

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Hakikat Bimbingan Kelompok

1. Definisi dan Tujuan Bimbingan Kelompok

a. Definisi Bimbingan Kelompok

Istilah “bimbingan” berasal dari kata dalam Bahasa Inggris “*guidance*,” yang merupakan turunan dari kata “*guide*”. Kata ini memiliki beberapa arti beberapa arti, seperti menunjukkan arah, memimpin, menuntun, memberikan instruksi, memberi saran, serta mengarahkan dan memberikan nasihat.¹⁶ Dapat dipahami bahwa bimbingan merupakan dukungan untuk membantu seseorang yang membutuhkan bantuan atau pertolongan. Sedangkan kelompok berarti sekumpulan orang yang terdiri dari dua atau lebih yang saling berinteraksi dan memiliki tujuan yang sama.

Menurut Wibowo, bimbingan kelompok merupakan aktivitas yang dilakukan dalam sebuah lingkaran yang menyediakan informasi dan berdiskusi untuk mencapai tujuan bersama.¹⁷ Bimbingan kelompok adalah sebuah wadah atau tempat untuk

¹⁶ Rusnawati Ellis, Achmad Robbi Fathoni, Dan Prisca Diantra Sampe, *Pengantar Bimbingan Dan Konseling Belajar* (Padang: CV. Gita Lentera 2024), 2.

¹⁷ Andini Sabela, Komariah, “Pengaruh Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Outbound Untuk Meningkatkan Perilaku Proposial”, *Indonesian Journal Of Counseling And Education*, Vol. 1 No. 1 (2020) 25.

bertukar pendapat dan tempat mendapatkan berbagai informasi yang dibutuhkan dalam mencapai tujuan bersama. Selanjutnya menurut Tohirin, bimbingan kelompok adalah suatu proses pemberian bantuan kepada siswa yang dilaksanakan dalam bentuk kelompok.¹⁸ Bimbingan kelompok dapat dipahami sebagai bantuan yang diberikan kepada siswa yang membutuhkan bimbingan yang dilakukan dalam bentuk kelompok atau lingkaran.

Berdasarkan beberapa definisi di atas, maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok adalah sebuah lingkaran yang menyediakan informasi, memberikan manfaat dan bantuan kepada siswa untuk mencapai tujuan bersama.

b. Tujuan Bimbingan Kelompok

Menurut Tohirin menyatakan bahwa tujuan bimbingan kelompok dibagi menjadi dua kategori, yaitu tujuan umum dan khusus. Tujuan umum bimbingan kelompok bertujuan untuk meningkatkan keterampilan sosial, terutama kemampuan komunikasi para pesertanya atau siswa. Tujuan khusus bimbingan kelompok yaitu, diarahkan untuk mendorong perkembangan emosi, pemikiran, persepsi, wawasan, dan sikap yang mendukung tindakan yang lebih efektif, termasuk peningkatan keterampilan komunikasi

¹⁸ Tohirin, *Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Dan Madrasah* (Jakarta: PT Radjagrafindo, 2015), 164

baik secara verbal maupun non-verbal bagi siswa.¹⁹ Tujuan bimbingan kelompok memiliki dua kategori yakni umum dan khusus, di mana tujuan umumnya yaitu meningkatkan keterampilan bagi siswa termasuk kemampuan siswa dalam berkomunikasi. Sedangkan tujuan khususnya yaitu membantu mengarahkan siswa untuk mendorong perkembangan siswa dari dalam diri seperti emosi, pemikiran persepsi, wawasan dan sikap yang mendukung tindakan yang lebih efektif.

Selanjutnya menurut Bennet, tujuan dari bimbingan kelompok adalah memberikan kesempatan kepada siswa untuk belajar mengenai isu-isu yang berkaitan dengan pendidikan, karier, serta aspek pribadi dan sosial.²⁰ Tujuan bimbingan kelompok yaitu kesempatan yang diberikan oleh siswa untuk belajar mengetahui isu-isu dalam Pendidikan seperti karier, aspek pribadi maupun sosial.

Berdasarkan beberapa pandangan di atas, dapat disimpulkan bahwa tujuan bimbingan kelompok yaitu meningkatkan kemampuan siswa dalam berkomunikasi, bersosialisasi, kerja sama dalam sebuah kelompok, meningkatkan pemahaman diri serta pengertian terhadap orang lain.

¹⁹ Iswatun Hasanah Dkk, *Bimbingan Kelompok Teori Dan Praktik*, (Jawa Timur: CV. Duta Media, 2022),6

²⁰ Juraida, "Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Ketakwaan Siswa Terhadap Tuhan Yang Maha Esa Di MTS Negeri Mulawarman Banjarmasin", *JMBK*, Vol. 2 No. 1

2. Manfaat Bimbingan Kelompok

Menurut Sukardi manfaat bimbingan kelompok adalah menyediakan peluang yang luas bagi setiap orang untuk mengungkapkan pendapat dan mendiskusikan berbagai hal yang berlangsung di sekitarnya, memiliki pemahaman yang objektif, tepat, dan luas mengenai berbagai topik yang dibahas, dan mendorong munculnya sikap positif terhadap diri sendiri, lingkungan berkaitan dengan hal-hal yang didiskusikan dalam kelompok.²¹ Jadi manfaat bimbingan kelompok dapat menyediakan banyak peluang bagi setiap orang dalam menyampaikan pendapat dan berdiskusi mengenai topik yang dibahas.

Selanjutnya Elida P, mengungkapkan ada berbagai manfaat yang diperoleh anggota kelompok dari layanan bimbingan kelompok yaitu, mendapatkan wawasan tentang diri sendiri serta perkembangan identitas yang bersifat unik, meningkatkan penerimaan diri, rasa percaya diri, dan penghargaan terhadap diri, sehingga mampu memahami diri sendiri dan lingkungan dengan lebih baik, memiliki empati yang tinggi terhadap kebutuhan dan perasaan orang, memahami masalah kebutuhan yang dialami secara bersama oleh anggota kelompok yang dapat menjadi perasaan yang bersifat universal, menyadari nilai-nilai yang ada dan

²¹ Iswatun Hasanah Dkk, *Bimbingan Kelompok Teori Dan Praktik*, (Jawa Timur: CV. Duta Media, 2022),6-7

hidup sesuai dengan tuntutan nilai tersebut, dan mampu mengambil keputusan yang tepat dengan cara yang bijak.²² Manfaat bimbingan kelompok dapat memperluas wawasan mengenai diri dan identitas seperti penerimaan diri, rasa percaya diri, penghargaan dan kemampuan memahami diri sendiri serta mematuhi nilai-nilai yang ada dan mampu mengambil keputusan dengan bijak.

Berdasarkan pandangan di atas, dapat disimpulkan bahwa manfaat bimbingan kelompok adalah melatih siswa untuk mampu berinteraksi dalam kelompok dan mendorong kerjasama di antara siswa dalam menyelesaikan masalah.

3. Asas-asas Bimbingan Kelompok

Menurut Prayitno ada empat asas-asas dalam bimbingan kelompok yaitu:

- a. Asas kerahasiaan, asas ini menekankan pentingnya setiap anggota kelompok untuk menjaga semua informasi yang dibahas dalam lingkungan kelompok. Data, informasi, dan obrolan yang berlangsung dalam kelompok harus tetap rahasia, khususnya yang berkaitan dengan isu-isu pribadi dan sensitif. Tujuannya adalah untuk menciptakan suasana yang aman dan dapat dipercaya, sehingga anggota kelompok merasa nyaman berbicara tanpa khawatir informasi pribadi mereka akan dibagikan.

²² Sisca Folastris, Itsar Bolo Rangka, *Prosedur Layanan Bimbingan & Konseling Kelompok*, (Bandung: Mujahid Press, 2016), 19

- b. Asas keterbukaan, asas keterbukaan memberikan kesempatan bagi setiap anggota kelompok untuk menyampaikan pendapat, gagasan, saran, atau perasaan mereka secara bebas tanpa merasa malu atau ragu. Ini menciptakan kesempatan untuk berbagi dan berdiskusi dengan terbuka. Keterbukaan ini mendukung terciptanya suasana yang inklusif atau tanpa terkecuali di mana setiap anggota merasa didengar dan dihargai.
- c. Asas kesukarelaan, asas kesukarelaan menegaskan bahwa keikutsertaan dalam kelompok harus bersifat sukarela, yang berarti setiap anggota memiliki kebebasan untuk berpartisipasi tanpa adanya tekanan atau paksaan. Hal ini menciptakan rasa tanggung jawab pribadi terhadap partisipasi dalam kelompok dan memastikan bahwa setiap individu benar-benar berkontribusi dengan kemauannya sendiri.
- d. Asas kenormatifan, asas kenormatifan menekankan bahwa semua interaksi dan diskusi yang berlangsung dalam kelompok harus sesuai dengan norma-norma dan kebiasaan yang ada. Ini menunjukkan bahwa anggota kelompok tidak diperkenankan membahas atau melakukan Tindakan yang bertentangan dengan

norma sosial atau etika yang berlaku di masyarakat. Asas ini membantu menjaga integritas dan etika dalam kelompok.²³

Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa asas-asas bimbingan kelompok diperlukan untuk memperlancar pelaksanaan dan keberhasilan dalam layanan bimbingan kelompok.

4. Tahap-tahap Pelaksanaan Bimbingan Kelompok

Menurut Prayitno, terdapat empat tahapan dalam pelaksanaan bimbingan kelompok yaitu:

a. Tahap Pembentukan

Tahap ini adalah saat pengenalan, di mana individu mulai melibatkan diri dalam kehidupan kelompok. Umumnya tahap ini, para anggota mengenalkan diri mereka dan menyampaikan tujuan dan harapan yang ingin dicapai, baik secara individu, dalam kelompok kecil, maupun oleh seluruh anggota. Pemimpin harus memberikan penjelasan mengenai bimbingan kelompok agar semua anggota memahami apa itu bimbingan kelompok dan pentingnya pelaksanaan bimbingan kelompok, serta menetapkan aturan yang akan diikuti. Jika terjadi permasalahan selama proses, semua anggota akan mengerti cara menyelesaikannya. Asas kerahasiaan juga

²³ Firman Dkk, *Pencegahan Perundungan Pada Remaja Strategi Dan Pendekatan Gestalt Dalam Bimbingan Kelompok*, (Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada-Rajawali Pers, 2025), 51

disampaikan kepada anggota agar tidak ada orang lain yang mengetahui permasalahan yang ada.

b. Tahap Peralihan

Tahap kedua berfungsi sebagai “jembatan” menghubungkan tahap pertama dengan tahap ketiga. Kadang-kadang, jembatan ini dapat dilalui dengan mudah dan cepat, yang berarti anggota kelompok tidak mau melanjutkan ke kegiatan tahap ketiga. Dalam situasi ini, pemimpin kelompok dengan gaya kepemimpinannya yang khas, membantu anggota untuk berhasil melewati jembatan tersebut. Pada tahap ini kegiatan yang dilakukan yaitu, menanyakan atau mengamati kesiapan anggota untuk melakukan kegiatan berikutnya, mendiskusikan suasana yang ada, meningkatkan kemampuan partisipasi anggota.

c. Tahap Kegiatan

Tahap ini merupakan bagian utama dari kegiatan kelompok, dengan banyak aspek yang perlu diperhatikan oleh pemimpin kelompok. tugas pemimpin ditahap ini melibatkan pengaturan proses kegiatan dengan sabar dan terbuka, bersikap alif namun tidak berbicara berlebihan, serta memberikan dorongan, dukungan, dan empati. Beragam aktivitas dilakukan di tahap ini, seperti setiap anggota bebas mengajukan masalah atau tema diskusi, menentukan masalah atau tema yang akan dibahas terlebih dahulu, anggota membahas

setiap tema dengan mendalam dan menyeluruh, dan melakukan kegiatan tambahan. Tujuan dari semua aktivitas tersebut adalah untuk mengekspresikan masalah atau tema yang dipikirkan dan dirasakan oleh anggota kelompok. Selain itu, diharapkan agar isu yang diangkat dapat dibahas dengan mendalam dan melibatkan partisipasi aktif dari semua anggota dalam diskusi yang menyentuh perilaku, pemikiran, atau perasaan.

d. Tahap Pengakhiran

Pada tahap akhir bimbingan kelompok, fokus utama bukan pada seberapa sering kelompok bertemu, tetapi pada hasil yang telah diperoleh. Kegiatan kelompok sebelumnya dan hasil-hasil yang dicapai seharusnya mendorong kelompok untuk terus beraktivitas demi mencapai tujuan bersama secara menyeluruh. Dalam hal ini, ada kelompok yang menentukan sendiri kapan mereka akan menghentikan kegiatan dan kemudian berkumpul Kembali untuk melanjutkan kegiatan. Pada tahap ini, beberapahal yang dilakukan yaitu pemimpin kelompok mengumumkan bahwa kegiatan akan segera berakhir, pemimpin dan anggota kelompok mendekati akhir kegiatan, fokus pembahasan seharusnya adalah mengeksplorasi sejauh mana anggota kelompok bisa mengimplementasikan

pelajaran yang mereka dapatkan di kelompok dapat digunakan dalam kehidupan sehari-hari.²⁴

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa tahap-tahap bimbingan kelompok adalah langkah yang digunakan untuk memperlancar jalannya layanan bimbingan kelompok dan lebih terarah.

B. Hakikat Teknik Permainan Simulasi

1. Definisi Permainan Simulasi

Permainan simulasi terdiri dari dua kata, yakni permainan dan simulasi. Permainan adalah aktivitas yang dilakukan oleh dua orang atau lebih, di mana mereka berkumpul untuk mencapai tujuan tertentu, dengan adanya aturan serta batas waktu. Sementara itu, simulasi adalah penggambaran situasi tertentu yang mencerminkan realitas kehidupan. Selain itu Romlah juga mengungkapkan bahwa permainan simulasi adalah jenis permainan yang dirancang untuk mencerminkan kondisi-kondisi yang ada dalam kehidupan nyata. Permainan simulasi dapat dianggap sebagai kombinasi antara teknik berperan dan teknik berdiskusi. Para peserta akan mendapatkan pengalaman dan

²⁴ Jahju Hartanti, *Bimbingan Kelompok*, (Surabaya: Ud Duta Sablon, 2022), 16-18

pengetahuan melalui peran yang mereka mainkan serta melalui diskusi mengenai topik tertentu.²⁵

Berdasarkan penjelsan di atas, dapat disimpulkan bahwa permainan simulasi adalah permainan yang mencerminkan keadaan yang terdapat dalam kehidupan nyata serta mendapat pengalaman dan pengetahuan melalui peran yang mereka mainkan.

2. Tujuan Permainan Simulasi

Menurut Muhammad Tohir Sirger terdapat beberapa tujuan permainan simulasi yaitu, untuk meningkatkan proses belajar siswa dengan melibatkan mereka dalam situasi yang mirip dengan kejadian nyata yaitu untuk melatih siswa dalam menguasai keterampilan tertentu, baik yang terkait dengan profesi maupun yang bermanfaat dalam kehidupan sehari-hari, untuk memberikan pelatihan dalam memecahkan masalah, untuk menstimulasi atau meningkatkan semangat belajar siswa, untuk mengalami atau memahami perilaku manusia dan kondisi sosial di sekitarnya dan melatih serta membantu siswa dalam kepemimpinan, bersosialisasi dan memahami hubungan antar individu, bekerja sama secara efektif dalam kelompok, menghargai serta memahami perasaan

²⁵ Baety Isnaeni Qurrota'ayun, Peningkatan Control Diri Melalui Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Permainan Simulasi Pada Siswa Kelas Viii Smp, *Jurnal Konseling Gusjigang*, Vol. 6 No. 1 (2020): 21

dan pandangan orang lain, dan mengembangkan kreativitas siswa.²⁶ Permainan simulasi bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan siswa dengan cara melibatkan siswa dalam permainan simulasi untuk melihat situasi yang mirip dengan kejadian nyata, dan juga membantu siswa untuk meningkatkan keterampilan dan membantu siswa dalam menyelesaikan masalah.

Selanjutnya Suharianta mengungkapkan bahwa tujuan simulasi adalah mempelajari dan memahami suatu konsep, berlatih dalam menjelaskan masalah, meningkatkan partisipasi dalam proses belajar. Serta memberikan dorongan kepada siswa untuk belajar, melatih siswa untuk dapat bekerja sama dalam kelompok, mengembangkan kreativitas siswa dan mendorong siswa untuk membangun sikap toleran.²⁷ Permainan simulasi bertujuan untuk belajar memahami sesuatu, juga berlatih untuk menjelaskan masalahnya dan memberi dorongan atau motivasi kepada dalam belajar.

Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa tujuan permainan simulasi adalah untuk melatih siswa dalam menguasai keterampilan, dan memecahkan masalah. Selanjutnya memberikan

²⁶ Muhammad Tohir Siregar, "Pengaruh Penggunaan Metode Simulasi Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Pada Materi Pokok Akhlakul Mahmudaah Dan Akhlakul Mazmumah", *Jurnal Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan (Jitk)* Vol. 2 No. 2 (2024), 179-180

²⁷ Ponidi, dkk, *Model Pembelajaran Inovatif Dan Efektif*, (Jawa Barat: CV. Adanu Abimata 2021):131-132

dorongan kepada siswa untuk belajar dan melatih siswa dapat bekerja sama dalam kelompok.

3. Tahap Pelaksanaan Permainan Simulasi

Menurut Brunet ada tiga tahapan dalam melaksanakan permainan simulasi yaitu:

- a. Tahap persiapan, langkah awal sebelum kegiatan permainan simulasi dimulai, di mana siswa ditentukan dan diberi gambaran tentang tema serta tujuan yang akan dibahas. Proses ini dapat mengajarkan siswa untuk berpikir dan bekerja sama dalam kelompok, sekaligus melatih keberanian untuk bertanya.
- b. Tahap pelaksanaan, siswa mulai menjalankan permainan simulasi dengan media atau alat yang telah disediakan. Tahap ini mengajarkan siswa untuk belajar menjawab, berperan dalam simulasi atau bermain sesuai dengan pertanyaan atau instruksi yang berkaitan dengan tema yang sedang dipelajari, serta membantu lebih percaya diri saat tampil di depan teman-temannya.
- c. Tahap penutup, siswa diminta untuk melakukan diskusi refleksi dan pandangan mengenai permainan simulasi yang telah dilakukan. Dalam konteks ini, siswa dapat belajar tentang cara mengungkapkan pendapat mengenai makna yang bisa diterapkan dalam kehidupan sehari-hari terutama jika tema yang dibahas berhubungan dengan situasi

Berdasarkan pandangan di atas, dapat disimpulkan bahwa tahapan dalam melaksanakan permainan simulasi mulai dari persiapan yaitu penentuan dan diberi gambaran mengenai tujuan yang akan dibahas, dan menentukan masing-masing peran. Kemudian pelaksanaan di mana siswa menjalankan perannya dan mencatat apa yang mereka lakukan. Lalu yang terakhir masing-masing siswa menyampaikan apa yang telah mereka lakukan dan membuat kesepakatan untuk pertemuan selanjutnya.

4. Kelebihan dan Kekurangan Permainan Simulasi

Menurut Iswantun Hasanah dkk, kelebihan dan kelemahan teknik simulasi yaitu:

a. Kelebihan Permainan Simulasi

Permainan simulasi merupakan metode yang menyajikan sehingga tidak terasa membosankan, karena siswa diajak untuk bersenang-senang, siswa bisa mendapat pembelajaran melalui pengalaman langsung dari suatu kejadian, meskipun kejadian tersebut bersifat imajinatif, lewat permainan simulasi dapat diperkenalkan model kejadian atau perilaku, sehingga siswa dapat belajar melalui contoh yang ditawarkan, dan bisa dimanfaatkan sebagai alat untuk mendiagnosis perilaku siswa.

b. Kekurangan Permainan Simulai

Permainan simulasi memerlukan waktu yang lebih panjang dalam pelaksanaannya, membutuhkan ketelitian dalam mengamati siswa baik yang bermain maupun yang menonton agar dapat memahami setiap perilaku atau kejadian yang muncul selama permainan berlangsung, memerlukan kemampuan tambahan dari guru dalam mengatur kelas karena kelas dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok pemain dan kelompok penonton yang keduanya memerlukan perhatian selama proses permainan.²⁸ Permainan simulasi memiliki kelebihan dan kekurangan di mana kelebihannya yaitu dapat membuat siswa aktif dalam belajar, karena mereka terlibat langsung dalam permainan sehingga mereka tidak bosan untuk belajar. Tetapi kekurangannya yaitu harus teliti dalam melihat atau mengamati siswa yang bermain.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa permainan simulasi memiliki kelebihan yaitu, metode penyajiannya tidak membosankan karena siswa diajak bersenang-senang dan bermain sambil belajar. Adapun kekurangannya yaitu, permainan simulasi memerlukan waktu cukup lama dalam pelaksanaannya dan membutuhkan ketelitian dalam mengamati siswa yang bermain.

²⁸ Iswantun Hasanah, Ishlakhtus Sa'idah, Diana Vidya Fakhriyani, Anna Aisa, *Bimbingan Kelompok Teori Dan Praktik* (Pemekasan Jawa Timur, 2022), 74

C. Hakikat Konsentrasi Belajar

1. Definisi Konsentrasi Belajar

Istilah konsentrasi berasal dari kata “*concentrate*” yang artinya mengarahkan perhatian. Dalam KBBI konsentrasi adalah tindakan memfokuskan perhatian atau pikiran pada suatu objek. Menurut Dimiyati, konsentrasi adalah kemampuan untuk fokus pada pelajaran, di mana fokus tersebut diarahkan pada materi pembelajaran serta cara mendapatkannya.²⁹ Konsentrasi merupakan tindakan untuk memfokuskan perhatian terhadap suatu hal dan kemampuan fokus ketika belajar.

Selanjutnya Maulana, menjelaskan bahwa konsentrasi belajar adalah salah satu aspek psikologis yang sering kali sulit dipahami oleh orang lain, kecuali oleh individu yang tengah belajar.³⁰ Konsentrasi belajar merupakan kondisi di mana hanya seseorang yang sedang belajar bisa mengetahui seberapa fokus dirinya tanpa diketahui oleh orang lain.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa konsentrasi belajar adalah kemampuan seseorang dalam memusatkan pikirannya pada pembelajaran dan di mana kondisi itu

²⁹ Intan Permata Sari, Esi Afriyanti, Elvi Oktarina, *Kecanduan Gadget Dan Efek Pada Konsentrasi Belajar*, (Jawa Barat: 2023): 32

³⁰ Ruslia Isnawati, *Cara Kreatif dalam Proses Belajar (Konsentrasi Belajar Pada Anak Gejala Gangguan Pemusatan Perhatian (ADD))* (Surabaya: CV. Jakad Media Publishing, 2020), 78-79

hanya diketahui oleh orang yang sedang belajar bahwa seberapa fokus dirinya.

2. Manfaat Konsentrasi Belajar

Menurut Ruslia Isnawati manfaat konsentrasi yaitu, siswa akan lebih cepat dalam memahami materi pelajaran yang diberikan. Lalu meningkatkan semangat atau motivasi siswa untuk lebih terlibat dalam aktivitas belajar. Memudahkan guru dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran, mempermudah siswa memperoleh pengalaman baru, dan timbal balik aspek positif dalam diri siswa seperti tidak mudah menghayal.³¹ Manfaat konsentrasi belajar bertujuan untuk membantu siswa untuk memperluas wawasan melalui pengalaman.

Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa manfaat konsentrasi belajar adalah dapat membantu siswa untuk cepat memahami materi, meningkatkan semangat dalam belajar, dan mempermudah siswa dalam memperoleh pengalaman baru.

3. Indikator Konsentrasi Belajar

Adapun indikator konsentrasi belajar menurut Engkoswara dalam Aprilia, dkk dan Slameto dalam Nurmaliana yaitu,

³¹ Ruslia Isnawati, *Cara Kreatif dalam Proses Belajar* (Konsentrasi Belajar Pada Anak Gejala Gangguan Pemusatan Perhatian (ADD)) (Surabaya: CV. Jakad Media Publishing, 2020), 86-87

- a. Adanya perhatian kepada materi yang diajarkan, indikator ini mengukur sejauh mana konsentrasi dan fokus siswa terpusat pada apa yang sedang diajarkan.
- b. Memberikan respon terhadap materi yang disampaikan, respon ini menunjukkan adanya aksi timbal balik atau umpan balik dari siswa setelah menerima materi dari guru.
- c. Adanya gerakan fisik yang sesuai arahan dari guru, indikator ini menilai kepatuhan dan kesiapan siswa dalam mengkoordinasikan tubuhnya untuk melakukan aktivitas belajar yang diperintahkan.
- d. Tidak merasa jenuh terhadap proses belajar yang dijalani, indikator ini menunjukkan kondisi psikologis siswa yang sehat, memiliki daya tahan tinggi, dan termotivasi selama sesi kelas.³² Jadi, indikator konsentrasi belajar yaitu adanya perhatian, respon yang aktif, kemampuan dalam berpendapat dan kondisi perasaan tetap terjaga.

Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa indikator konsentrasi belajar yaitu, adanya perhatian, memberikan respon, gerakan fisik yang sesuai arahan, dan tidak merasa jenuh saat belajar.

4. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Konsentrasi Belajar

Menurut Sunawan ada dua faktor yang memengaruhi konsentrasi belajar, yaitu faktor internal dan eksternal.

³² Encep Adriana, Siti Rokmanah, Lusi Aprilia, "Analisis Tingkat Konsentrasi Belajar Peserta Didik dalam Proses Pembelajaran Di SD Negeri Tembong 2" *Holistik: Jurnal Ilmiah PGSD*, No. 1 2023

- a. Faktor Internal yaitu, kesehatan fisik mencakup kondisi tubuh yang sehat, bebas dari penyakit, anak mendapatkan istirahat yang cukup serta tidur yang memadai dan pola makan yang memenuhi kebutuhan gizi, dengan semua panca indra berfungsi dengan optimal. Kemudian kesehatan mental, melibatkan suasana kehidupan sehari-hari yang damai, tidak sedang dalam tekanan permasalahan yang berat, serta memiliki motivasi dan ketertarikan dalam belajar.
- b. Faktor Eksternal
 - 1) Lingkungan, belajar harus terbebas dari suara berisik dan gangguan bising, serta udara di sekitar harus nyaman dan tidak terkontaminasi oleh aroma yang tidak menyenangkan.
 - 2) Pencahayaan, di area belajar harus memadai dan tidak mengganggu penglihatan.
 - 3) Lingkungan sekitar, orang-orang di sekitar tempat belajar sebaiknya berada dalam suasana yang tenang dan mendukung.
 - 4) Keluarga, tempat pendidikan yang paling utama. Seringkali orang tua berharap anaknya meraih prestasi yang tinggi, sehingga memberikan tekanan agar anak menjadi sempurna. Hal ini dapat menimbulkan rasa takut terhadap materi yang harus dipelajari.

- 5) Fasilitas dan infrastruktur, ketersediaan fasilitas dan infrastruktur berperan penting dalam mendukung proses pembelajaran. Ketika fasilitas dan infrastruktur di suatu lembaga mencukupi, maka konsentrasi saat belajar dapat terjaga dengan baik.
- 6) Alat pembelajaran, salah satu metode yang digunakan pengajar untuk meningkatkan konsentrasi belajar demi mencapai sasaran yang diinginkan oleh mahasiswa. Alat pembelajaran mencakup buku, gambar, televisi, computer, film slide, dan lain-lain.
- 7) Metode pengajaran yang tidak sesuai, dapat berdampak negatif pada keterlibatan siswa selama proses belajar mengajar. Selain itu, penggunaan metode yang tidak sesuai dapat membuat siswa mengantuk, cepat merasa jenuh, dan lebih memilih untuk berbicara dengan teman.³³

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi konsentrasi belajar meliputi faktor internal yaitu kesehatan fisik seperti kondisi fisik yang sehat, bebas dari penyakit, istirahat yang cukup dan lain-lain. Dan juga kesehatan mental seperti suasana kehidupan yang damai, tidak memiliki masalah yang berat, dan memiliki ketertarikan pada materi

³³ Intan Permata Sari, Esi Afriyanti, Elvi Oktarina, *Kecanduan Gadget Dan Efek Pada Konsentrasi Belajar*, (Jawa Barat: 2023): 33-34

pelajaran. Adapun faktor internal yaitu lingkungan, pencahayaan, lingkungan sekitar, keluarga, fasilitas dan infrastruktur, alat pelajaran, dan metode pengajaran yang tidak sesuai.

c. Ciri-ciri siswa yang memiliki konsentrasi belajar

Menurut Engkoswara perilaku belajar dapat membantu mengenali ciri-ciri siswa yang dapat berkonsentrasi saat belajar yaitu:

- 1) Perilaku kognitif, ini merupakan perilaku yang berkaitan dengan pengetahuan, informasi, dan kemampuan intelektual. Dalam perilaku kognitif ini, siswa yang terfokus dalam belajar dapat diidentifikasi melalui adanya pengetahuan yang siap untuk muncul saat dihadapkan, kemampuan untuk memahami informasi secara menyeluruh, penerapan pengetahuan yang diperoleh, dan kemampuan untuk menganalisis dan mensintesis.
- 2) Perilaku afektif, ini adalah perilaku yang menunjukkan sikap dan penghargaan. Dalam konteks ini, siswa yang fokus dalam belajar dapat dikenali melalui terdapatnya penerimaan atau tingkat perhatian spesifik, respon berupa keinginan untuk berinteraksi dengan materi yang diajarkan, ungkapan pandangan atau keputusan sebagai hasil dari integrasi keyakinan, ide, dan sikap individu.

- 3) Perilaku psikomotor, pada perilaku ini, siswa yang konsisten dalam belajar dapat dikenali melalui gerakan tubuh yang sesuai dan tepat seperti yang diarahkan guru, komunikasi non-verbal, termasuk ekspresi wajah dan gerakan bermanfaat lainnya.
- 4) Perilaku bahasa, siswa yang memiliki konsentrasi belajar dapat dilihat dari adanya aktivitas berbahasa yang terkoordinasi dan dilakukan dengan baik.³⁴

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi konsentrasi belajar siswa meliputi perilaku kognitif seperti, pengetahuan, informasi dan kemampuan intelektual. Lalu perilaku afektif seperti, sikap dan penghargaan. Selanjutnya perilaku psikomotor seperti, siswa yang konsisten dalam belajar dan memperhatikan setiap materi, mampu merespon, memahami, bertanya, dan memberikan jawaban yang tepat untuk setiap pertanyaan dari guru.

d. Dampak Negatif Konsentrasi Belajar

Yusuf, dkk mengatakan jika siswa memiliki tingkat konsentrasi yang rendah dapat menghadapi berbagai dampak negatif seperti,

³⁴ Intan Permata Sari, Esi Afriyanti, Elvi Oktarina, *Kecanduan Gadget Dan Efek Pada Konsentrasi Belajar*, (Jawa Barat: 2023): 34-35

- 1) Sulit memahami materi, tingkat konsentrasi yang rendah dapat menyulitkan siswa dalam memahami materi yang diajarkan. Ini dapat berdampak pada hasil belajar yang tidak optimal.
- 2) Sulit mengingat informasi, konsentrasi yang kurang dapat mengakibatkan seseorang mengalami kesulitan dalam mengingat informasi yang telah dipelajari, seperti fakta atau konsep kunci dari suatu pelajaran.
- 3) Sulit menyelesaikan tugas, tingkat konsentrasi yang rendah dapat menyebabkan siswa menemui kesulitan dalam menyelesaikan tugas secara efektif dan tepat waktu. Hal ini dapat memengaruhi penilaian serta hasil akademis mereka.
- 4) Penurunan motivasi belajar, kesulitan dalam memahami materi dan menyelesaikan tugas bisa mengakibatkan hilangnya motivasi belajar dan rasa percaya diri yang rendah.
- 5) Stress dan kecemasan, konsentrasi yang rendah dapat membuat seseorang merasa stres dan cemas akibat kesulitan dalam memahami materi serta menyelesaikan tugas dengan baik.³⁵

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa dampak negatif konsentrasi belajar yaitu siswa tidak dapat menikmati proses pembelajaran yang sedang berlangsung, sulit memahami materi,

³⁵ Acep Fatchuroji, dkk, "Pengaruh Tingkat Konsentrasi Terhadap Hasil Belajar", *Journal On Education*, Vol 05 No. 04 (2023) 13761-13762

sulit mengingat informasi, sulit menyelesaikan tugas, penurunan motivasi belajar, stress dan kecemasan.

D. Kerangka Berpikir

Kerangka berpikir adalah suatu konsep yang menghimpun keterkaitan antara variabel independen dan variabel dependen untuk memberikan jawaban sementara. Menurut Sugiyono, kerangka berpikir adalah sebuah model konseptual yang menggambarkan keterkaitan teori dengan berbagai faktor yang penting dalam sebuah penelitian.³⁶ Dengan demikian, kerangka berpikir meliputi konsep atau teori yang saling berkaitan untuk melaksanakan sebuah penelitian. Pada kerangka ini, setiap variabel dirincikan dan disesuaikan dengan masalah yang akan dikaji.

Berdasarkan penjelasan tersebut, menunjukkan terdapat sebagian siswa tidak memperhatikan guru saat menjelaskan seperti berbicara dengan teman, mengerjakan tugas lain, menghayal, tidak memberikan respon terhadap materi yang disampaikan seperti ketika ditanya oleh gurunya siswa tidak merespon, adanya gerakan fisik yang tidak sesuai dengan arahan guru seperti, selalu berpindah tempat duduk, dan keluar masuk kelas saat pelajaran berlangsung. Hal tersebut menunjukkan bahwa siswa belum mampu berkonsentrasi saat belajar. Melihat kondisi tersebut maka peneliti

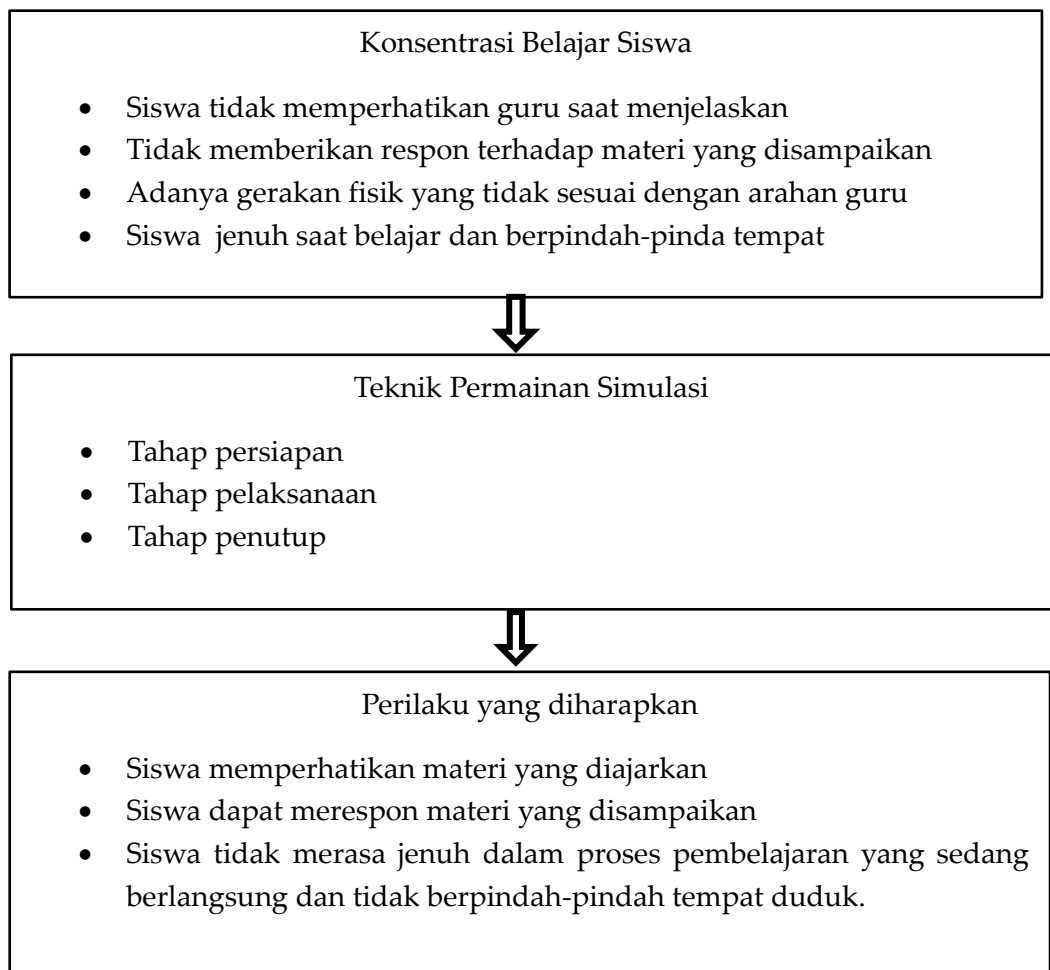
³⁶ Alfrid Sentosa, *Buku Ajar Metode Penelitian Sosial*, (Jawa Tengah: PT Nasya Expanding Management, 2023), 19

menggunakan layanan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi untuk meningkatkan konsentrasi belajar siswa.

Layanan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi dapat membuat siswa aktif berdiskusi dan terlibat dalam pembelajaran sehingga siswa tidak merasa bosan dan jenuh untuk belajar. Dalam aktivitas ini para pemain dibagi menjadi kelompok dan bersaing untuk mencapai tujuan dengan mematuhi aturan tertentu dengan permainan ini siswa diharapkan dapat berpartisipasi aktif dalam proses dinamika kelompok yang menyenangkan.

Berdasarkan temuan di atas, maka peneliti membuat kerangka berpikir untuk melihat implementasi layanan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi untuk meningkatkan konsentrasi belajar siswa sebagai berikut:

Bagan 2.1 Kerangka Berpikir



E. Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu oleh Resti Pasalu dengan judul “Efektivitas Bimbingan Kalompok Teknik Permainan Simulasi Untuk Meningkatkan Nilai Kejujuran Siswa Kelas VIII A Di UPT SMP Negeri 1 Sangalla’ “menandakan adanya perbedaan yang signifikan tingkat nilai kejujuran sebelum dan sesudah diberikan perlakuan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi efektif untuk meningkatkan nilai kejujuran siswa. Persamaan penelitian ini terletak pada penggunaan layanan bimbingan kelompok teknik

permainan simulasi. Perbedaannya terletak pada masalah yang diteliti, penelitian sebelumnya menelitian mengenai nilai kejujuran sementara penelitian ini meneliti tentang konsentrasi belajar, perbedaan lainnya terdapat metode yang digunakan pada penelitian sebelumnya menggunakan metode kuantitatif sementara penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan kelas.

Penelitian lain oleh Yanuari Srianturi, Rizki Putra Ayu Distira, Sindi Fitriyaningsih dengan judul "efektivitas layanan bimbingan kelompok melalui teknik permainan simulasi untuk meningkatkan perencanaan karier". Hasil penelitian menunjukkan ada perbedaan signifikan tingkat perencanaan karir sebelum dan sesudah treatment, yang berarti bimbingan kelompok dengan teknik permainan simulasi efektif untuk meningkatkan perencanaan karir siswa di MA AL-Abror Sukosewu. Persamaan penelitian ini terletak pada penggunaan layanan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi. Perbedaannya terletak pada masalah yang diteliti.

Penelitian sebelumnya menelitian mengenai perencanaan karier sementara penelitian ini meneliti tentang konsentrasi belajar , perbedaan lainnya tempat penelitian dan subjek penelitian. perbedaan lainnya pada tempat dan subjek penelitian.³⁷

³⁷ Yanuari Srianturi, Rizki Putra Ayu Distira, And Sindi Fitriyaningsih, "Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Permainan Simulasi Untuk Meningkatkan Perencanaan Karir," *Jurnal Bimbingan dan Konseling Ar-Rahman* 10, No. 2 (2024), 211.

F. Hipotesis Tindakan

Berdasarkan permasalahan yang ditemukan disekolah, mengenai konsentrasi belajar siswa perlu mendapatkan perhatian melalui layanan yang tepat. Oleh karena itu, melalui implementasi layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan simulasi diharapkan dapat membantu siswa untuk meningkatkan konsentrasi belajar siswa. Dengan demikian, implementasi bimbingan kelompok dengan teknik permainan simulasi dapat meningkatkan konsentrasi belajar siswa kelas VIII 8 SMPN 1 Rantepao.