



GAMBARAN PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN MENGGUNAKAN TEKNIK *SIX THINKING HATS* UNTUK MENGATASI KEJENUHAN BELAJAR

Khairina Ulfa¹
San Putra²

Universitas Muslim Nusantara Al Washliyah, Medan
Jalan Garu II No.93

Khairinaulfa@umnaw.ac.id
SanPutra@umnaw.ac.id

Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh proses pembelajaran di SMP IT Nurul Ilmi, didapatkan hasil bahwa siswa sering mengeluhkan banyaknya tugas yang diberikan oleh guru, banyaknya mata pelajaran, nilai yang harus standar KKM pada eksak, tidak dapat fokus dengan baik di beberapa pelajaran tertentu dan tertekan pada saat belajar dan selalu menghindari beberapa mata pelajaran, sulit mengemukakan pendapat, menunda tugas yang diberikan guru, siswa tidak dapat berkonsentrasi secara baik pada saat pelajaran yang ditunjukkan dengan mengganggu temannya disaat guru menjelaskan pelajaran, tidur dikelas, sering mengobrol dengan temannya, dan juga melamun. Penelitian ini bertujuan untuk: (1). Mendeskripsikan gambaran pelaksanaan layanan bimbingan kelompok. (2). Mendeskripsikan kejenuhan belajar siswa. (3). Mendeskripsikan teknik *six thinking hats*, (4). Menguji pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *six thinking hats* untuk mengatasi kejenuhan belajar siswa.

Metode penelitian Metode penelitian yang digunakan adalah eksperimen dengan *between-groups design model pretest-posttest control group design*. Kelompok eksperimen menerima perlakuan berupa 7 sesi, yang diselenggarakan 1 kali dalam 1 hari. Kelompok kontrol tidak mendapatkan perlakuan apapun. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMP IT Nurul Ilmi. Adapun luaran dari penelitian ini adalah jurnal nasional dan prosiding.

Adapun hasil penelitian yaitu: Hasil perhitungan *Wilcoxon signed ranks test* dengan menggunakan *SPSS for windows versi 16.0* menunjukkan $p = 0,002 < 0,05$ (signifikan), sehingga dapat diinterpretasikan bahwa terdapat perbedaan signifikan antara gain score kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sehingga $\mu_1 \neq \mu_2$ yang berarti bahwa terdapat perbedaan rata-rata penurunan kejenuhan belajar terhadap siswa SMP Nurul Ilmi yang menerima teknik *six thinking hats* dengan yang tidak menerima teknik *six thinking hats*, sehingga peneliti dapat MENERIMA H_a dan MENOLAK H_0 sehingga terjawab tekbik *six thinking hats* dalam mengatasi kejenuhan belajar pada siswa SMP Nurul Imi Medan.

Kata Kunci : Bimbingan Kelompok, *Six thinking hats*, Kejenuhan Belajar

Abstract

This research was motivated by the learning process at SMP IT Nurul Ilmi, it was found that students often complained about the large number of assignments given by the teacher, the number



of subjects, the values that must be standard KKM were inexact, unable to focus properly on certain subjects and depressed during learning. and always avoid some subjects, find it difficult to express opinions, delay assignments given by the teacher, students cannot concentrate properly during lessons which are shown by disturbing their friends when the teacher explains lessons, sleeping in class, often chatting with friends, and also daydreaming. This study aims to: (1). Decrypt an overview of the implementation of group guidance services. (2). Describing the boredom of student learning (3). Describe the technique of six thinking hats, (4). Test the effect of group guidance services using the six thinking hats technique to overcome student learning boredom.

Research method The research method used was an experiment with the between-groups design model pretest-posttest control group design. The experimental group received treatment in the form of 7 sessions, which were held once a day. The control group did not get any treatment. The population in this study were students of SMP IT Nurul Ilmi. The output of this research is a national journal and proceedings.

The results of the research are: The results of the calculation of the Wilcoxon signed ranks test using SPSS for windows version 16.0 show $p = 0.002 < 0.05$ (significant), so it can be interpreted that there is a significant difference between the gain score of the experimental group and the control group so that $\mu_1 \neq \mu_2$ is means that there is a difference in the average learning burnout of Nurul Ilmi junior high school students who receive the six thinking hats technique and those who do not accept the six thinking hats technique, so that researchers can ACCEPT H_a and REJECT H_0 so that the six thinking hats technique is answered in overcoming learning boredom in students Nurul Ilmi Junior High School Medan.

Keywords: Group Guidance, Six thinking hats, Learning Saturation

1. PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan investasi masa depan karena melalui pendidikan peserta didik dapat mengembangkan segala potensi yang ada pada dirinya serta dapat meningkatkan pengetahuan dari yang tidak tahu menjadi tahu. Di dalam Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional, disebutkan 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 keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.

Salah satu pendidikan formal yang dapat ditempuh adalah Sekolah Menengah Atas (SMP), maka

berdasarkan kurikulum 2013 beban belajar di SMP satu minggu pada kelas VII, VIII dan IX adalah 36 jam pembelajaran. Durasi setiap satu jam pembelajaran adalah 45 menit. Berdasarkan durasi beban belajar siswa dalam satu hari sebanyak 10 jam pelajaran setara dengan belajar selama 450 menit dalam sehari. Tuntutan jam belajar yang padat dapat menambah beban belajar bagi peserta didik. Sekolah turut berperan terhadap timbulnya stres pada peserta didik itu sendiri. Sebagian besar hasil penelitian mengungkapkan bahwa sekolah menjadi faktor yang menyebabkan siswa stres (Chang, Rand, & Strunk dalam Aypay, 2011). Siswa dapat langsung dipengaruhi oleh masalah disekolah dan ini penyebab siswa mengalami kejenuhan.



Penelitian ini secara umum bertujuan untuk mendeskripsikan: (1) kejenuhan belajar SMP IT Nurul Ilmi Medan. (2) Bimbingan kelompok (3) Six Thinking Hets. (4) pengaruh six thinking hets terhadap kejenuhan belajar, (5) pengaruh bimbingan kelompok terhadap kejenuhan belajar

2. METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimental (*Experimental Research*) atau percobaan yang bertujuan untuk mengetahui suatu gejala atau pengaruh yang timbul sebagai akibat dari adanya perlakuan tertentu. Dalam penelitian ini peneliti menerapkan teknik relaksasi untuk mengatasi kejenuhan belajar siswa SMP IT Nurul Ilmi Medan.

Metode penelitian yang digunakan ini adalah metode penelitian semu atau metode penelitian kuasi (*Quasi Experimental Research*) yang bertujuan untuk melihat pengaruh dari variable tertentu terhadap variable lain, melalui uji coba dalam kondisi khusus yang sengaja diciptakan. Kondisi khusus yang diciptakan yaitu teknik *six thinking hets* untuk mengujicobakan yang dilakukan oleh peneliti.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP IT Nurul Ilmi. Berdasarkan karakteristik tersebut maka jumlah populasi yang ada untuk penelitian ini sejumlah 93 orang, yang terdiri siswa kelas VIII SMP IT Nurul Ilmi. Peneliti memutuskan untuk mengambil sampel 10 orang pada kelompok eksperimen dan 10 orang pada kelompok Kontrol.

Kualitas skor penurunan kejenuhan belajar pada sampel penelitian diketahui

melalui pengujian gain skor menggunakan rumus Lei Bao sebagai berikut :

Gain ternormalisasi

$$(g) = \frac{\text{Skor posstest} - \text{Skor pretest}}{\text{Skor ideal} - \text{Skor pretest}}$$

Pengaruh eksperimen terhadap sampel penelitian diketahui melalui pengolahan data dan analisis data menggunakan Wilcoxon dengan menggunakan bantuan aplikasi SPSS versi 20.0

Pengaruh eksperimen terhadap sampel penelitian diketahui melalui pengolahan data dan analisis data menggunakan dengan menggunakan bantuan aplikasi SPSS versi 20.0

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Hasil pengujian hipotesis dengan menggunakan pengukuran *Wilcoxon signed rank test* menggunakan *Statistical Product and Service Solution (SPSS) for Windows* versi 16.0 diketahui $p = 0,002 < 0,05$ (signifikan), sehingga dapat diinterpretasikan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada hasil *posttest* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. dengan menggunakan aplikasi SPSS versi 20.0 diperoleh Asymp, Sig = 0.000 dan diuji pada signifikan alpha 0,05. Nilai Asymp Sig = 0.000 < Nilai Signifikansi α 0,05. Berdasarkan data diatas dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_1 Diterima, ini mengartikan bahwa terjadi penurunan kejenuhan belajar siswa setelah dan sebelum Perubahan dapat dilihat berdasarkan hasil dari *pre-test* dan *post-test* yang telah diberikan sebelum dan sesudah diberikan teknik *six thinking*



hats dilakukan pada sepuluh siswa SMP Nurul IT Nurul Ilmi didapatkan hasil sebagai berikut :

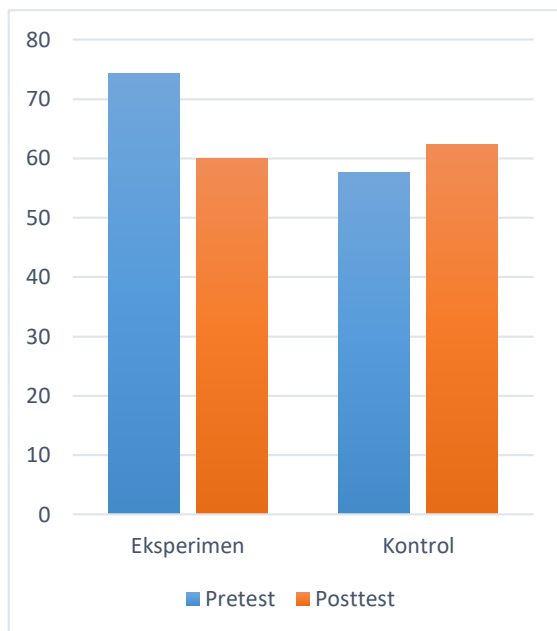
Uraian besaran selisih skor atau yang disebut dengan *gain score* yaitu selisih yang diperoleh dari hasil *posttest* dan *pretest* (Widhiarso, 2011) digambarkan dalam tabel dibawah ini:

Tabel 4.3
Gain Score Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

EKSPERIMEN				
No	Nama	Prete St	Post Test	Gain Score
1	DAS	71	50	21
2	SPY	84	69	15
3	MM	68	54	14
4	S	80	63	17
5	FA	89	79	10
6	INA	70	59	11
7	IS	77	62	15
8	NJP	68	52	16
9	IR	71	57	14
10	MFR	65	55	10
	Σ	743	600	143
	\bar{x}	74.3	60	14.3

KONTROL				
No	Nama	Pre test	Post Test	Gain Score
1	NSZ	60	59	1
2	MLD	59	53	6
3	IA	52	60	-8
4	MV	57	73	-16
5	IWN	60	67	-7
6	IS	59	57	2
7	AA	55	67	-12
8	THI	57	63	-6
9	MAS	56	63	-7
10	MA	57	62	-5
	Σ	572	624	-52
	\bar{x}	57.2	62.4	-5.2

Ditegaskan dengan gambar grafik berikut:



Gambar 4.1
Grafik Perbedaan Rata-Rata
Kelompok Eksperimen dan Kelompok
Kontrol

Skor capaian rata-rata sebelum diberikannya perlakuan pada kelompok eksperimen 743, setelah diberikan, skor capaian rata-rata siswa meningkat menjadi 600 Hal ini mengindikasikan adanya pengaruh teknik *six thinking hats* dalam menurunkan kejenuhan belajar siswa.

Sedangkan pada kelompok kontrol, terjadi peningkatan dari 572 menjadi 624 . Peningkatan yang terjadi pada kelompok kontrol lebih besar dibandingkan pada kelompok kelompok eksperimen.

Berdasarkan hasil data di atas dapat dikatakan bahwa pada kelompok eksperimen pada Kejenuhan belajar yang berada pada kategori sedang berarti siswa sudah menunjukkan perubahan bahwa siswa sudah merasa lebih tenang dalam mengerjakan tugas, sudah siap dalam

mengerjakan tugas dan tidak menggerutu saat guru memberikan tugas. Sedangkan pada kelompok kontrol pada aspek keletihan emosi berada pada kategori sangat rendah yang berarti siswa masih merasa tidak mampu mengerjakan tugas, merasa rendah diri dalam mengerjakan tugas dan masih menggerutu dalam mengerjakan tugas, siswa masih mau untuk belajar, fokus belajar karena merasa apa yang dipelajari ada manfaatnya, siswa bertanya ketika tidak memahami pelajaran

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa *six thinking hats* dapat mengatasi kejenuhan belajar pada siswa SMP Nurul Ilmi Medan. Terdapat perbedaan yang signifikan antara *gain score* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan kualitas penurunan pada kelompok eksperimen lebih baik sedangkan kelompok kontrol mengalami peningkatan.

Pada pengujian hipotesis Hasil perhitungan *Wilcoxon signed rank test* dengan menggunakan *spss 16.0 for windows* menunjukkan $p = 0,002 < 0,05$ (signifikan), sehingga dapat diinterpretasikan bahwa terdapat perbedaan signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, sehingga $\mu_1 \neq \mu_2$ yang berarti bahwa rata-rata penurunan kejenuhan belajar dengan menggunakan teknik *six thinking hats* dengan siswa yang tidak mendapatkan teknik *six thinking hats* sehingga peneliti memutuskan MENERIMA H_a dan MENOLAK H_0 .



5. DAFTAR PUSTAKA

- Corey, Gerald, (2012). *Theory and Practice of Counseling and Psychoteraphy, eight edition*, Thomson Brooks/Cole, USA.
- Drummond, R.J., & Jones, K.D. (2010). *Assesment Procedures for Counselor and Helping Professionals (7th ed.)*. New Jersey : Pearson Education, Inc.
- Hakim, Thursan. (2004). *Belajar Secara Efektif*. Jakarta: Balai Pustaka
- jacob, ED E., (2009). *Gourp and Counseling Strategies and Skills*, Brooks Cole, Belmon, CA 94002-3098, USA
- Maslach, C. (1998). *A Multidimensional theory of burnout. In C.L. Cooper (ED), Theories of organizational stress*. Oxford: Oxford University Press.
- Prayitno. (2015). *Jenis Layanan dan Kegiatan Pendukung Konseling*. Padang : Universitas Negeri Padang
- Rahmati, Zeinab. (2015). *The Study of Academic Burnout in Students with High and Low Level Of Self-Efficacy*. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, 171 (2015) 49-55.