

**PENERAPAN BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK DISKUSI MENGURANGI
KEJENUHAN BELAJAR SISWA KELAS VIII SMPN 16 SURABAYA**

**APPLICATION OF GROUP GUIDANCE WITH TECHNIQUE DISCUSSIONS TO
REDUCE BOREDOM LEARNING OF 8th GRADE STUDENTS IN SMPN 16
SURABAYA**

Bahasa Inggris opo

Muhamad Teguh Wicaksono

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya
Teguhwicaksono51@gmail.com

Wiryo Nuryono, S.Pd., M.Pd.

BK FIP Universitas Negeri Surabaya
wiryonuryono@unesa.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui untuk mengetahui pemanfaatan *bimbingan kelompok teknik diskusi untuk menurunkan kejenuhan belajar* pada siswa kelas 8 di SMP N 16 Surabaya. Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode penelitian eksperimen. Bentuk desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *one group pre-test and post-test design*. Alat pengumpul data yang digunakan adalah angket kejenuhan belajar siswa untuk memperoleh data tingkat kejenuhan belajar siswa kelas VIII di SMPN 16 Surabaya. Subyek dalam penelitian ini adalah 10 siswa dari kelas VIII A yang memiliki skor kejenuhan belajar kategori tinggi dan sedang. Teknik analisis data yang digunakan adalah *statistic no parametik* analisis uji tanda. Hasil analisis menunjukkan bahwa nilai $p = 0,001$ yang lebih kecil dari $\alpha = 0,05$. berdasarkan hasil ini maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Dari hasil perhitungan diketahui rata-rata pre-test 81,9 dan rata-rata post-test 60,2. Hipotesis penelitian ini yang berbunyi "penerapan bimbingan kelompok teknik diskusi mengurangi kejenuhan belajar siswa kelas VIII SMPN 16 Surabaya" dapat diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa "penerapan bimbingan kelompok teknik diskusi mengurangi kejenuhan belajar siswa kelas VIII SMPN 16 Surabaya".

Kata kunci : Bimbingan kelompok, Teknik Diskusi Kelompok, Kejenuhan Belajar

Abstract

This study aims to find the utilization of the guidance group technical discussions to reduce the saturation learn in grade 8 students at SMPN 16 Surabaya. This type of research is quantitative research with experimental research methods. Shape design used in this study is one group pre-test and post-test design. Data collection tool is questionnaire saturation learning students to obtain data saturation level of learning student grade 8 SMPN 16 Surabaya. Subjects in this study were 10 students of grade 8 who have saturation learning score high and moderate category. Data analysis technique used is nonparametric statistics the sign test analysis. The analysis showed that the value of $p = 0.001$ which is smaller than $\alpha = 0.05$. based on these results, then H_0 is rejected and H_a accepted. The calculation of the results of the average pretest 81.9 and the average post-test 60.2. The hypothesis of this study that says "application guidance group technical discussions to reduce boredom learning students grade 8 SMPN 16 Surabaya" acceptable, so that it can be concluded that "application guidance group technical discussions to reduce boredom learning students grade 8 SMPN 16 Surabaya".

Keywords: *Guidance Group, Mechanical, Discussion Group, Reduce Boredom Learning*

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan suatu hal yang tidak pernah lepas dari kehidupan

seorang individu. Sejak individu tersebut lahir hingga akhir hayatnya. Pendidikan juga merupakan suatu hal yang dibutuhkan untuk

seorang individu bisa menjadi pribadi yang berkualitas, artinya melalui pendidikan individu akan mampu untuk mengembangkan potensi yang dimilikinya dalam kehidupan.

Menurut Ratna (2014) Pendidikan merupakan hal utama yang sangat dibutuhkan oleh setiap orang. Dilihat dari tujuannya, pendidikan bertujuan untuk memanusiakan manusia dan menjadikan manusia peserta didik sebagai pribadi seutuhnya dan mampu bertanggung jawab terhadap keputusan-keputusan yang telah dibuatnya. Suatu pendidikan dikatakan berhasil jika tujuan-tujuan pendidikan itu dapat tercapai sepenuhnya, sehingga peran guru dan peserta didik sangat diperlukan dalam kegiatan pendidikan

Menurut Erickson mengatakan bahwa pendidikan yang baik dapat mempengaruhi perkembangan siswa. Siswa yang mendapatkan pendidikan sesuai dengan usianya akan dapat berkembang sesuai tugas perkembangannya. Menurut Erickson (Alwisol, 2009) tujuan perkembangan anak dibagi dalam 8 tahapan yaitu : Tahap I : Trust versus Mistrust (0-1 tahun), Tahap II: Autonomy versus Shame and Doubt (1-3 tahun), Tahap III : Initiative versus Guilt (3-6 tahun), Tahap IV: Industry versus Inferiority (6-12 tahun), Tahap V : Identity versus Identity Confusion (12-20 tahun), Tahap VI: Intimacy versus Isolation (masa dewasa muda, 20-30 tahun), Tahap VII: Generativity versus Stagnation (masa dewasa menengah, 30-65 tahun), Tahap VIII: Ego Integrity versus Despair (masa dewasa akhir, 65 tahun ke atas)

Menurut pemaparan diatas siswa SMP masuk pada tahapan ke 5 dalam hal fase perkembangannya namun, jika dilihat dari tugas perkembangannya siswa SMP masuk dalam tahap ke 4 yaitu tahap *Industry vs Inferiority* atau *School Age* dimana dalam tahap ini anak akan memperoleh kepuasan dan kesenangan dalam menyelesaikan tugas, khususnya adalah tugas akademik. Pada masa ini jika anak mendapatkan perlakuan yang baik maka akan membuat anak bangga terhadap prestasi yang didapatnya. Sebaliknya jika anak tidak mendapatkan perlakuan dengan baik dan tidak bisa mencapai apa yang bisa dicapai oleh teman-temannya maka akan membuat anak merasa lebih rendah daripada yang lainnya dan membuat anak menjadi jenuh dalam belajar.

Berdasarkan dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa standar keberhasilan sebuah pendidikan itu adalah bagaimana keaktifan siswa di dalam kelas, karena juga masih banyak dijumpai siswa yang hanya duduk, diam mendengarkan dan menulis. Hal tersebut terjadi karena adanya beberapa faktor misalnya, mata pelajaran yang tidak disukai, guru yang tidak disukai dan juga cara mengajar guru yang monoton. Dari beberapa faktor di atas maka akan menimbulkan kejenuhan belajar pada siswa,

Menurut Hakim (2000) kejenuhan adalah tekanan yang dirasakan individu untuk menerima informasi baru atau kondisi mental seseorang saat mengalami rasa bosan dan lelah yang amat sangat, sehingga enggan dan tidak bersemangat untuk aktivitas belajarnya..

Dari hasil studi pendahuluan dengan wawancara yang dilakukan dengan konselor di SMPN 16 Surabaya pada tanggal 16 November 2015 di ruang BK, menyatakan bahwa ada siswa yang mengalami kejenuhan belajar, yang terdapat pada kelas VIII B dan VIII J hal itu di tunjukkan dengan fenomena banyaknya siswa yang sering minta izin ke belakang, mengantuk di kelas, dan mengganggu teman saat pelajaran. Hal itu sering muncul ketika pada waktu pelajaran matematika yang di nilai guru mata pelajaran yang terlalu monoton dalam memberi/menyampaikan materi.

Peneliti juga melakukan observasi pengamatan langsung di lapangan selama Praktek Kerja Lapangan (PKL), yang dimana hasilnya beda dengan hasil wawancara yang telah dilakukan pada konselor yang sudah dilakukan. Yang menunjukkan siswa yang teridentifikasi mengalami kejenuhan belajar, misalnya adanya siswa yang masih di luar kelas padahal bel masuk sudah berbunyi dan dia akan masuk kelas jika gurunya sudah masuk ke kelas, bermain di luar kelas saat jam pergantian, gaduh saat guru memberikan materi di kelas entah itu berbicara dengan teman ataupun bermain sendiri di dalam kelas, yang lebih parahnya lagi dia melihat film di laptop dan bermain hp saat guru memberikan materi di dalam kelas. Dan juga sering membolos saat jam sekolah belum selesai/pulang. Dan hal itu terjadi pada kelas VIII A, VIII D dan VIII I. Menurut kurikulum 1994 bimbingan yang diberikan oleh guru BK adalah bantuan yang berupaya untuk menemukan pribadi, mengenal lingkungan, dan masa depan siswa. Maka dari

itu dapat disimpulkan bahwa tugas seorang guru BK dalam membimbing seorang siswa adalah agar mampu menemukan pribadi dirinya, mampu mengenal lingkungannya, dan menentukan masa depannya. Jadi pendekatan bimbingan konseling mempunyai beberapa layanan salah satunya adalah pendekatan bimbingan konseling dengan bimbingan kelompok melalui teknik diskusi kelompok yang dapat mengurangi kejenuhan belajar pada siswa (dalam Nursalim dan Suradi, 2005).

Menurut Hartinah Bimbingan Kelompok yaitu bimbingan yang dilaksanakan secara kelompok terhadap sejumlah individu sekaligus sehingga beberapa orang atau individu sekaligus dapat menerima bimbingan yang dimaksudkan. Bimbingan kelompok dilaksanakan jika masalah yang dihadapi beberapa murid relatif mempunyai kesamaan atau saling mempunyai hubungan serta mereka mempunyai kesediaan untuk dilayani secara kelompok. Sedangkan menurut MKDK (dalam Aidha, 2013) adapun tujuan digunakannya teknik diskusi kelompok yaitu pertama memberikan kesempatan pada setiap peserta untuk mengambil suatu pelajaran dari pengalaman teman-teman peserta yang lain dalam mencari jalan keluar suatu masalah, kedua memberikan suatu kesadaran bagi setiap peserta, bahwa setiap orang itu mempunyai masalah sendiri-sendiri. Apabila ada persamaan masalah yang diutarakan oleh salah satu anggota, hal ini akan memberi keringanan beban batin bagi anggota yang kebetulan masalah sama, ketiga mendorong individu yang tertutup dan sukar mengutarakan masalahnya untuk berani mengutarakan masalahnya dan keempat kecenderungan mengubah sikap dan tingkah laku tertentu setelah mendengarkan pandangan, kritikan atau saran dari anggota kelompok.

Menurut Hasibuan dan Moedjiono diskusi kelompok merupakan suatu proses dua atau lebih individual yang berinteraksi secara verbal saling berhadapan muka mengenai tujuan atau sasaran yang sudah tertentu mengenai cara tukar menukar informasi mempertahankan pendapat atau pemecahan masalah (dalam Mastutu 2014)..

RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan fokus permasalahan diatas didapatkan rumusan masalah “Apakah

penerapan Penerapan Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi Mampu Mengurangi Kejenuhan Belajar Siswa Kelas VIII di SMPN 16 Surabaya?”.

KAJIAN PUSTAKA

Menurut Widari (2014) berpendapat tentang kejenuhan merupakan keadaan kelelahan (*exhaustion*) pikiran, dan emosional dalam belajar sehingga tidak mendatangkan hasil. Mengandung indikator, kelelahan pikiran, kelelahan emosional, dan tidak mendatangkan hasil.

Menurut Reber (dalam Widari, 2014) peristiwa jenuh ini kalau dialami seorang siswa yang sedang dalam proses belajar (kejenuhan belajar) dapat membuat siswa tersebut merasa telah menyia-nyiakan usahanya. Kejenuhan belajar ialah rentang waktu tertentu yang digunakan untuk belajar, tetapi tidak mendatangkan hasil.

Berdasarkan beberapa pendapat tokoh tentang kejenuhan, maka dapat disimpulkan bahwa kejenuhan merupakan keadaan seseorang yang mengalami kondisi letih fisik, mental dan emosional ketika melakukan aktivitas tertentu sehingga tidak mendatangkan hasil yang diinginkan. Kondisi ini dapat dialami oleh setiap orang termasuk remaja sebagai siswa yang masih duduk di bangku pendidikan. Aktivitas utama siswa itu sendiri adalah belajar, yang juga rentan terjadinya kejenuhan dalam belajar.

Menurut Hakim (dalam Khusumawati 2014) Kejenuhan belajar juga mempunyai tanda-tanda atau gejala-gejala yang sering dialami yaitu timbulnya rasa enggan, malas, lesu dan tidak bergairah untuk belajar.

Menurut Hakim (dalam Khusumawati 2014) fenomena kejenuhan belajar. Proses belajar yang terus-menerus dilakukan para siswa serta tekanan-tekanan, baik dari dalam diri maupun lingkungannya untuk mencapai prestasi belajar yang maksimal dapat membawa siswa pada batas kemampuan jasmaniahnya. Pada akhirnya siswa mengalami kelelahan fisik dan emosi (mental), meningkatnya sikap depersonalisasi dan menurunnya keyakinan akademis. Meski harus diakui, kejenuhan belajar dapat dialami siapa saja. Siswa yang kemampuan akademiknya kurang ataupun siswa yang dianggap pintar sekalipun bisa mengalaminya. Banyaknya aktivitas dan

kegiatan di sekolah, serta tuntutan-tuntutan yang ada yang harus dialami oleh siswa dapat menyebabkan siswa mengalami gejala-gejala seperti siswa merasa kelelahan pada seluruh bagian indera, dan kurang bersemangat dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar, timbul rasa bosan, kurang termotivasi, kurang perhatian, tidak ada minat, serta tidak mendatangkan hasil. Dari gejala-gejala tersebut yang nampak dapat dinyatakan bahwa siswa sedang alami kejenuhan belajar. Dari situlah akibat yang dapat ditimbulkan karena siswa alami kejenuhan dalam belajarnya, adalah menurunnya nilai prestasi dalam belajar atau memiliki prestasi yang rendah dalam belajar, membolos masuk kelas, tidak disiplin, enggan untuk belajar, pasif di kelas, ramai di kelas, sering meninggalkan kelas, tidak mampu menjawab pertanyaan dan tidak mengerjakan PR, dll

Menurut Rosyidah (2012) dampak dari kejenuhan belajar sangat banyak. Mulai dari tidak produktifnya siswa karena merasa terbebani dengan tugas belajar yang sangat banyak dan potensi yang dimiliki siswa menjadi terhambat. Selain itu juga mengakibatkan proses belajar mengajar menjadi tidak efektif. Paling parah dari dampak kejenuhan belajar yaitu mengakibatkan psikologis siswa menjadi terganggu sehingga mempengaruhi kualitas dirinya, prestasi, dan masa depannya

Menurut Fathurrahman (2007) dalam mengatasi kejenuhan belajar ada beberapa cara yang bisa dilakukan. Diantaranya adalah:

a) Belajar dengan metode yang bervariasi, b) Belajar di Ruang yang Nyaman, c) Menciptakan suasana yang Menyenangkan di Ruang Belajar, d) Menteimbangkan kegiatan antara bermain dan belajar, e) Menentukan target dan motivasi diri.

Menurut Prayitno (1995) layanan bimbingan kelompok adalah suatu layanan bimbingan yang di berikan kepada siswa secara bersama-sama atau kelompok agar kelompok itu menjadi besar, kuat, dan mandiri. Layanan bimbingan kelompok dimaksudkan untuk mencegah berkembangnya masalah atau kesulitan pada diri konseli (siswa). Bimbingan kelompok dapat berupa penyampaian informasi atau aktivitas kelompok membahas masalah-

masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi dan masalah sosial.

Menurut Prayitno (1995) tahap pelaksanaan bimbingan kelompok ada empat tahapan, yaitu:

- 1) Tahap I Pembentukan
- 2) Tahap II Peralihan
- 3) Tahap III Kegiatan
- 4) Tahap IV Pengakhiran

Menurut Hasibuan & Moedjiono (dalam Fitriana, 2013) menyatakan bahwa diskusi adalah suatu cara membimbing lewat kelompok, dengan memberi kesempatan pada siswa nya untuk dapat mengutarakan pendapatnya, menyimpulkan mengenai suatu permasalahan atau menyusun berbagai alternatif suatu permasalahannya itu. Diskusi melibatkan semua anggota kelompok diikutsertakan secara aktif dalam mencapai kemungkinan pemecahan masalah secara bersama-sama mengutarakan masalahnya, mengutarakan ide-ide, mengutarakan saran-saran saling menanggapi satu dengan yang lain dalam rangka pemecahan masalah yang dihadapi.

Sedangkan menurut Mufidah (2010) diskusi kelompok adalah suatu teknik bimbingan kelompok yang terdiri dari tiga orang atau lebih, yang dilaksanakan dengan maksud agar sebagai anggota kelompok dapat mengumpulkan pendapat, membuat kesimpulan, dan memecahkan masalah yang dihadapi dengan jalan mendiskusikan masalah tersebut secara bersama-sama di bawah pimpinan seorang pemimpin.

Berdasarkan pendapat diatas maka dapat disimpulkan bahwa pengertian diskusi kelompok adalah suatu teknik atau cara dalam bimbingan kelompok yang terdiri dari tiga orang atau lebih yang dilaksanakan dengan tujuan agar setiap anggota kelompok dapat berpendapat dan memecahkan suatu persoalan secara bersama-sama. Dalam diskusi kelompok, anggota kelompok satu dengan yang lain saling menyumbangkan ide, berbagi saran, menanggapi pendapat, dan mengutarakan masalah yang sedang dialami.

Layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi merupakan layanan yang diberikan kepada sekelompok individu sebagai upaya untuk membantu memecahkan persoalan yang sedang dihadapi oleh individu didalam kelompok tersebut. Dengan menerapkan teknik diskusi kelompok, persoalan ataupun

permasalahan dapat dibahas dan didiskusikan secara bersama-sama dengan menyumbangkan ide-ide dan pendapat-pendapatnya. Sehingga setiap anggota kelompok bisa saling menanggapi, saling mengerti, saling memahami pendapat dari anggota satu ke anggota yang lain. Dinamika kelompok yang terjadi dalam penerapan layanan bimbingan kelompok ini, akan mampu memberikan pemahaman tentang suatu persoalan yang sedang dibahas kepada setiap anggota kelompok. Oleh sebab itu, diharapkan setiap anggota kelompok bisa menambah wawasan dan pengetahuan sehingga dapat menentukan sikap terhadap persoalan yang sedang dialami bersama.

Berdasarkan penjelasan diatas, layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi akan dapat membantu siswa yang sedang mengalami kejenuhan belajar akibat kemampuan dan pengetahuan yang dimiliki masih rendah. Melalui dinamika yang terjadi di dalam kelompok, dengan saling bertukar pendapat, bertukar ide, dan mengungkapkan persepsinya terhadap kejenuhan belajar, secara tidak langsung akan memberikan pemahaman kepada siswa tentang upaya apa saja yang bisa dilakukan. Sehingga layanan bimbingan kelompok teknik diskusi ini akan dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam memecahkan persoalan kejenuhan belajar pada siswa

METODE PENELITIAN

Pada penelitian yang berjudul Penerapan Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi Untuk Mengurangi Kejenuhan Belajar ini merupakan jenis penelitian kuantitatif. Penelitian ini sesuai dengan tujuan umum yang ingin dicapai oleh peneliti ini untuk mencari pengaruh dari suatu perlakuan, maka penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian kuantitatif dengan metode eksperimen.

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *Pre-eksperimental design* dengan metode *one group pre-test post-test design*. Pada penelitian ini dilakukan sebanyak 2 kali yaitu sebelum eksperimen dan sesudah eksperimen dilakukan. Pertama yang dilakukan adalah pengukuran awal (*pre-test*) dengan menggunakan angket, kemudian dalam jangka waktu tertentu diberikan perlakuan (*treatment*) dengan menggunakan konseling naratif. Selanjutnya melakukan pengukuran kembali (*post-test*) dengan

angket yang sama yang telah diberikan pada saat tes awal. Hal ini dilakukan untuk mengetahui hasil atau efek dari pemberian perlakuan terhadap masalah yang dialami oleh siswa yaitu yang memiliki kemampuan untuk mengurangi kejenuhan belajar yang rendah

1. Peneliti menyebarkan angket kejenuhan belajar yang telah di uji validitas dan reliabel di siswa kelas VIII SMPN 16 Surabaya.

2. Hasil angket dianalisis berdasarkan ketentuan skoring yang telah ditetapkan dan akan diketahui siswa yang memiliki tingkat kemampuan untuk mengurangi kejenuhan belajar tinggi, sedang, dan rendah

3. Siswa yang memiliki tingkat kemampuan pemecahan untuk mengurangi kejenuhan belajaryang tinggi(68%-100%), sedang(34%-67%) dan rendah(1%-33%)

Analisis data merupakan salah satu langkah yang penting dalam penelitian. Untuk dapat menyimpulkan data, maka terlebih dahulu harus dilakukan analisis. Terdapat dua macam metode analisis data yaitu statistik parametrik dan statistik non parametrik.

Pada penelitian ini data yang terkumpul melalui angket menggunakan analisis statistic *non parametric* dengan tes tanda, karena data yang akan dianalisis berasal dari jumlah subyek yang relatif kecil.

Teknik analisis *non-parametric* yang digunakan untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini adalah uji *Wilcoxon* yang merupakan penyempurnaan dari uji tanda. Alasan menggunakan uji *Wilcoxon* adalah karena dalam penelitian ini sampelnya saling berkorelasi. Uji tanda dapat di terapkan jika pembuat penelitian ingin menetapkan dua kondisi yang berlainan. Dalam hal ini kondisi yang berlainan adalah kemampuan untuk mengurangi kejenuhan belajar sebelum dan sesudah mendapatkan perlakuan dengan bimbingan kelompok teknik diskusi. Adapun langkah-langkah dari analisis uji tanda adalah sebagai berikut :

- a. Membuat tabel selisih antara kedua anggota setiap pasangan, dalam hal ini menentukan selisih antara hasil *pre-test* dan *post-test*.

- b. Menentukan harga N yaitu banyaknya pasangan yang selisihnya menunjukkan suatu tanda positif (+) atau negatif (-)
- c. Mencari X yaitu banyaknya tanda yang berlebih
- d. Mencari harga ρ yaitu kemungkinan munculnya harga bawah H_0 yang diketahui dengan mencari angka titik temu dari X dan N pada tabel, dimana X adalah jumlah tanda lebih sedikit, dan N adalah jumlah subjek.
- e. Mengkonsultasikan harga ρ dengan daerah penolakan untuk $\alpha=0.05$ dengan ketentuan yang dihasilkan dari tes tanda lebih kecil daripada α maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Dimana hipotesis nol (H_0) dan hipotesis alternatif H_a yang akan digunakan untuk pengujian statistiknya adalah sebagai berikut :

H_0 : Tidak ada perbedaan yang signifikan skor kemampuan untuk mengurangi kejenuhan belajar sebelum dan sesudah diberikan penerapan bimbingan kelompok teknik diskusi

H_a : Ada perbedaan yang signifikan skor kemampuan untuk mengurangi kejenuhan belajar sebelum dan sesudah diberikan penerapan bimbingan kelompok teknik diskusi

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

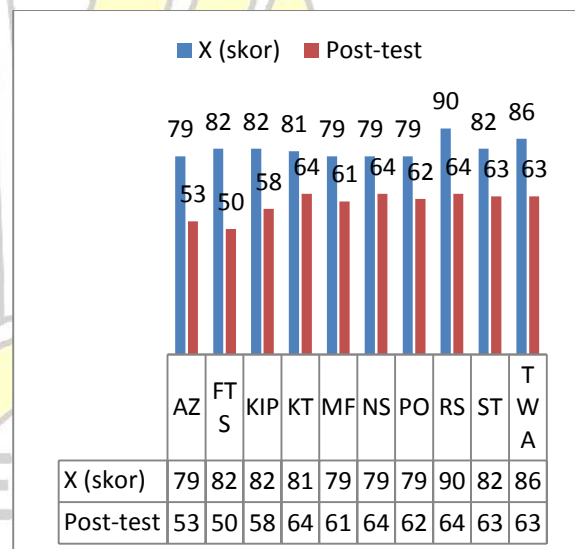
Subyek eksperimen dalam penelitian adalah sebanyak 10 siswa kelas VIII dengan skor tertinggi dari 76 angket yang disebar di kelas VIII SMAN 16 Surabaya. Hasil pengukuran angket *pretest* yang diberikan dikelompokkan menjadi : kategori tinggi, sedang dan rendah. Dari hasil pengukuran menunjukkan bahwa ada 10 Siswa yang masuk pada kategori tinggi, 21 Siswa yang masuk pada kategori sedang dan 7. Siswa yang memiliki skor tertinggi yaitu, 10 siswa yang akan diberikan treatment berupa bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik

diskusi kelompok. Berikut ini adalah siswa yang menjadi subyek penelitian :

No.	Nama subyek	Skor	Kategori
1	AZ	79	Sedang
2	FTS	82	Tinggi
3	KIP	82	Tinggi
4	KT	81	Tinggi
5	MF	79	Sedang
6	NS	79	Sedang
7	PO	79	Sedang
8	RS	90	Tinggi
9	ST	82	Tinggi
10	TWA	86	Tinggi

Tabel 1 Subyek Penelitian

Hasil skor angket *pretestglossophobia* diatas menunjukkan kondisi awal sebelum subyek mendapatkan perlakuan. Hasil tersebut dapat digambarkan dengan grafik sebagai berikut :



HASIL ANALISIS PENGUKURAN PRE-TEST DAN POST-TEST

No (O2)	Nama	Pretest (O1)	Posttest	Arah Perbedaan Tanda
1	AZ	79	53	O2<O1 -
2	FTS	82	50	O2<O1 -
3	KIP	82	58	O2<O1 -
4	KT	81	64	O2<O1 -
5	MF	79	61	O2<O1 -
6	NS	79	64	O2<O1 -

7	PO	79	62	O2<O1 -
8	RS	90	64	O2<O1 -
9	ST	82	63	O2<O1 -
10	TWA	86	63	O2<O1 -
Ratarata		81.9	60.2	

Berdasarkan data di atas, diketahui bahwa kesepuluh subjek memperoleh tanda positif (+), maka N (jumlah pengamatan yang relevan)=10, sedangkan r (banyaknya tanda paling sedikit)=0. Untuk signifikansi dilakukan berdasarkan tabel probabilitas binominal, dengan ketentuan N= 10 dan r= 0,001 maka diperoleh P_{tabel}= 0,001 yang memiliki harga lebih kecil dari a= 0,05. Bila dalam ketetapan a (taraf kesalahan sebesar 5% adalah 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa harga 0,001<0,05. Untuk menolak Ho peluang sampel harus lebih kecil dari 0,05.

Jika dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan siswa yang mengalami kejenuhan belajar sebelum dan sesudah penerapan bimbingan kelompok teknik diskusi kelompok. Berdasarkan perhitungan di atas mean pre-test sebesar 81,9, mean post-test sebesar 60,2 dan selisih antara mean pre-test dan post-test sebesar 21,7. Dengan demikian Ho ditolak dan Ha diterima yang berarti pada perbedaan skor antara sebelum dan sesudah diberikan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok. Sehingga dapat dikatakan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok dapat menurunkan kejenuhan belajar siswa kelas VIII SMP Negeri 16 Surabaya.

PENUTUP

Simpulan

Hasil penelitian ini dilakukan dengan menggunakan uji tanda atau *sign test*. Hal ini terbukti dari Simpulan tersebut didasarkan pada hasil analisis data dengan menggunakan uji tanda. Berdasarkan data di atas, diketahui bahwa kesepuluh subjek memperoleh tanda positif (+), maka N (jumlah pengamatan yang relevan)=10, sedangkan r (banyaknya tanda paling sedikit)=0. Untuk signifikansi dilakukan

berdasarkan tabel probabilitas binominal, dengan ketentuan N= 10 dan r= 0,001 maka diperoleh P_{tabel}= 0,001 yang memiliki harga lebih kecil dari a= 0,05. Bila dalam ketetapan a (taraf kesalahan sebesar 5% adalah 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa harga 0,001<0,05. Untuk menolak Ho peluang sampel harus lebih kecil dari 0,05.

Jika dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan siswa yang mengalami kejenuhan belajar sebelum dan sesudah penerapan bimbingan kelompok teknik diskusi kelompok. Berdasarkan perhitungan di atas mean pre-test sebesar 81,9, mean post-test sebesar 60,2 dan selisih antara mean pre-test dan post-test sebesar 21,7. Dengan demikian Ho ditolak dan Ha diterima yang berarti pada perbedaan skor antara sebelum dan sesudah diberikan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok. Sehingga dapat dikatakan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok dapat menurunkan kejenuhan belajar siswa kelas VIII SMP Negeri 16 Surabaya.

Saran

Dengan adanya bukti bahwa penerapan bimbingan kelompok teknik diskusi dapat mengurangi kejenuhan belajar pada siswa kelas VIII, maka diharapkan konselor sekolah dapat mempergunakan bimbingan kelompok teknik diskusi sebagai salah satu jenis layanan bimbingan kelompok untuk mengurangi *kejenuhan belajar* pada siswa kelas VIII.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, Mubiar. 2013. *Model Konseling Kognitif-Perilaku Untuk Menangani Kejenuhan Belajar Mahasiswa*. Online (diakses tanggal 1 oktober 2013, http://file.upi.edu/Direktori/FIP/JUR._PGTK/197708282003121-

[MUBIAR AGUSTIN/Laporan Hibah Doktor-Mubiar-Artikel_Mubiar.pdf](#)

UNESA.(Online).(diakses 15 Oktober 2015)

<http://aktifkonsultasi.blogspot.co.id/p/>

Aidha,Nindia.2013.*Penerapanbimbingan kelompokdengantechnikdiskusi kelompokuntukmeningkatkan motivasibelajarsiswakelas VIII DI SMP NEGERI 1 NGARIBOYO*.Jurnal BK UNESA.(Online).(diakses 15 Oktober 2015)

[bimbingan-](#)

[kelompok.html](#)

<http://belajarpsikologi.com/manfaat->

[bimbingan-kelompok/](#)

<http://belajarpsikologi.com/tahap->

Edison, Miswir. 2015. *Penerapanmetodediskusiuntukmeningkatkanmotivasibelajarsiswamatapelajaranbahasa Indonesia kelas V SDN 006 BATURIJAL HULU Kecamatan PERANAP Kabupaten INDRAGIRI HULU*. Jurnal Pendidikan.(Online).(diakses 15 Oktober 2015)

[pelaksanaan-bimbingan-](#)

[kelompok/](#)

<http://digilib.uinsby.ac.id/1436/5/Bab>

[%202.pdf](#)

<http://jati->

Fauziah, Ni'matul. 2013. *FaktorPenyebabKejenuhanBelajarSejarahKebudayaan Islam (SKI) PadaSiswaKelas XI JurusanKeagamaan Di MAN TempelSleman*.Skripsi.Yogyakarta:JurusanPendidikan Agama Islam. FakultasIlmuTarbiyahdan KeguruanUniversitas Islam NegeriSunanKalijaga. Yogyakarta

<http://rinakriatmaja.blogspot.co.>

[id/2014/10/tahapan-](#)

[dalam-bimbingan-dan-](#)

[konseling.html](#)

Jacobs, Sheri R & Dodd, David. 2003. *Student Burnout As A Function Of Personality, Social Support, And Workload*. Journal of College Student Development (diaksestanggal 1 oktober 2015,

Hanantodan

Fadhillah.2014.*KeefektifanBimbinganKelompokDenganTeknikDiskusiUntukMengubahSikapTerhadapLayananKonselingIndividual*.Jurnal BK

https://muse.jhu.edu/login?auth=0&type=summary&url=/journals/journal_of_college_stu

- dent_development/v044/4.3jacobs.html)
- Khusumawati, Zuni. 2014. *Penerapan kombinasi antar teknik relaksasi dan self-instruction untuk mengurangi kejenuhan belajar siswa kelas XI IPA 2 SMAN 22 SURABAYA*. Jurnal BK UNESA. (Online). (diakses 15 oktober 2015)
- Kurniawan, Okky. 2013. *Penggunaan teknik diskusi kelompok untuk meningkatkan motivasi belajar pada siswa kelas XI SMANOR SIDOARJO*. Jurnal BK UNESA. (Online). (diakses 15 Oktober 2015)
- Mastuti, Sri. 2014. *Meningkatkan disiplin belajar melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok*. Jurnal Penelitian Tindakan Kelas. (Online). (diakses 15 Oktober 2015)
- Pines & Aronson (Sutjipto, 2001) menjelaskan bahwa kejenuhan belajar merupakan kondisi emosional ketika seseorang merasa lelah dan jenuh secara mental ataupun fisik sebagai akibat tuntutan pekerjaan terkait dengan belajar yang meningkat. (Dalam jurnal MODEL KONSELING KOGNITIF PERILAKU UNTUK MENANGANI KEJENUHAN BELAJAR MAHASISWA oleh Mubiar Agustin. Hlm.
- Prayitno. 2004. *Pedoman Bimbingan Kelompok*. Padang: Universitas Padang Press.
- Sutarjo, IPt. Edi. WMP, Dewi Arum. Suarni, Ni. Kt. 2014. *"EFEKTIVITAS TEORI BEHAVIORAL TEKNIK RELAKSASI DAN BRAIN GYM UNTUK MENURUNKAN BURNOUT BELAJAR PADA SISWA KELAS VIII SMP LABORATORIUM UNDIKSHA SINGARAJA TAHUN PELAJARAN 2013/2014"*. jurnal Universitas Pendidikan Ganesha vol. 2 No. 1
- Widari, Ni Kdk. 2014. *Penerapan Teori Konseling Rasional Emotif Behavioral dengan Teknik Relaksasi untuk Menurunkan Kejenuhan Belajar Siswa Kelas X MIA 2 SMA NEGERI 2 SINGARAJA*. Jurnal BK UNDIKSHA. (Online). (diakses 15 Oktober 2015)
- Yusron, Isman R. *Efektifitas Konseling Singkat Berfokus Solusi Untuk Mereduksi Kejenuhan Belajar Siswa*. Proposal Penelitian. Bandung: Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Fakultas I

Ilmu Pendidikan Universitas
Pendidikan Indonesia

Zuchdi, dkk. 2011. *MODEL KONSELING
KELOMPOK UNTUK
MENGATASI MASALAH
KEJENUHAN (BURNOUT)
BELAJAR BAGI
MAHASISWA
UNIVERSITAS NEGERI
YOGYAKARTA*. penelitian ins
titusional. (online). (diakses
15 Oktober 2015)

