

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Konsentrasi Belajar

1. Pengertian Konsentrasi

Konsentrasi dalam belajar sangat penting bagi siswa agar fokus pada materi pelajaran yang sedang disampaikan oleh guru. Mastur dan Triyono (2014:47) Konsentrasi adalah pemusatan perhatian dan pikiran hanya pada yang sedang kita pelajari. Slameto (2010:86) menyatakan konsentrasi adalah pemusatan perhatian terhadap suatu hal lainnya yang tidak berhubungan. Konsentrasi belajar berarti pemusatan pikiran terhadap suatu mata pelajaran dengan menyampingkan semua hal lainnya yang tidak berhubungan dengan pelajaran. Pemusatan perhatian tersebut tertuju pada isi bahan belajar maupun proses memperolehnya. Dari beberapa pendapat para ahli dapat disimpulkan bahwa konsentrasi belajar adalah memusatkan perhatian dan pikiran hanya pada suatu pembelajaran. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa perolehan hasil belajar akan lebih baik jika belajar dilakukan dengan konsentrasi yang memadai. Konsentrasi dalam belajar merupakan hal yang sangat penting yang dapat mempengaruhi hasil belajar baik di sekolah maupun di rumah. Ada empat aspek dalam konsentrasi belajar, yaitu :

a. Kurang berminat dalam mempelajari sesuatu

Kurang berminat dalam mempelajari kecil kemungkinan untuk memperoleh keberhasilan, karena minat merupakan kecenderungan suka atau tidak suka pada suatu hal. Minat adalah sesuatu yang pribadi, unik, dan tidak bisa dipaksakan namun bisa dibangun dalam diri seseorang. Oleh karena itu, minat sangat perlu di tumbuh kembangkan oleh diri Anda sendiri, orang lain hanya mendukung. Daya mengingat bahan pelajaran hanya mungkin terlaksana jika seseorang berminat terhadap pelajarannya, misalnya jika kita membaca suatu bacaan dan didukung

oleh minat yang kuat maka kita pasti bisa mengingatnya dengan baik walaupun hanya dibaca atau disimak sekali. Sebaliknya suatu bacaan yang berulang-ulang dihafal akan mudah terlupakan jika tanpa minat. Minat memudahkan terciptanya konsentrasi dalam pikiran seseorang. perhatian serta-merta yang diperoleh secara wajar dan tanpa paksaan tenaga kemampuan seseorang memudahkan berkembangnya konsentrasi, yaitu pemikiran terhadap suatu pelajaran.

b. Kejemuhan/bosan

Segala sesuatu yang membosankan, sepele dan terus menerus berlangsung secara otomatis tidak akan bisa memikat perhatian. Bosan melakukan sesuatu hal yang lebih banyak berasal dari dalam diri seseorang dari pada bersumber pada hal-hal diluar dirinya. Pada teori kognitif, otak manusia mengolah apa yang kita alami dan pelajari, semuanya akan tersimpan di dalam akal secara permanen. Namun, terkadang kenyataannya berbeda. Apa yang kita pelajari dengan tekun justru sukar diingat kembali dan mudah terlupakan, sebaliknya tidak sedikit pengalaman dan pelajaran yang yang kita tekuni sepintas lalu mudah melekat dalam ingatan. Dalam belajar disamping siswa sering mengalami kelupaan, ia terkadang mengalami peristiwa negatif yang disebut jenuh belajar. Jenuh dalam belajar sering kali dialami siswa yang sedang dalam proses belajar dan dapat membuat siswa merasa telah menyiakan usahanya.

c. Gangguan kesehatan

Perkembangan fisik pada anak memiliki karakteristik yang berbeda baik sebelum maupun sesudah anak-anak. Perkembangan fisik pada anak perlu dipelajari dan dipahami oleh setiap guru, karena dipercaya bahwa segala aktivitas-aktivitas belajar yang menyangkut mentalnya serta pembentukan kepribadian dipengaruhi oleh kondisi pertumbuhan fisik. Agar aktivitas belajar terlaksana dengan baik salah satu faktor

pendukungnya adalah kesehatan. Sehat berarti dalam keadaan baik segenap badan beserta bagian-bagiannya bebas dari penyakit. Kesehatan seseorang sangat berpengaruh terhadap belajarnya.

d. Pemusatan perhatian.

Pemusatan perhatian atau fokus mengenai suatu objek yang akan kita pelajari merupakan suatu hal yang harus kita lakukan pada saat belajar, fokuskan pikiran kita hanya pada sesuatu yang akan kita pelajari. Namun dalam keadaan tertentu tidak jarang kita terjebak dalam pikiran-pikiran buruk yang sulit dikontrol, seperti takut melakukan kesalahan, khawatir tidak dapat menyelesaikan pekerjaan, cemas ketika memikirkan masa depan atau pikiran-pikiran buruk lainnya yang sebenarnya belum tentu diterjadi. Timbulnya pikira-pikiran tersebut akan membuat perasaan tidak tenang bahkan bisa mengganggu kesehatan, untuk menghindari memang bukan hal yang mudah. Namun rasa tidak nyaman itu bisa dihilangkan dengan beberapa cara, misalnya mengalihkan perhatian dari pikiran-pikiran yang dianggap mengganggu. Bisa juga dibantu dengan meditasi dengan melakukan meditasi membuat pikiran seseorang tenang. Meditasi juga bermanfaat untuk melatih dsan mempertajam daya konsentrasi.

2. Pengertian Belajar

Tugas utama seorang siswa adalah belajar, karena belajar sangat penting untuk mencapai kemampuan berpikir. Mastur dan Triyono (2014:93) Sebab efektifitas belajar sangat dipengaruhi oleh tiga faktor, yaitu:

- a. Faktor dari dalam diri anak
- b. Faktor dari luar diri anak
- c. Faktor dari materi belajar

Faktor dari dalam diri anak adalah faktor yang mempengaruhi proses belajar yang meliputi:

- 1) Faktor jasmani/fisik
 - a) Keadaan kesehatan anak
 - b) Tingkat kesegaran tubuh
 - c) Kelengkapan tubuh (adanya cacat tubuh)
 - d) penyakit yang diderita
 - e) kecukupan akan gizi
- 2) Faktor rohani/psikis
 - a) Tingkat konsentrasi dalam belajar
 - b) Tingkat intelegensi/kecerdasan
 - c) Adanya bakat/kemampuan khusus
 - d) Adanya minat terhadap mata pelajaran
 - e) Adanya keseimbangan kepribadian
 - f) Adanya dorongan ingin tahu
 - g) Kematangan belajar

Faktor fisik dan psikis sangat menunjang, saling melengkapi dan sama-sama penting. Kondisi fisik yang sehat, dalam keadaan segar, organ tubuh lengkap dan berfungsi dengan baik serta gizi yang cukup adalah persyaratan ideal proses belajar dapat optimal.

Pada aspek psikologis, intelegensi memegang peranan sangat penting. Intelegensi yang tinggi akan mempercepat proses belajar. Hal ini bukan berarti aspek psikologis yang lain tidak penting. Aspek psikologis seperti minat, konsentrasi, dan yang lain juga penting. Minat terhadap suatu mata pelajaran akan mendorong anak melakukan usaha belajar, dengan sukarela. Konsentrasi belajar merupakan hasil dari terpenuhinya persyaratan belajar yang efektif.

Mencapai konsentrasi dalam belajar, diperlukan persyaratan sebagai berikut:

- a) Tubuh dalam keadaan yang sehat (tidak sedang sakit)
- b) Tubuh dalam keadaan segar (tidak kelelahan)

- c) Ada minat terhadap materi yang dipelajari
- d) Suasana lingkungan bebas dari gangguan/ancaman

Terpenuhinya persyaratan-persyaratan tersebut, maka kita dapat memusatkan perhatian dalam suatu hal. Untuk mencapai konsentrasi tingkat tinggi perlu selalu berlatih . Perhatian akan terpecah bila ada dua atau tiga objek yang sama-sama menarik perhatian. Dalam belajar mengesampingkan objek-objek lain. Selain faktor yang bersumber pada subyek belajar, kegiatan dan hasil belajar juga dipengaruhi oleh faktor lingkungan. Lingkungan turut menentukan hasil belajar. Faktor yang berasal dari lingkungan itu antara lain sebagai berikut:

- a) Fasilitas belajar
- b) Tempat belajar
- c) Situasi keluarga
- d) Keadaan lingkungan masyarakat
- e) Dukungan orang tua
- f) Pengaruh teman sebaya
- g) Waktu yang tersedia, dan lain-lain

Tempat terjadinya proses belajar diperhatikan persyaratannya. Perbandingan ruang kelas dan jumlah siswa harus diperhatikan, jangan terlalu sempit yang menyebabkan ruangan menjadi sumpek. Selain memperhatikan perbandingan luas ruangan, harus ada ventilasi udara yang cukup, sinar matahari yang cukup. Pemilihan lingkungan sekolah sebaiknya jauh dari jalan raya, pasar, atau tempat umum lainnya, sehingga suasana kelas terbebas dari suasana kebisingan. Tempat belajar di rumah sebaiknya menggunakan kamar belajar, di kamar belajar harus diperhatikan penerangannya, minimal ada dua yakni lampu kamar yang di atas, dan lampu baca yang di meja. Belajar di rumah memang bisa dilakukan di mana saja seperti di teras, ruang tamu, dapur, ruang keluarga, dan sebagainya.

3. Pentingnya Konsentrasi Belajar

Konsentrasi sangat diperlukan pada saat proses pembelajaran berlangsung, dengan konsentrasi yang memadai kadang hasilnya lebih baik, dibandingkan dengan belajar dalam waktu yang lama namun kurang didukung konsentrasi yang memadai. Belajar dikatakan penting, karena melalui proses belajar siswa mengenal huruf dan angka, pandai berhitung, bisa membaca, dan menulis. Mastur dan Triyono (2014:177-178) belajar adalah proses untuk mengerti sesuatu. Belajar dan mengajar adalah ilmu yang sama pentingnya, keduanya tidak dapat dipisahkan. Orang yang merasa tidak mempunyai ilmu wajib menuntut ilmu.

Ilmu yang dimilikinya seseorang mampu menerjemahkan, memahami, dan meneliti, serta dapat mengetahui yang benar dan yang salah. Pengalaman (terutama kegagalan, kesuksesan, kesalahan) adalah guru yang terbaik. Jadi, jangan pernah melewatkan kesuksesan yang kita raih, kegagalan yang kita alami, dan kesalahan yang kita lakukan tanpa memetik pengalaman dari hal-hal tersebut. Waktu kita untuk belajar dari pengalaman sangat terbatas, kita tidak akan bisa memanfaatkan semua waktu yang kita dapatkan untuk mempelajari semua yang kita perlukan. Untuk itu kita perlu belajar cerdas dan bijak, yang bisa kita lakukan adalah belajar tidak hanya dari pengalaman kita sendiri, namun bisa juga belajar dari pengalaman orang lain. Banyak cara yang bisa kita lakukan seperti membaca biografi orang-orang sukses.

4. Hal-hal yang Sering Mengganggu dalam Konsentrasi Belajar

Pada saat proses belajar terdapat beberapa hal yang mengganggu dalam konsentrasi belajar. Mastur dan Triyono (2014:75) hal yang mengganggu dalam konsentrasi belajar, antara lain:

a. Kurang berminat dalam mempelajari sesuatu

Kurang berminat dalam mempelajari kecil kemungkinan untuk memperoleh keberhasilan, karena minat merupakan kecenderungan suka atau tidak suka pada suatu hal. Minat adalah sesuatu yang pribadi, unik, dan tidak bisa dipaksakan namun bisa dibangun dalam diri seseorang. Oleh karena itu, minat sangat perlu di tumbuh kembangkan oleh diri Anda sendiri, orang lain hanya mendukung. Daya mengingat bahan pelajaran hanya mungkin terlaksana jika seseorang berminat terhadap pelajarannya, misalnya jika kita membaca suatu bacaan dan didukung oleh minat yang kuat maka kita pasti bisa mengingatnya dengan baik walaupun hanya dibaca atau disimak sekali. Sebaliknya suatu bacaan yang berulang-ulang dihafal akan mudah terlupakan jika tanpa minat. Minat memudahkan terciptanya konsentrasi dalam pikiran seseorang. perhatian serta-merta yang diperoleh secara wajar dan tanpa paksaan tenaga kemampuan seseorang memudahkan berkembangnya konsentrasi, yaitu pemikiran terhadap suatu pelajaran.

Tanpa ada minat dalam diri seseorang, konsentrasi dalam belajar akan sulit untuk dilakukan. Rasa malas yang timbul dalam diri anak dapat disebabkan karena tidak adanya motivasi diri. Motivasi ini kemungkinan belum tumbuh dikarenakan anak belum mengetahui manfaat dari belajar atau belum ada sesuatu yang ingin dicapai. Selain itu kelelahan dalam beraktivitas dapat berakibat menuunnya kekuatan fisik dan melemahnya kondisi psikis. Sebagai contoh terlalu lama bermain atau terlalu banyak memantu pekerjaan orangtua di rumah dapat menyebabkan menurunnya kekuatan fisik pada anak. Contoh lainnya terlalu lama menangis, marah-marah juga akan berpengaruh pada kondisi psikologis anak.

b. Kejemuhan

Segala sesuatu yang membosankan, sepele dan terus menerus berlangsung secara otomatis tidak akan bisa memikat perhatian. Bosan

melakukan sesuatu hal yang lebih banyak berasal dari dalam diri seseorang dari pada bersumber pada hal-hal diluar dirinya. Pada teori kognitif, otak manusia mengolah apa yang kita alami dan pelajari, semuanya akan tersimpan di dalam akal secara permanen. Namun, terkadang kenyataannya berbeda. Apa yang kita pelajari dengan tekun justru sukar diingat kembali dan mudah terlupakan, sebaliknya tidak sedikit pengalaman dan pelajaran yang yang kita tekuni sepiantas lalu mudah melekat dalam ingatan. Dalam belajar disamping siswa sering mengalami kelupaan, ia terkadang mengalami peristiwa negatif yang disebut jenuh belajar. Jenuh dalam belajar sering kali dialami siswa yang sedang dalam proses belajar dan dapat membuat siswa merasa telah menyiakan usahanya.

Penghapusan kebosanan dalam belajar dari seseorang juga bisa terlaksana dengan menumbuhkan minat belajar kemudian meningkatkan minat itu sebesar-besarnya. Mastur dan Triyono (2014:75) untuk menghindari kejemuhan, perlu adanya variasi dalam belajar. Seseorang yang monoton dalam belajar tana diselingi kegiatan yang menyenangkan akan menurunkan gairah dalam belajar. Namun variasi kegiatan yang terlalu banyak juga mengganggu dalam membangun konsentrasi. jadi harus seimbang antara kegiatan belajar dengan kegiatan selingan agar belajar lebih optimal dan terhindar dari kejemuhan.

c. Gangguan kesehatan

Perkembangan fisik pada anak memiliki karakteristik yang berbeda baik sebelum maupun sesudah anak-anak. Perkembangan fisik pada anak perlu dipelajari dan dipahami oleh setiap guru, karena dipercaya bahwa segala aktivitas-aktivitas belajar yang menyangkut mentalnya serta pembentukan kepribadian dipengaruhi oleh kondisi pertumbuhan fisik. Agar aktivitas belajar terlaksana dengan baik salah satu faktor pendukungnya adalah kesehatan. Sehat berarti dalam keadaan baik

segenap badan beserta bagian-bagiannya bebas dari penyakit. Kesehatan seseorang sangat berpengaruh terhadap belajarnya.

Proses belajar seseorang akan terganggu, selain itu ia cepat lelah, kurang bersemangat, mudah pusing, mengantuk, badannya terasa lemah, kurang darah ataupun ada gangguan-gangguan kesehatan lainnya seperti kelainan fungsi alat indera serta tubuhnya. Agar seseorang dapat belajar dengan baik haruslah mengusahakan kesehatan badannya tetap terjaga dengan selalu mengindahkan ketentuan tentang bekerja, belajar, beristirahat, tidur, makan, olahraga, rekreasi, dan beribadah. Kondisi fisik yang bugar akan memberikan pengaruh positif terhadap proses belajar, begitu juga sebaliknya kondisi fisik yang lemah atau sakit akan menghambat tercapainya hasil belajar yang maksimal. Panca indera yang berfungsi dengan baik akan mempermudah aktivitas belajar. Anak yang memiliki cacat fisik (panca indera maupun fisik) tidak akan mencapai hasil belajar yang maksimal. Meskipun ada juga anak yang memiliki cacat fisik namun nilai akademiknya memuaskan. Cacat yang diderita anak akan mempengaruhi psikologisnya., diantaranya: sulit bergaul karena memiliki perasaan malu dan minder akan kekurangannya, ada perasaan takut diejek teman, dan merasa tidak sempurna dibandingkan dengan teman-temannya. Perasaan yang menghantui anak dapat membuat prestasinya menurun. Namun ada juga anak yang menjadikan kekurangannya sebagai motivasi untuk bisa berprestasi di sekolah.

Cacat fisik membuat anak merasa kurang percaya diri dalam melakukan aktivitas belajardi sekolah dengan baik, sehingga perlu disediakan sekolah yang bisa menampung anak yang cacat sesuai dengan cacat yang disandangnya. Seseorang dapat belajar dengan baik jika didukung oleh fisik yang sehat. Bagaimana mungkin seseorang yang sakit dapat membangun konsentrasi belajar yang baik, sementara rasa sakit,

dan kurang nyamannya kondisi badan juga membuyarkan konsentrasi belajar.

d. Gangguan keadaan yang kurang mendukung

Lingkungan merupakan salah satu faktor yang sangat mempengaruhi konsentrasi belajar dari luar. Lingkungan seseorang yang kurang mendukung adalah hiruk pikuk keadaan sekitar yang mengganggu. Misalnya lingkungan yang suka menonton TV ramai-ramai, lingkungan berjudi, pekerja malam, dan sebagainya. Dengan keadaan lingkungan yang seperti ini maka akan sangat mempengaruhi konsentrasi belajar.

e. Pemusatan perhatian

Pemusatan perhatian atau fokus mengenai suatu objek yang akan kita pelajari merupakan suatu hal yang harus kita lakukan pada saat belajar, fokuskan pikiran kita hanya pada sesuatu yang akan kita pelajari. Namun dalam keadaan tertentu tidak jarang kita terjebak dalam pikiran-pikiran buruk yang sulit dikontrol, seperti takut melakukan kesalahan, khawatir tidak dapat menyelesaikan pekerjaan, cemas ketika memikirkan masa depan atau pikiran-pikiran buruk lainnya yang sebenarnya belum tentu terjadi. Timbulnya pikiran-pikiran tersebut akan membuat perasaan tidak tenang bahkan bisa mengganggu kesehatan, untuk menghindari memang bukan hal yang mudah. Namun rasa tidak nyaman itu bisa dihilangkan dengan beberapa cara, misalnya mengalihkan perhatian dari pikiran-pikiran yang dianggap mengganggu. Bisa juga dibantu dengan meditasi dengan melakukan meditasi membuat pikiran seseorang tenang. Meditasi juga bermanfaat untuk melatih dan mempertajam daya konsentrasi. Mastur dan Triyono (2014:75) menyatakan pikiran kecil yang sering muncul di usia pubertas antara lain: khayalan jumpa pacar, ingat senyum manis, pandangan tertuju pada foto seseorang yang spesial, dan juga keinginan-keinginan yang belum sempat terwujud.

5. Kiat Meningkatkan Konsentrasi Belajar

Pada proses belajar terdapat beberapa cara yang dapat meningkatkan konsentrasi belajar. Mastur dan Triyono (2014:76-79) kiat meningkatkan konsentrasi belajar, antara lain :

a. Mencintai mata pelajaran

- 1) Rasa kurang senang pada suatu mata pelajaran atau guru tertentu, juga menumbuhkan rasa malas, sehingga perolehan belajar kurang optimal.
- 2) Kebiasaan mendua (membaca buku lain, mengerjakan PR di kelas) saat guru mengajar, selain kurang sopan juga mengganggu konsentrasi belajar.

b. Menemukan Makna

Anda harus yakin bahwa apa yang Anda pelajari merupakan sesuatu yang bermakna bagi masa sekarang dan yang akan datang.

c. Menjaga Kesehatan Fisik dan Psikis

Badan dan jiwa yang sehat menumbuhkan rasa tenang merupakan bekal meningkatkan konsentrasi belajar. Makanan yang bergizi, cukup tidur, dan istirahat juga membantu meningkatkan konsentrasi, suasana hati yang tenang juga sangat penting. Oleh karena itu, jika Anda bermasalah segeralah berupaya mencari jalan keluar terbaik, jika perlu minta bantuan pada pihak lain, misalnya guru pembimbing dan wali kelas.

d. Meningkatkan Suasana yang Aman dan Nyaman

- 1) Berusaha menciptakan suasana nyaman, jika Anda memiliki kamar pribadi. Upayakan bebas gangguan games, telepon, pilih tempat yang bukan untuk melakukan hal lain, misaknya jika Anda belajar di tempat tidur kamu akan berpikir untuk tidur.
- 2) Cari tempat yang jauh dari pusat kegiatan jika perlu tempelkan tulisan di pintu seperti : “*Do not distrub*, lagi belajar, jangan ganggu, pak dokter baru lagi sibuk, dan lain-lain.

- e. Canangkan target kecil dan beri selamat diri kamu ketika target itu tercapai.
- f. Pilih waktu terbaik
- g. Tetaplah aktif, buat catatan garis bawah, warna gambar, uji diri dengan pertanyaan.
- h. Menghindari pikiran kecil yang mengganggu
Jika Anda siap belajar maka Anda harus bersih dari pikiran yang mengganggu, oleh sebab itu beri selingan yang sesuai hobi, misalnya sejenak mendengarkan musik, setelah belajar beberapa bab selingi dengan refleksi atau senam kecil.
- i. Alat tulis, buku yang mendukung tersedia dan tersimpan rapi
Banyak orang membuang waktu yang berharga untuk mencari-cari alat tulis, akan lebih efisien dengan meletakkan barang-barang tersebut di atas meja dalam kotak khusus.
- j. Relaksasi untuk menghindari kejenuhan
Jika Anda jenuh upayakan gerakan refleksi secukupnya agar yang sudah dipelajari terekam secara baik.
- k. Ruang belajar terang dan cukup oksigen
- l. Perlu berlatih konsentrasi
Berlatih dan berlatih memusatkan perhatian ketika belajar, sehingga memperoleh hasil optimal, pelatihan yang berkali-kali akan membiasakan diri dalam berkonsentrasi.
- m. Perlu belajar dari kata mutiara orang sukses
 - 1) Orang-orang dari segala usia sebenarnya dapat belajar apa saja jika mereka jika mereka melakukannya dengan gaya untuk mereka, dengan kekuatan pribadi mereka sendiri. (Barbara Prashing karya : Gordon Dryden, 2000).

- 2) Jika Anda dapat memimpikannya, Anda pasti bisa melakukannya (*Walt Disney dalam buku The Learning Revolution karya : Gordon Dryden, 2000*).
- 3) Saya tidak pernah bekerja seharipun dalam hidup saya, semuanya adalah keasyikan.

6. Faktor-faktor yang Menyebabkan Siswa Kurang Konsentrasi dalam Belajar

Adapun faktor penyebab siswa yang kurang konsentrasi lebih difokuskan pada faktor internalnya yaitu sebagai berikut :

- a. Faktor- faktor yang berasal dari dalam diri siswa (internal), yaitu :
 - 1) Faktor-faktor psikologis
 - 2) Faktor-faktor fisiologis

Berikut penjelasan dari faktor-faktor internal penyebab siswa yang kurang konsentrasi dalam belajar adalah sebagai berikut :

a. Faktor-faktor Internal

- 1) Faktor Psikologis
 - a) Motivasi

Motivasi harus selalu ada dan dipelihara agar senantiasa hidup mengelora didalam jiwa kita selamanya. Kalau kita kehilangan semangat badan rasanya lemah, malas, tidak bergairah dan tidak berdaya, bahkan merasa tidak berharga. Motivasi sangat diperlukan untuk keberhasilan seseorang dalam belajar. Mastur dan Triyono (2014:12) Motivasi adalah keseluruhan daya penggerak dalam diri siswa yang akan menimbulkan kegiatan belajar dan memberikan arah pada kegiatan belajar. Motivasi adalah penggerak, yakni penggerak yang menimbulkan keinginan-keinginan seperti, keinginan untuk tahu, keinginan untuk sukses dan sebagainya. Motivasi belajar merupakan penggerak yang akan menimbulkan

kegiatan belajar. Kegiatan belajar disini meliputi, mendengarkan, menyimak, mengerjakan tugas, mengobservasi, meneliti, dan menelaah materi pelajaran. Motivasi belajar akan memberikan arah pada kegiatan belajar maksudnya mengarahkan pada pencapaian tujuan belajar yaitu mengerti, memahami, dan terampil terhadap apa yang dipelajari.

b) Bakat

Bakat apabila dikembangkan akan terwujud dalam kemampuan-kemampuan sebagaimana bidang bakatnya. Bakat merupakan potensi bawaan yang masih memerlukan pengembangan. Menurut Asrori (Dalam Martin, 2014:20) menyatakan bakat (aptitude) mengandung makna kemampuan bawaan yang merupakan potensi (potensial ability) yang masih perlu pengembangan dan latihan lebih lanjut. Mastur dan Triyono (2014:126) mengemukakan bakat merupakan kemampuan potensial yang dibawa anak sejak lahir dan sangat sedikit dipengaruhi oleh proses belajar.

c) Minat

Minat merupakan kecenderungan terhadap suatu objek atau kecenderungan seseorang untuk memberi perhatian khusus pada sesuatu. Menurut Almuqhar (Martin, 2014:46) menyatakan minat adalah perasaan, pikiran, prasangka, rasa takut, atau kecenderungan lain yang mengarahkan individu pada suatu pilihan tertentu. Minat juga dapat dikatakan sebagai apa yang disukai seseorang untuk dilakukan. Minat merupakan bagian mental yang meliputi perasaan, harapan, pendirian, dan dugaan yang cenderung mengarahkan individu kepada suatu pilihan tertentu. Minat dapat diwujudkan dalam cita-cita yang direncanakan dimasa depan yang akan terwujud dalam perencanaan pendidikan, jabatan ataupun gaya

hidup yang diinginkan. Mastur dan Triyono (2014:127) minat adalah aspek kepribadian yang berkaitan dengan objek yang menstimulir perasaan senang pada individu.

d) Sikap terhadap belajar

Sikap menyenangkan pelajaran akan sangat membantu di dalam proses belajar jika sebaliknya siswa tidak menyukai pelajaran tersebut ditambah lagi tidak menyenangkan guru yang mengajar maka siswa tidak akan peduli dengan pelajarannya. Mastur dan Triyono (2014:172) sikap yang salah akan membawa siswa merasa tidak peduli dengan belajar lagi. Akibatnya tidak akan terjadi proses belajar yang kondusif, tentunya hal ini akan sangat menghambat proses belajar. Sikap siswa terhadap pembelajaran akan menentukan proses belajar itu sendiri. Ketika siswa sudah tidak peduli terhadap pembelajaran maka belajar yang dilakukan akan sia-sia.

Peserta didik adalah orang yang menerima pengaruh dari seseorang atau sekelompok orang yang menjalankan pendidikan. Menurut Sudirman (Tutik Rachmawati dan Daryanto, 2015:12) karakteristik peserta didik adalah keseluruhan pola kekuatan dan kemampuan yang ada pada peserta didik sebagai hasil dari pembawaan dan lingkungan sosialnya sehingga menentukan pola aktivitas dalam meraih cita-citanya.

2) Fisiologis

Faktor psikologis adalah hal-hal yang secara langsung berhubungan dengan keadaan jasmani individu atau siswa termasuk diantaranya:

a) Kesehatan

Kebersihan adalah pangka kesehatan, tubuh yang sehat akan terhindar dari berbagai macam penyakit. Mastur dan Triyono

(2014:76) badan dan jiwa yang sehat menumbuhkan rasa tenang, merupakan bekal meningkatkan konsentrasi belajar. Makanan yang bergizi, cukup tidur, dan istirahat juga sangat membantu meningkatkan konsentrasi belajar, suasana hati yang tenang juga sangat penting. Oleh karena itu, jika bermasalah segeralah berupaya mencari jalan keluar terbaik, jika perlu minta bantuan pada pihak lain seperti guru pembimbing dan wali kelas.

B. Layanan Penguasaan Konten

1. Pengertian Layanan Penguasaan Konten

Pada bimbingan dan konseling terdapat berbagai jenis layanan, salah satunya adalah layanan penguasaan konten. Prayitno (2012:156) menyebutkan layanan penguasaan konten adalah suatu kemampuan dan kompetensi tertentu yang dibelajarkan kepada siswa dan diharapkan siswa mampu menguasai konten tersebut secara matang.

Daryanto & Farid (2015:44) menyatakan layanan penguasaan konten yaitu layanan bimbingan dan konseling yang membantu peserta didik menguasai konten tertentu, terutama kompetensi atau kebiasaan dalam melakukan, berbuat atau mengerjakan sesuatu yang berguna dalam kehidupan sekolah, keluarga, dan masyarakat sesuai dengan tuntutan kemajuan dan berkarakter cerdas yang terpuji, sesuai dengan potensi dan peminatan dirinya.

Dapat disimpulkan bahwa layanan penguasaan konten adalah suatu layanan bantuan kepada individu (siswa) baik sendiri maupun kelompok untuk menguasai kemampuan atau kompetensi tertentu melalui kegiatan belajar dan diharapkan mampu memenuhi kebutuhannya serta mengatasi masalah-masalah yang dihadapinya.

2. Tujuan Layanan Penguasaan Konten

a. Tujuan Umum

Menurut Prayitno (2012:90) tujuan umum layanan penguasaan konten adalah dikuasainya suatu konten tertentu. Penguasaan konten ini perlu bagi individu untuk menambah wawasan dan pemahaman, mengarahkan penilaian dan sikap, menguasai cara-cara kebiasaan tertentu untuk memenuhi kebutuhannya dan mengatasi masalah-masalahnya.

b. Tujuan Khusus

Menurut Prayitno (2012:90) tujuan khusus penguasaan konten dapat dilihat pertama dari kepentingan individu atau klien mempelajarinya, dan kedua isi konten itu sendiri. Tujuan khusus layanan penguasaan konten terkait dengan fungsi-fungsi konseling, yaitu :

- 1) Fungsi pemahaman, yaitu menyangkut konten-konten yang isinya merupakan hal yang perlu dipahami. Seluruh aspek konten (yaitu fakta, data, konsep, proses, hukum atau aturan, nilai dan bahkan aspek yang menyangkut persepsi, aspek afeksi, sikap dan tindakan) memerlukan pemahaman yang memadai. Konselor dan konten yang menjadi fokus layanan penguasaan konten.
- 2) Fungsi pencegahan, dapat menjadi muatan layanan penguasaan konten apabila kontennya memang terarah kepada terhindarnya individu atau klien dari mengalami masalah tertentu.
- 3) Fungsi pengentasan, akan menjadi arah layanan apabila penguasaan konten memang untuk mengatasi masalah yang sedang dialami klien.
- 4) Fungsi pengembangan dan pemeliharaan, yaitu penguasaan konten dapat secara langsung mengembangkan di satu sisi, dan di sisi lain memelihara potensi individu atau klien.
- 5) Fungsi Pembelaan, penguasaan konten yang tepat dan terarah memungkinkan individu membela diri sendiri terhadap ancaman ataupun pelanggaran atas hak-haknya.

Menyelenggarakan layanan penguasaan konten konselor perlu menekankan secara jelas dan spesifik fungsi-fungsi konseling mana yang menjadi arah layanannya dengan konten khusus yang akan menjadi fokus kegiatannya. Penekanan atas fungsi itulah sesuai dengan isi konten yang dimaksud akan tercapai tujuan khusus layanan penguasaan konten.

3. Manfaat Layanan Penguasaan Konten

- a. Siswa dapat menguasai tugas perkembangan sesuai dengan kemampuan dan kompetensi yang di ajarkan.
- b. Membantu individu/siswa agar tercegah dari masalah-masalah tertentu terlebih apabila kontennya terarah kepada terhindarnya individu atau klien dari mengalami masalah tertentu.
- c. Mengembangkan potensi diri individu (siswa) sekaligus memelihara potensi-potensi yang telah berkembang pada diri siswa.

4. Komponen Layanan Penguasaan Konten

Komponen layanan penguasaan konten adalah guru pembimbing, individu atau peserta didik, dan konten yang menjadi isi layanan.

- a. Guru pembimbing adalah tenaga ahli pelayanan konseling, penyelenggaraan layana penguasaan konten dengan menggnakan berbagai modus dan media layanannya. Guru pembimbing menguasai konten yang akan menjadi isi layanan penguasaan konten yang diselenggarakan.
- b. Individu atau peserta didik adalah subjek yang menerima layanan. Individu penerima layanan Penguasaan konten merupaka peserta didik (siswa di sekolah), peserta didik yang secara khusus memerlukan bantuan guru pembimbing, atas siapapun yang memerlukan penguasaan konten tertentu demi pemenuhan tuntutan perkembangan dan atau kehidupannya.

c. Konten adalah isi layanan penguasaan konten, yaitu materi yang menjadi pokok bahasan atau materi latihan yang dikembangkan oleh konselor dan diikuti atau dijalani oleh individu peserta layanan.

Konten pada layanan penguasaan konten dapat diangkat dari bidang-bidang pelayanan konseling, yaitu: bidang-bidang :

- 1) Pengembangan kehidupan pribadi
- 2) Pengembangan kemampuan hubungan sosial
- 3) Pengembangan kegiatan belajar
- 4) Pengembangan perencanaan karier
- 5) Pengembangan kehidupan berkeluarga
- 6) Pengembangan kehidupan beragama

Berkenaan dengan semua bidang pelayanan yang dimaksudkan itu dapat diambil dan dikembangkan berbagai hal yang kemudian dikemas menjadi topik atau pokok bahasan, bahan latihan, dan atau isi kegiatan yang diikuti oleh peserta pelayanan. Konten dalam layanan penguasaan konten itu sangat bervariasi, baik dalam bentuk, materi, maupun acuannya. Acuan yang dimaksud itu dapat terkait dengan tugas-tugas perkembangan peserta didik, kegiatan dan hasil belajar siswa, nilai, moral dan tata krama pergaulan, peraturan dan disiplin sekolah, bakat, minat, dan arah karir, ibadah keagamaan, kehidupan dalam keluarga, dan secara khusus permasalahan peserta didik.

5. Asas Layanan Penguasaan Konten

Layanan penguasaan konten pada umumnya bersifat terbuka. Asas yang paling diutamakan adalah asas kegiatan, dalam arti peserta layanan diharapkan benar-benar aktif mengikuti dan menjalani semua kegiatan yang ada didalam proses layanan. Asas kegiatan ini dilandasi oleh asas kesukarelaan dan keterbukaan dari peserta layanan. Dengan ketiga asas tersebut proses layanan akan berjalan lancar dengan keterlibatan penuh

peserta layanan. Secara khusus, layanan penguasaan konten dapat diselenggarakan terhadap klien tertentu. Layanan khusus ini dapat disertai asas kerahasiaan, apabila klien dan kontennya mengendakinya.

6. Pendekatan, Metode dan Teknik Layanan Penguasaan Konten

a. Pendekatan

Layanan penguasaan konten diselenggarakan secara langsung (bersifat *direktif*) dan tatap muka, dengan format klasikal. peneliti secara aktif menyajikan bahan, memberikan contoh, merangsang, mendorong, dengan menggerakkan siswa untuk berpartisipasi aktif mengikuti dan menjalani materi dan kegiatan layanan. Dalam hal ini guru pembimbing menegakkan dua nilai proses pembelajaran yaitu :

- 1) *High-touch*, yaitu sentuhan-sentuhan tingkat tinggi yang mengenai aspek-aspek kepribadian dan kemanusiaan peserta layanan, melalui implementasi oleh konselor pilar pembelajaran yang disebut berwibawa meliputi asas-asas:
 - a) Pengakuan dan penerimaan
 - b) Kasih sayang dan kelembutan
 - c) Pengarahan dan keteladanan
 - d) Pemberian penguatan
 - e) Tindakan tegas yang mendidik
- 2) *High-tech*, yaitu teknologi tingkat tinggi untuk menjamin kualitas penguasaan konten, melalui implementasi oleh konselor:
 - a) Materi pembelajaran
 - b) Metode pembelajaran
 - c) Alat bantu pembelajaran
 - d) Lingkungan pembelajaran
 - e) Penilaian hasil pembelajaran

b. Metode dan Teknik

- 1) Penguasaan Konten. Pertama-tama guru pembimbing menguasai konten dengan berbagai aspeknya yang akan menjadi isi layanan. Makin kuat penguasaan konten ini akan semakin meningkatkan kewibawaan guru pembimbing di mata peserta layanan. Untuk memperkuat penguasaan konten, pemanfaatan berbagai sumber oleh guru pembimbing sangat diharapkan.
- 2) Teknik. Setelah konten dikuasai, guru pembimbing membawa konten tersebut ke arena layanan penguasaan konten. Berbagai teknik dapat digunakan, yaitu :
 - a) Penyajian, guru pembimbing menyajikan pokok konten setelah para peserta disiapkan sebagaimana mestinya.
 - b) Tanya jawab dan diskusi, guru pembimbing mendorong partisipasi aktif dan langsung peserta didik.
 - c) Kegiatan lanjutan, sesuai dengan penekanan aspek tertentu dari konten dilakukan berbagai kegiatan lanjutan berupa :
 - (1) Diskusi kelompok
 - (2) Penugasan dan latihan terbatas
 - (3) Survey lapangan, studi keputusan
 - (4) Percobaan
 - (5) Latihan tindakan
 - (6) Refleksi BMB3 (Berfikir, Merasa, Bersikap, Bertindak, Bertanggungjawab)
- 3) Media Pembelajaran

Untuk memperkuat proses pembelajaran dalam rangka penguasaan konten, konselor dapat menggunakan berbagai perangkat keras dan perangkat lunak media pembelajaran, meliputi alat peraga (contoh replica dan miniatur), media tulis dan grafis, peralatan dan

program elektronik. Penggunaan media akan lebih meningkatkan aplikasi High-tech dalam layanan penguasaan konten.

4) Waktu dan Tempat

Layanan penguasaan konten dapat dilaksanakan dimana saja dan kapan saja sesuai dengan kesepakatan konselor dan para pesertanya, serta aspek-aspek konten yang dipelajari. Makin besar paket konten, makin banyak waktu yang diperlukan. Tempat penyelenggaraan penguasaan konten disesuaikan pula dengan aspek-aspek konten serta kondisi peserta. Penyelenggaraan layanan dengan format klasikal dapat diselenggarakan didalam ruang kelas disekolah, sedangkan format kelompok didalam ruang kelas atau diluar kelas. Format layanan individual sepenuhnya tergantung pada pertimbangan konselor dan persetujuan klien. Layanan penguasaan konten dengan konten khusus dapat diselenggarakan didalam dan terintegrasikan dalam bimbingan kelompok, konseling kelompok atau konseling perorangan.

5) Keterkaitan

Layanan penguasaan konten mempunyai keterkaitan antara: jenis layanan yang lain dan kegiatan pendukung.

a) Keterkaitan Jenis Layanan Lain.

Beberapa jenis layanan dalam bimbingan dan konseling, diantaranya layanan penguasaan konten dapat berdiri sendiri. Layanan penguasaan konten dapat juga menjadi isi layanan-layanan konseling lainnya. Dengan demikian, upaya penguasaan konten tertentu dapat diintegrasikan kedalam layanan orientasi, informasi, penempatan dan penyaluran, konseling perorangan, bimbingan kelompok, konseling kelompok, konsultasi dan mediasi. Bentuk keterkaitan yang dimaksud itu dapat berupa integrasi dan pula tindak lanjut. Dalam menangani seseorang atau sejumlah klien konselor perlu mencermati kebutuhan klien dalam penanganan

masalahnya, sehingga keterkaitan berbagai layanan itu menjadi jelas dan termanfaatkan secara optimal.

b) Keterkaitan Kegiatan Pendukung.

(1) Aplikasi Instrumentasi

Hasil aplikasi instrumentasi dapat dijadikan konten yang terkait dengan materi layanan penguasaan konten. Skor tes, sosiogram, hasil ulangan dan ujian, isian angket, dan lain-lain, merupakan konten yang aktual dan dinamis, khususnya bagi responden yang peserta aplikasi instrumenasi yang dimaksud. Dalam hal ini asas kerahasiaan perlu mendapat perhatian sepenuhnya apabila aspek konten yang dibicarakan menyangkut pribadi-pribadi tertentu. Penyebutan nama secara langsung harus dihindari.

(2) Himpunan Data

Sama dengan hasil aplikasi instrumentasi, data yang tercantum dalam himpunan data dapat dijadikan konten yang dibawa ke dalam layanan penguasaan konten. Demikian juga, data dalam himpunan data dapat menggerakkan Konselor untuk menetapkan seseorang untuk mengikuti /menjalani layanan penguasaan konten tertentu. Dalam hal ini asas kerahasiaan sangat ditekankan.

(3) Konfrensi Kasus, Kunjungan Rumah, dan Alih Tangan Kasus.

Ketiga kegiatan pendukung di atas, pada umumnya ditempuh apabila peserta penguasaan konten memerlukan tindak lanjut tertentu. Dari hasil penilaian (laiseg atau laijapen) dapat diidentifikasi peserta mana yang memerlukan tindak lanjut tertentu, konfrensi kasus, kunjungan rumah atau alih tangan kasus yang mengarah pada pendalaman penguasaan konten

dengan permasalahan yang dialami oleh peserta yang bersangkutan.

7. Operasionalisasi Layanan Penguasaan Konten

Layanan penguasaan konten terfokus kepada dikuasainya konten tertentu, untuk itu layanan ini perlu direncanakan, dilaksanakan serta dievaluasi secara benar dan akurat.

a) Perencanaan

Setelah guru pembimbing menetapkan subjek atau peserta layanan penguasaan konten, konselor menetapkan konten yang akan dipelajari secara rinci, serta menetapkan proses dan langkah-langkah layanan.

b) Mengorganisasikan unsur-unsur dan sasaran layanan

Pada tahap ini konselor menyiapkan fasilitas layanan termasuk media dengan perangkat keras dan lemahnya. Disamping itu disiapkan juga kelengkapan administrasi.

c) Pelaksanaan

Konselor melaksanakan kegiatan layanan melalui dimanfaatkannya seoptimal mungkin/dioorganisasikan, melalui proses pembelajaran penguasaan konten. Dalam proses pembelajaran itu diimplementasikan pilar *high-touch* dan *high-tech*.

d) Penilaian

Secara umum penilaian terhadap hasil layanan penguasaan konten diorientasikan kepada diperolehnya kelima dimensi belajar terkait dengan konten tertentu terkait dengan masalah yang dihadapi. Secara khusus, penilaian hasil layanan penguasaan konten ditekankan kepada penguasaan peserta atau klien atas aspek-aspek konten yang dipelajari. Penilaian hasil layanan diselenggarakan dalam tiga tahap:

- (1) Penilaian segera (*laissez*), penilaian yang diadakan segera menjelang diakhirinya setiap kegiatan layanan.

- (2) Penilaian jangka pendek (lajipen), penilaian yang diadakan beberapa waktu (satu minggu sampai satu bulan) setelah kegiatan layanan.
- (3) Penilaian jangka panjang (lajipang), penilaian yang diadakan setelah satu bulan atau lebih pasca layanan.

Lajipen dan lajipang dapat mencakup penilaian terhadap konten untuk sejumlah sesi layanan penguasaan konten, khususnya untuk rangkaian konten-konten yang berkelanjutan.

e) Tindak lanjut dan laporan

Setelah menetapkan jenis dan arah tindak lanjut, konselor mengomunikasikan rencana tindak lanjut itu kepada peserta layanan dan pihak-pihak terkait, dan kemudian melaksanakan rencana tindak lanjut tersebut, penyusunan tindak lanjut itu dilakukan oleh konselor atas pelaksanaan layanan penguasaan konten secara lengkap dan menyampaikan laporan kepada pihak terkait serta mendokumentasikan laporan layanan.

8. Aspek dalam Layanan Penguasaan Konten

Aspek konten meliputi fakta, data, konsep, proses, hukum dan aturan, nilai dan bahkan aspek yang menyangkut persepsi, afeksi, sikap, dan tindakan. Dalam fungsi pemahaman, isi dari konten tersebut merupakan berbagai hal yang perlu dipahami.

9. Tahap Pelaksanaan Layanan Penguasaan Konten

1) Perencanaan

- a) Menetapkan subjek atau peserta layanan
- b) Menetapkan dan menyiapkan konten yang akan dipelajari secara rinci
- c) Menetapkan proses dan langkah-langkah layanan
- d) Menetapkan dan menyiapkan fasilitas layanan, termasuk media dengan perangkat keras dan lunaknya

- e) Menyiapkan kelengkapan administrasi
- 2) Pelaksanaan
- a) Melaksanakan kegiatan layanan melalui pengorganisasian proses pembelajaran penguasaan konten.
 - b) Mengimplementasikan *high-touch* dan *high-tech* dalam proses pembelajaran
- 3) Evaluasi
- a) Menetapkan materi evaluasi
 - b) Menetapkan prosedur evaluasi
 - c) Menyusun instrumen evaluasi
 - d) Mengaplikasikan instrumen evaluasi
 - e) Mengolah hasil aplikasi instrumen
- 4) Analisis hasil evaluasi
- a) Menetapkan norma / standar evaluasi
 - b) Melakukan analisis
 - c) Menafsirkan hasil evaluasi
- 5) Tindak lanjut
- a) Menetapkan jenis dan arah tindak lanjut
 - b) Mengkomunikasikan rencana tindak lanjut kepada peserta layanan dan pihak-pihak terkait
 - c) Melaksanakan rencana tindak lanjut
- 6) Laporan
- a) Menyusun laporan pelaksanaan layanan penguasaan konten
 - b) menyampaikan laporan kepada pihak-pihak terkait, khususnya kepala sekolah sebagai penanggung jawab utama layanan bimbingan dan konseling di sekolah

10. Faktor pendukung Dalam Layanan Penguasaan Konten

- a. Faktor Internal yaitu kondisi yang berpengaruh dalam proses belajar yang berasal dari diri sendiri sehingga terjadi perubahan tingkah lakunya, yang meliputi kecerdasan, bakat, kecakapan, minat, motivasi belajar, kondisi fisik dan mental.
- b. Faktor Eksternal yaitu berbagai kondisi di luar individu yang dapat mempengaruhi belajarnya diantaranya lingkungan sekolah, lingkungan keluarga, lingkungan masyarakat.

C. Meningkatkan Konsentrasi Belajar Melalui Layanan Penguasaan Konten

Konsentrasi dalam belajar sangat penting bagi siswa agar fokus pada materi pelajaran yang sedang disampaikan oleh guru. Konsentrasi adalah pemusatan perhatian dan pikiran hanya pada yang sedang kita pelajari. Dalam belajar, konsentrasi dapat diartikan pemusatan pikiran terhadap suatu mata pelajaran dengan menyampingkan semua hal lainnya yang tidak berhubungan dengan pelajaran. Pemusatan perhatian tersebut tertuju pada isi bahan belajar maupun proses memperolehnya. Perolehan hasil belajar akan lebih baik jika belajar dilakukan dengan konsentrasi yang memadai.

Konsentrasi dalam belajar merupakan hal yang sangat penting yang dapat mempengaruhi hasil belajar baik di sekolah maupun di rumah. Dengan berkonsentrasi seseorang dapat dengan mudah memahami apa yang sedang dipelajarinya, sehingga apa yang dipelajari akan lebih mudah diingat dalam jangka panjang. Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan konsentrasi siswa yaitu dengan mengembangkan kemampuan dalam belajar. Dengan mengembangkan kemampuan berpikir kritis dalam belajar diyakini akan membuat siswa aktif dalam mengkonstruksikan pengetahuannya, sehingga siswa menjadi fokus atau konsentrasi terhadap apa yang dipelajarinya.

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan layanan penguasaan konten. layanan penguasaan konten adalah suatu layanan bantuan kepada individu

(siswa) baik sendiri maupun kelompok untuk menguasai kemampuan atau kompetensi tertentu melalui kegiatan belajar dan diharapkan mampu memenuhi kebutuhannya serta mengatasi masalah-masalah yang dihadapinya. Layanan penguasaan konten pada penelitian ini dipilih dengan maksud agar siswa yang kurang berkonsentrasi dalam belajar dapat lebih fokus dalam mengikuti kegiatan pembelajaran dengan menguasai kemampuan atau kompetensi tertentu sesuai dengan kebutuhannya serta dapat membantu mengatasi masalah-masalah terutama yang berkaitan dengan proses belajarnya.

Kegiatan layanan penguasaan konten akan disajikan konten-konten berupa materi, selain itu diskusi kelompok dan diberi tugas berkaitan dengan konsentrasi belajar, sehingga siswa dapat menguasai pembelajaran sesuai dengan kebutuhannya yang berguna bagi perkembangan dirinya dan ada pencapaian dari konten yang diberikan seperti nilai, sikap, kebiasaan dan perubahan tingkah laku dalam belajar sehingga tujuan dari layanan penguasaan konten dapat tercapai.

D. Penelitian yang Relevan

Hasil pengamatan penulis didukung juga oleh penelitian terdahulu, yaitu sebabagai berikut :

1. Umi Miftakhiatul Azizah (2014) dengan judul skripsi : “Upaya Meningkatkan Konsentrasi Belajar Pada Mata Pelajaran Bahasa Indonesia Melalui Layanan Penguasaan Konten Dengan Teknik Relaksasi Pada Siswa Kelas VIII G SMP 2 Bae Kudus”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran secara empiris peningkatan konsentrasi belajar siswa pada mata pelajaran Bahasa Indonesia melalui layanan penguasaan konten dengan teknik relaksasi. Konsentrasi belajar pada mata pelajaran Bahasa Indonesia pada saat pra siklus dengan jumlah rata-rata 15,13 point, kemudian pada pelaksanaan siklus I terjadi peningkatan menjadi 29,57, dan pada pelaksanaan siklus II meningkat menjadi 45,23 point. Kesimpulan dari penelitian ini adalah layanan penguasaan konten dengan teknik relaksasi dapat

meningkatkan konsentrasi belajar pada mata pelajaran Bahasa Indonesia. Terdapat perbedaan dan persamaan dalam penelitian ini, persamaanya yaitu variabel masalahnya berkaitan dengan konsentrasi belajar, namun pada penelitian ini lebih berfokus pada konsentrasi mata pelajaran bahasa Indonesia, serta variabel tindakan menggunakan layanan penguasaan konten. Sedangkan perbedaannya terletak pada tekniknya dalam penelitian ini menggunakan teknik relaksasi sedangkan dipenelitian saya tidak menggunakan teknik.

2. Y. Sartono (2014) dengan judul “Peningkatan Tanggungjawab Belajar Melalui Layanan Penguasaan Konten Dengan Teknik *Role Playing* Pada Siswa Kelas IX C SMP 1 Karanganyar Kabupaten Pekalongan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah tanggungjawab belajar siswa dapat ditingkatkan melalui layanan penguasaan konten dengan teknik *role playing* dan untuk mengetahui hasil layanan penguasaan konten dengan teknik *role playing*. Hasil layanan penguasaan konten dengan teknik *role playing* dapat meningkatkan tanggungjawab belajar siswa dengan skor rata-rata 3,6. Kesimpulan dari penelitian ini bahwa layanan penguasaan konten dengan teknik *role playing* dapat meningkatkan tanggungjawab belajar siswa. Kesamaan dalam penelitian ini adalah pada variabel tindakan yaitu layanan penguasaan konten, namun tidak menggunakan teknik, sedangkan perbedaannya terletak pada variabel masalah.
3. Khotimatul Khusniah (2013) dengan judul “ Upaya Meningkatkan Motivasi Belajar Melalui Layanan Penguasaan Konten pada Siswa Kelas VIII E 4 Bae Kudus. Tujuan dari penelitian ini adalah diperolehnya peningkatan motivasi belajar melalui layanan penguasaan konten pada siswa kelas VIII E SMP Negeri 4 Bae Kudus. Berdasarkan hasil observasi sebelum tindakan layanan penguasaan konten motivasi belajar siswa rendah dalam kategori kurang dengan tingkatan skor 10-17. Setelah diberikan layanan pada siklus I motivasi belajar siswa mengalami peningkatan cukup baik dengan hasil

tingkatan skor 27-34. Kemudian pada siklus II mengalami peningkatan menjadi kategori baik dengan skor 38-41. Kesimpulan dari penelitian ini bahwa motivasi belajar siswa dapat ditingkatkan melalui layanan penguasaan konten. Persamaan pada penelitian ini yaitu variabel tindakannya sedangkan perbedaannya terletak pada variabel masalah.

4. M. Zamroni Numri (2015) dengan judul “Meningkatkan Kemandirian Belajar Melalui Layanan Penguasaan Konten Dengan Teknik Latihan Saya Bertanggungjawab Pada Siswa Kelas VII A SMP 1 Kedungwuni Kabupaten Pekalongan”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kemandirian belajar siswa dapat ditingkatkan melalui layanan penguasaan konten dengan teknik latihan saya bertanggungjawab dan untuk mengetahui hasil layanan penguasaan konten dengan teknik saya bertanggungjawab. Hasil penelitian layanan penguasaan konten dengan teknik latihan saya bertanggung jawab dapat meningkatkan kemandirian siswa dengan skor rata-rata 3,6 atau 73%. Kesimpulan dari penelitian ini bahwa kemandirian belajar siswa dapat ditingkatkan melalui layanan penguasaan konten dengan teknik latihan saya bertanggungjawab. Terdapat persamaan dan perbedaan dalam penelitian ini yaitu persamaannya pada variabel tindakan, sedangkan perbedaannya terletak pada variabel masalah.

E. Kerangka Berpikir dan Hipotesis Tindakan

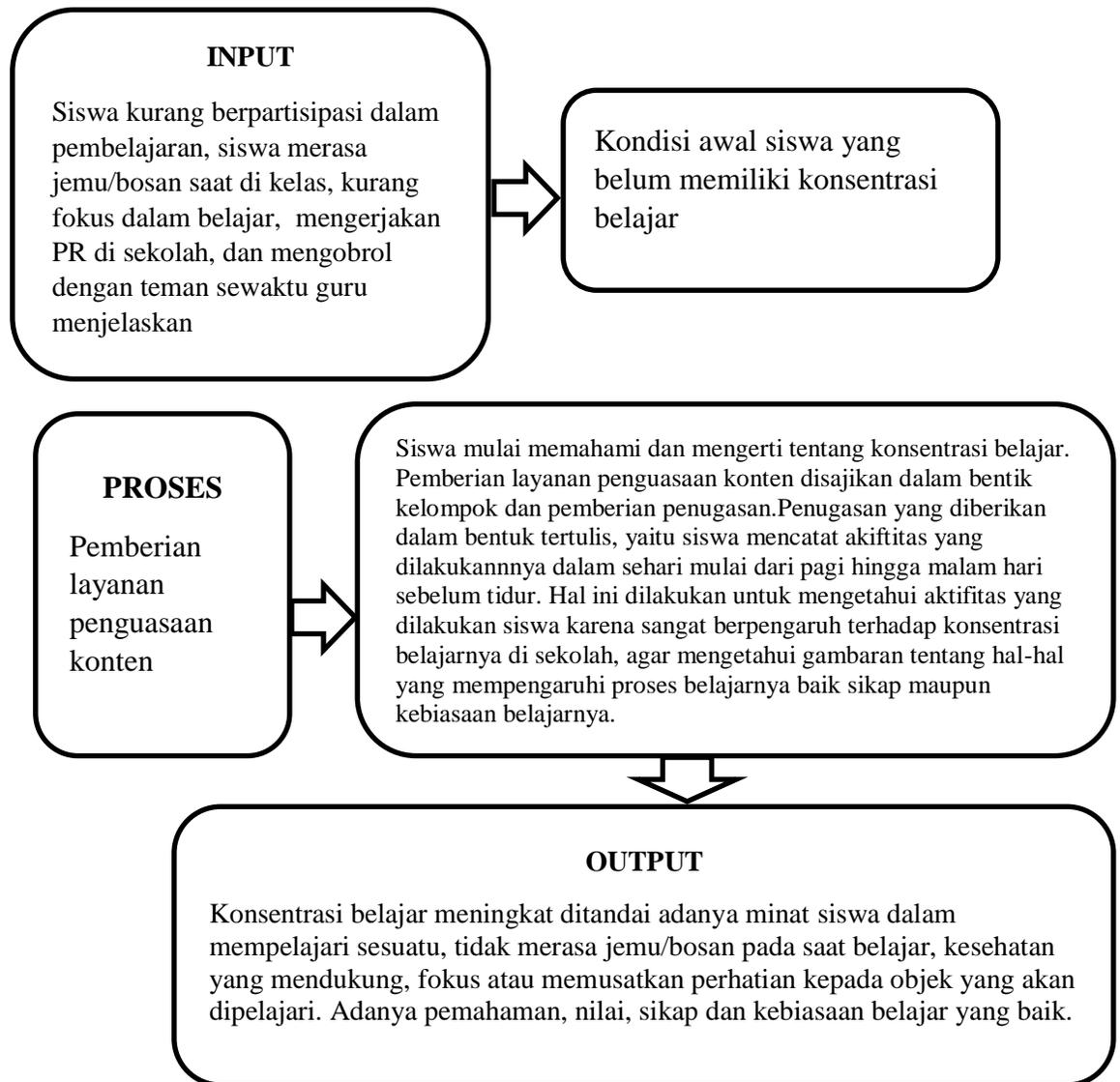
1. Kerangka Berpikir

Konsentrasi belajar berarti pemusatan pikiran terhadap suatu mata pelajaran dengan menyampingkan semua hal lainnya yang tidak berhubungan dengan pelajaran. Pemusatan perhatian tersebut tertuju pada isi bahan belajar maupun proses memperolehnya. Perolehan hasil belajar akan lebih baik jika belajar dilakukan dengan konsentrasi yang memadai. Konsentrasi dalam belajar merupakan hal yang sangat penting yang dapat mempengaruhi hasil belajar baik di sekolah maupun di rumah. Salah satu

cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan konsentrasi siswa yaitu dengan mengembangkan kemampuan dalam belajar, seperti berpikir kritis dalam belajar yang diyakini akan membuat siswa aktif dalam mengkonstruksikan pengetahuannya, sehingga siswa menjadi fokus atau konsentrasi terhadap apa yang dipelajarinya.

Upaya meningkatkan konsentrasi belajar yang dilakukan siswa oleh guru Bimbingan dan Konseling yaitu memberikan informasi dan materi yang berkaitan dengan pemahaman, nilai, sikap dan kebiasaan belajar yang baik. Salah satu layanan yang dapat diberikan adalah layanan penguasaan konten. Layanan penguasaan konten menghendaki siswa dapat menguasai konten yang berkaitan dengan belajar dalam berbagai aspek, baik itu nilai, sikap maupun kebiasaan belajar dari masing-masing siswa.

Bagan 2.1
Kerangka Berpikir



2. Hipotesis Tindakan

Hipotesis adalah jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian yang kebenarannya masih lemah, sehingga harus diuji secara empiris. Menurut Sugiyono (2015:96). “Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan”. Sedangkan menurut Hadari Nawawi (2012:47) “Hipotesis dapat diartikan sebagai dugaan pemecahan masalah yang bersifat sementara yakni pemecahan masalah yang mungkin benar dan mungkin pula salah”.

Hipotesis dalam penelitian ini adalah: “Layanan penguasaan konten dilakukan dapat meningkatkan konsentrasi belajar pada siswa kelas VIII A SMP Negeri 1 Jangkang”.