasaan belajar bersama teman.
    - a) Selalu menghargai pendapat / jawaban teman
    - b) Tidak suka mengganggu / meminjam alat pelajaran pada teman
    - c) Selalu diskusi pelajaran dengan teman .
    - d) Sering belajar bersama teman dan membahas segala persoalan terkait masalah pelajaran.

Selanjutnya untuk mengetahui profil kebiasaan belajar siswa dilihat dari segi aspek pada umumnya menunjukkan kebiasaan positif hanya pada aspek tertentu dalam hal ini aspek kebiasaan belajar di rumah dan aspek kebiasaan menggunakan waktu luang masih menunjukkan negatif. Adapun kriteria kebiasaan positif apabila skor dari aspek kebiasaan dibawah rata-rata ideal, rata-rata ideal diperoleh dari jumlah

skor maksimum dibagi jumlah item per aspek.

Khusus pada penelitian di sini aspek kebiasaan belajar di rumah masih menunjukkan negatif dan aspek kebiasaan belajar di waktu senggang juga menunjukkan kebiasaan negatif maka kedua aspek ini perlu pengembangan lebih dulu dan lebih utama sebelum pengembangan aspek lainnya.

Teknik atau pendekatan yang digunakan peneliti dalam mengembangkan kebiasaan belajar siswa menggunakan bentuk atau teknik pembiasaan rutin, teladan, spontan dan terprogram, serta pendekatan *reinforcement*, *reward*, refleksi perasaan, penerimaan dan pelibatan dalam suasana dinamika kelompok.

Contoh : membiasakan siswa mengerjakan tugas : seorang guru secara rutin dan terprogram atau terjadwal dapat memeriksa hasil tugas, tanpa harus mencela apakah tugas siswa salah atau benar (*reward*) tetapi dengan pendekatan (*rapport*) siswa ditanya bagaimana perasaan siswa bila jawaban itu salah (refleksi perasaan) kemudian siswa dilibatkan dalam memecahkan masalah /soal (pelibatan) jika hal ini diulang-ulang maka siswa akan terbiasa mengerjakan tugas sendiri.

## SIMPULAN

*Pertama*, profil kebiasaan belajar siswa SMP Taruna Terpadu Bogor tahun ajaran 2010-2011 pada umumnya menunjukkan sikap belajar yang positif.

*Kedua*, ada dua aspek yang tergolong dalam kebiasaan belajar negatif, yaitu “aspek kebiasaan belajar di waktu senggang” dan “kebiasaan belajar di rumah”.

*Ketiga*, program bimbingan kelompok teruji efektif untuk mengembangkan sikap dan kebiasaan belajar di SMP Taruna Terpadu Bogor.

## Rekomendasi

*Pertama*, bagi guru bimbingan dan konseling, program bimbingan kelompok ini dapat digunakan sebagai alternatif yang dapat disesuaikan dengan kebutuhan siswa, sekolah dan kondisi lingkungan. Bimbingan kelompok tersebut dapat dirasakan oleh semua personil sekolah, dan dalam pelaksanaan kegiatannya guru pembimbing untuk mengembangkan sikap dan kebiasaan belajar siswa hendaknya berkolaborasi dengan wali kelas, guru mata pelajaran dan orang tua siswa.

*Kedua*, untuk Kepala Sekolah sebagai pemegang kebijakan disekolah hendaknya dapat memberikan kontribusi dalam penyediaan sarana dan dana untuk pelaksanaan kegiatan bimbingan dan konseling.

*Ketiga*, sudah saatnya guru-guru SMP Taruna Terpadu Bogor memahami sikap dan kebiasaan belajar siswa dalam menentukan materi dan metode mengajar sehingga akan menciptakan hubungan dan kondisi kelas yang menyenangkan, serta sedini mungkin guru mata pelajaran selalu berkolaborasi dengan guru bimbingan dan konseling disekolah dalam mengatasi masalah sikap dan kebiasaan belajar siswa.

*Keempat*, Untuk orang tua siswa selayaknya memiliki kepedulian terhadap sikap dan kebiasaan belajar anaknya dirumah dengan memberikan dukungan, bantuan baik material maupun moral kepada anak-anaknya serta dapat menyempatkan waktu untuk memberikan dorongan dan motivasi serta bimbingan kepada anaknya.

*Kelima*, para siswa sudah selayaknya dapat memanfaatkan waktu luang untuk belajar seperti membuat rangkuman, menyelesaikan tugas, merapikan catatan, dan mengembangkan sikap positif siswa perlu memahami memanfaatkan dan kegunaan belajar serta dapat menggunakan waktu istirahat untuk belajar atau mengunjungi perpustakaan.

*Keenam*, peneliti selanjutnya memperhatikan hasil penelitian ini, dapat dikemukakan tema-tema penelitian untuk lanjutan dengan menambahkan wilayah penelitian atau tema yang lebih khusus dari sikap dan kebiasaan belajar, seperti sikap terhadap guru, sikap terhadap mata pelajaran, hubungan antara sikap dan kebiasaan dan menggunakan teknik game "lima menit pertama" dan permainan "kursi kosong".

#### DAFTAR PUSTAKA

- Lembaga Informasi Nasional, (2003) . *UU RI No 20 Tahun 2003 Sistem Pendidikan Nasional*. Jakarta : Lembaga Informasi Nasional.
- Nurihsan, A. Juntika. (2005). *Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Latar Kehidupan*. Bandung : Aditama.
- Prayitno, (1995). *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (Dasar dan profil)*. Jakarta : Ghalia Indonesia.
- (2004). *Pengembangan Kompetensi dan Kebiasaan Siswa Melalui Pelayanan Konseling*. UNP: Sumatra Barat.
- Syaodih, Nana S (2005) *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung : Remaja Rosdakarya
- Wenzler H, et .el., 1993. *Permainan dan Latihan Dinamika Kelompok Proses Pengembangan Diri*. Jakarta : Gramedia.
- Willis, S Sofyan, (1985) *Sikap dan Kebiasaan Belajar siswa dihubungkan dengan Persepsi siswa tentang Kondisi Psycho Hygene dan Kondisi Psycho Hygene siswa*. Tesis pada FIP IKIP Bandung : tidak diterbitkan
- Wringhtsman S, Lawrence,(1977) *Social Psychology*, Colifornia : Publishing company.Inc
- Yusuf LN, Syamsu . (2006). *Program Bimbingan Konseling di sekolah*. Bandung : Pustaka Bani Quraisy