
PENINGKATAN PRESTASI BELAJAR MELALUI BIDANG BIMBINGAN PRIBADI DAN BIMBINGAN SOSIAL MATERI MENGATASI STRES DAN DEPRESI

Agusyan Dewit¹, Deka Ismi Mori Saputra²

SMA Negeri 12 Muara Bungo¹, Universitas Muhammadiyah Muara Bungo²

e-mail: agusyandewit2023@gmail.com¹, dekaismimori@gmail.com²

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh pembelajaran bidang bimbingan pribadi dan sosial selalu rendah, Peserta Didik mengalami kesulitan dalam memahami pembelajaran Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk membantu peserta didik untuk mengatasi bahwa layanan kelompok dapat meningkatkan prestasi belajar peserta didik dan untuk mengetahui cara memberi layanan kelompok agar dapat peningkatan prestasi belajar peserta didik. Penelitian ini menggunakan Rancangan Penelitian Tindakan (action research) berdasarkan pendekatan naturalistik-kualitatif. Pendekatan ini memandang kenyataan sebagai suatu yang berdimensi jamak utuh dan merupakan satu kesatuan. Hasil penelitian ini didapatkan bahwa layanan bimbingan kelompok dapat Meningkatkan Prestasi belajar Bidang bimbingan belajar pada materi mengatasi stres dan depresi peserta didik. Hal ini dilihat dari peningkatan hasil belajar siswa sebelum dan sesudah dilakukan perlakuan penelitian Tindakan kelas. sebelum penelitian nilai rata-rata siswa 59, Siklus I sesudah layanan kelompok nilai rata-rata siswa 76 dan pada Siklus II nilai rata-rata siswa 82,4.

Kata kunci: *prestasi belajar, bimbingan pribadi, stress dan depresi.*

ABSTRACT

This research is motivated by the fact that learning in the field of personal and social guidance is always low, students have difficulty understanding learning. The main aim of this research is to help students to overcome that group services can improve students' learning achievements and to find out how to provide group services so that they can increasing student learning achievement. This research uses an action research design based on a naturalistic-qualitative approach. This approach views reality as having complete plural dimensions and forming one unit. The results of this research show that group tutoring services can increase learning achievement in the field of tutoring in the topic of dealing with student stress and depression. This can be seen from the increase in student learning outcomes before and after classroom action research treatment. before the research the average student score was 59, in Cycle I after the group service the average student score was 76 and in Cycle II the average student score was 82.4.

Key words: *learning achievement, personal guidance, stress and depression.*

PENDAHULUAN

Sekolah sebagai salah satu lembaga yang menyelenggarakan pendidikan formal mempunyai peranan yang amat penting dalam usaha mendewasakan anak dan menjadikannya sebagai anggota

masyarakat yang berguna. Hal ini berarti sekolah turut pula bertanggungjawab tercapainya suatu tujuan, yang telah ditetapkan.

Perlu dipahami bahwa masing-masing individu memiliki karakter yang berbeda-beda ada yang memiliki daya

serap yang cepat ada yang sedang ada yang rendah. Karena perbedaan inilah yang dapat menimbulkan masalah kesulitan belajar sedang Peserta Didik yang pandai akan jenuh apabila proses pembelajaran disamakan dengan yang lambat belajar atau mengalami kesulitan belajar.

Oleh sebab itu agar proses belajar mengajar berjalan dan berhasil dengan baik perlu mengadakan bimbingan belajar dan motivasi agar Peserta Didik terdorong untuk melakukan kegiatan belajar dan penyesuaian diri terhadap lingkungan dimana Peserta Didik berada, guru harus memahami semua Peserta Didik dalam satu kelas yang menjadi tanggungjawabnya. dengan memahami ciri, sifat dan kemampuan masing-masing individu memudahkan guru dalam memberikan layanan kelompok belajar.

Belajar adalah inti dari kegiatan sekolah, maka guru berkewajiban untuk membantu mengatasi kesulitan belajar yang dihadapi Peserta Didik dengan cara memberikan bimbingan yang sesuai kesulitan yang dihadapi oleh Peserta Didik yang bersangkutan. ketercapaian perkembangan Peserta Didik diperlukan tiga komponen pokok: 1) program kurikulum; 2) administrasi, 3) bimbingan belajar yang terarah. ketiga komponen tersebut merupakan satu kesatuan yang integral.

Bimbingan di sekolah, sangat diperlukan guna membantu Peserta Didik dalam mengatasi permasalahannya, dalam masalah belajar atau masalah pribadi Peserta Didik. (Pedoman BP.SD, 1994). Bimbingan Peserta Didik harus memiliki prinsip dasar yang kuat sebagai landasan pelaksanaannya, sehingga layanan kelompok belajar merupakan salah satu program yang harus dilaksanakan di sekolah.

Sekolah merupakan salah satu sistem pendidikan, dihadapkan pada tugas pokok untuk meningkatkan kehidupan yang lebih baik, kecerdasan, ketrampilan serta budi pekerti yang luhur merupakan unsur daripada tujuan pendidikan di sekolah. guru berkewajiban untuk memberikan layanan kelompok belajar pada kesulitan yang sangat mendasar.

Layanan kelompok belajar ini diberikan secara khusus oleh guru kepada Peserta Didik yang mengalami kesulitan belajar dalam bidang pembelajaran ini, agar mereka dapat mandiri, memiliki kepercayaan diri, sehingga lama kelamaan mereka akan dapat memecahkan masalahnya sendiri.

Bimbingan Pribadi dan Sosialberfungsi untuk mengembangkan potensi manusia yang satu dengan yang lainnya berbeda. Potensi tersebut berkembang menjadi suatu kemampuan tertentu dalam sifat-sifat yang nampak pada diri seseorang tidak ada yang persis sama, itulah keunikan seseorang.

Dalam kehidupan sehari-hari keunikan, ciri-ciri dan kemampuan yang nampak kurang atau jelek, seseorang akan merasa rendah diri, menutup diri, maka dengan keunikan, ciri-ciri dan kemampuan yang nampak baik, seseorang akan merasa besar kepala, sombong dan acuh.

Pada Peserta Didik perlu memahami hal ini semua. Peserta Didik harus mampu mengembangkan sikap positif, menerima dengan lapang dada atas kekurangannya, berakal dan berusaha memperkecil atau mengatasi keurangan-keurangan tersebut. sebaiknya bersyukurlah bagi mereka yang memiliki kelebihan. ciri-ciri dan kemampuan yang kurang diterima dan dihargai dengan sikap yang wajar, arif, dan bijaksana, tidak perlu disesali yang

penting ada usaha untuk memperbaiki, sedangkan ciri-ciri dan kemampuan yang sudah baik harus dipelihara, dipertahankan dan ditingkatkan.

Tugas guru adalah menumbuh kembangkan modalitas Peserta Didik dengan layanan kelompok belajar sebab kenyataan di lapangan nilai pembelajaran bidang bimbingan pribadi dan sosial selalu rendah mencapai nilai rata-rata 59. dengan rendahnya nilai tersebut berarti Peserta Didik mengalami kesulitan belajar yang mendasar. karena rendahnya prestasi belajar ini merupakan salah satu indikasi bahwa Peserta Didik mengalami kesulitan belajar yang serius.

Melihat harapan dan kenyataan di lapangan seperti itu, maka penulis melakukan penelitian tindakan layanan bimbingan dan konseling yang berjudul: "peningkatan prestasi belajar melalui bidang bimbingan pribadi dan bimbingan sosial materi mengatasi stres dan depresi Peserta Didik Kelas XI IPS 3 SMA Negeri 12 Bungo".

Dengan harapan dapat memberikan salah satu alternatif sebagai solusi dalam upaya mengatasi kurang berhasilnya dalam pembelajaran Bidang Bimbingan Pribadi dan Sosial Kelas XI IPS 3, yang selama ini dikeluhkan oleh berbagai kalangan, baik orang tua, masyarakat, guru dan sekolah.

METODE

Penelitian ini menggunakan Rancangan Penelitian Tindakan (action research) berdasarkan pendekatan naturalistik-kualitatif. Pendekatan ini memandang kenyataan sebagai suatu yang berdimensi jamak utuh dan merupakan satu kesatuan.

Karena itu tidak mungkin disusun rancangan penelitian yang terinci. Rancangan penelitian berlangsung

selama proses penelitian berlangsung. Peneliti dan obyek yang diteliti saling berinteraksi yang proses penelitiannya dilakukan oleh peneliti (Sebagai salah satu tenaga pengajar di SMA Negeri 12 Bungo), dan berfungsi sebagai alat penelitian. Dengan perkataan lain dalam penelitian ini tidak ada alat penelitian yang baku yang telah disiapkan sebelumnya. Jenis penelitian yang digunakan di atas peneliti menggunakan jenis penelitian tindakan (action research). Peningkatan Prestasi Belajar Melalui Bidang Bimbingan Pribadi Dan Bimbingan Sosial Materi Mengatasi Stres Dan Depresi Peserta Didik Kelas XI IPS 3 SMA Negeri 12 Bungo

Dengan kata lain penerapan penelitian tindakan di dalam kelas diharapkan mampu mendorong guru memiliki kesadaran diri melakukan refleksi diri atau kritik diri terhadap aktivitas pembelajaran yang diselenggarakan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah data terkumpul, kemudian diadakan pengecekan apakah data yang terkumpul sudah lengkap sesuai dengan instrumen yang diajukan. Data tersebut terdiri dari hasil ulangan Peserta Didik selama dua siklus. Siklus I di layanan kelompok.

Siklus II sudah mendapat layanan kelompok dari guru, data dokumentasi rata-rata "sebelum" layanan kelompok agar lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 4.1 berikut ini:

Rekapitulasi Pengumpulan Data

No	Responden	Jumlah	Instrument		
			Angket	Evaluasi	Observasi
1	IPS 3 Guru	3	36	36	1
1		6	1	1	1

Jumlah	3 7	37	37	2
--------	--------	----	----	---

Observasi dokumentasi buku daftar nilai rata-rata kelas Bimbingan Pribadi dan Sosial Materi Psikologi Remaja = 59. "Sebelum diadakan bimbingan motivasi". Data menunjukkan hasil belajar Siklus 1 sesudah mendapat layanan kelompok mencapai rata-rata 75 dalam kategori baik, berarti ada peningkatan sebelum layanan kelompok mencapai 59 berarti ada peningkatan 16.

Hasil belajar Bidang Bimbingan Pribadi dan Sosial peserta didik Kelas XI IPS 3 beberapa peserta didik mencapai nilai sempurna, namun masih ada beberapa peserta didik yang mencapai rendah, (dibawah 60). Perlu perbaikan dan penyempurnaan siklus berikutnya. Diadakan refleksi atas dasar hasil temuan di lapangan dan rekomendasi Siklus I.

Rendahnya nilai peserta didik diperlukan layanan kelompok berprestasi. Data menunjukkan Hasil Belajar Siklus II mencapai rata-rata 83 meningkat dibanding Siklus I mencapai 76, berarti ada peningkatan sebesar 7. Berdasarkan hasil belajar Siklus I dan Siklus II, rekomendasi Siklus I, refleksi maka layanan kelompok baik untuk meningkatkan prestasi belajar peserta didik. Untuk mengetahui peningkatan hasil belajar dari masing-masing siklus dirangkum dalam tabel 4 berikut ini.

Tabel 4.4 Hasil Belajar Peserta Didik

No	Siklus	Nilai Rata-Rata
1	Siklus I	76
2	Siklus II	82.4

Tabel di atas dapat disimpulkan bahwa pada Siklus I nilai rata-rata 76 pada Siklus II meningkat menjadi 83,

nilai rata-rata Siklus II dibanding sebelum penelitian nilai rata-rata 82,4 berarti ada peningkatan dibanding Siklus I sebesar 17 cukup signifikan.

Dengan memperhatikan data hasil penelitian dan hasil belajar Siklus I dan Siklus II dibanding hasil belajar sebelum penelitian mencapai nilai rata-rata 59, Siklus I, 76, Siklus II mencapai rata-rata 82.4 maka ada peningkatan dibanding sebelum penelitian sebesar 16 cukup signifikan. Maka direkomendasikan bahwa layanan kelompok belajar baik untuk diterapkan pada pembelajaran Bidang Bimbingan Pribadi dan Sosial Materi Mengatasi stres dan depresi Kelas XI IPS 3 SMA Negeri 12 Bungo, Kabupaten Bungo

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan hasil belajar maka dapat disimpulkan sebagai berikut Layanan bimbingan kelompok dapat Meningkatkan Prestasi belajar Bidang Bimbingan Belajar pada Materi Mengatasi stres dan depresi peserta didik Kelas XI IPS 3 SMA Negeri 12 Bungo. sebelum penelitian rata-rata 59, Siklus II sesudah layanan kelompok nilai rata-rata 76, Siklus II 82,4.

Berdasarkan kesimpulan diatas maka disarankan agar prestasi belajar Bidang Bimbingan Belajar pada Materi Mengatasi stres dan depresi Kelas XI IPS 3 meningkat disarankan memberi layanan kelompok kepada seluruh peserta didik kelas XI baik IPA maupun IPS.

DAFTAR PUSTAKA

- Budi Santoso, D. 1992. Media Pembinaan Pendidikan, Fa Dian Indah Pustaka.
Badan Penelitian dan Pengembangan Pendidikan dan Kebudayaan, 2022, Bimbingan dan

- Penyuluhan, Depdikbud, Jakarta.
- Bagdan, R. dan Biklen, 2019, Kualitatif untuk Pendidikan : Pengantar Teori dan Metode Alih Bahasa Memandir, PAV, UT, Jakarta.
- Djamarah, S.B. 2019 Prestasi Belajar dan Kompensi Guna, Usaha Nasional.
- Depdikbud, 2022, Bimbingan dan Penyuluhan, Depdikbud, Jakarta.
- Depdikbud, 20`8, Pedoman Penilaian, Dirjen Dikdasmen, Jakarta.
- De Porter, B.M.S.S, Nourie, 2000, Quantum Teaching, Kaifa Bandung.
- Hopkind, D. 1985, A Teacher'S Guide to Classroom Research, Philadelphia, Open University Press, Milton Keynes.
- MC. Niff, J. 1992, Action Rersearch Principles and Practice, New York Rantidge Chapment dan Hall Inc.
- Nasution, S, 1992, Metode Penelitian-Naturalistik Kualitatif, Tarsito, Bandung. NDT; PPL, UNM Malang, 1993, Petunjuk Pelaksanaan PPL Keguruan IKIP Malang, Malang.
- Sudirman, AM. 1988, Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar Pedoman Bagi Guru dan Calon Guru, Rajawali Pers, Jakarta.
- Sutijono, S, 1991, Media Pembinaan Pendidikan, Fa Dian Indah Pustaka, Biletska,