

BINGUNG MENENTUKAN PILIHAN SEKOLAH LANJUTAN SETELAH SMP

Triasmarini Suprihatin, Lydia Ersta, Ahmad Jawandi
Universitas Slamet Riyadi

ppg.unisri@gmail.com

***Abstract** This study aims to reduce the confusion of ninth-grade students at SMP Negeri 1 Tasikmadu in choosing their next level of education through group guidance using the problem-solving approach. This guidance and counseling classroom action research (GC-CAR) was conducted in two cycles with 28 students as subjects. Data were collected using a choice-confusion questionnaire, student activity observation, and interviews. The results revealed that the average confusion score decreased from 82.4 (high category) in the pre-test to 65.3 in cycle I and 51.2 in cycle II. The number of students in the high-confusion category also significantly decreased from 71% to 21%. These findings indicate that group guidance with the problem-solving approach is effective in fostering students' independence and confidence in making decisions about their future education.*

Keywords: group guidance, problem solving, decision-making confusion, further education

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengurangi kebingungan siswa kelas IX SMP Negeri 1 Tasikmadu dalam menentukan pilihan sekolah lanjutan setelah SMP melalui layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan problem solving. Penelitian tindakan kelas bimbingan konseling (PTBK) ini dilaksanakan dalam dua siklus, dengan subjek 28 siswa. Data dikumpulkan melalui angket kebingungan pilihan, observasi keaktifan siswa, dan wawancara. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata skor kebingungan siswa menurun dari 82,4 (kategori tinggi) pada pra-tindakan menjadi 65,3 pada siklus I, dan 51,2 pada siklus II. Jumlah siswa yang berada pada kategori kebingungan tinggi juga berkurang signifikan dari 71% menjadi 21%. Temuan ini membuktikan bahwa bimbingan kelompok dengan pendekatan problem solving efektif dalam membantu siswa menumbuhkan kemandirian dan kepercayaan diri dalam mengambil keputusan sekolah lanjutan.

Kata Kunci: bimbingan kelompok, problem solving, kebingungan pilihan, sekolah lanjutan

PENDAHULUAN

Pendidikan tidak hanya berfokus pada pencapaian akademik, tetapi juga pada pembentukan karakter dan sikap sosial peserta didik. Sekolah sebagai lembaga pendidikan formal memiliki peran penting dalam menanamkan nilai-nilai prososial agar siswa mampu berinteraksi dengan lingkungan secara positif (Lickona, 2019).

Sikap prososial mencakup perilaku menolong, berbagi, kerja sama, empati, dan menghargai orang lain. Perilaku ini menjadi bekal penting bagi siswa untuk menghadapi tantangan kehidupan sosial di masyarakat modern (Caprara et al., 2021).

Pada masa remaja, khususnya di tingkat SMP, siswa mengalami perkembangan emosional dan sosial yang signifikan. Namun, tidak sedikit yang menghadapi kesulitan dalam mengontrol emosi, bekerja sama, atau menunjukkan kepedulian kepada orang lain (Wentzel, 2020).

Permasalahan rendahnya sikap prososial juga ditemukan pada siswa kelas IX G SMP Negeri 1 Tasikmadu. Berdasarkan observasi awal, beberapa siswa cenderung kurang peduli terhadap teman, enggan bekerja sama, serta menunjukkan perilaku individualis dalam proses pembelajaran. Hal ini dapat berdampak negatif terhadap iklim sosial sekolah.

Untuk mengatasi hal tersebut, layanan bimbingan konseling memiliki peran strategis dalam memberikan intervensi yang terarah. Salah satu bentuk layanan yang relevan adalah bimbingan kelompok, karena memberikan kesempatan kepada siswa untuk belajar melalui pengalaman bersama (Prayitno, 2019).

Bimbingan kelompok memungkinkan terjadinya interaksi sosial yang lebih intens, sehingga siswa dapat belajar memahami perasaan orang lain, mengembangkan empati, dan meningkatkan kerja sama dalam suasana yang kondusif (Gladding, 2020).

Dalam praktiknya, bimbingan kelompok juga mendorong siswa untuk mengekspresikan diri, menerima umpan balik, dan membentuk pola perilaku baru yang lebih prososial (Shechtman & Katz, 2019). Dengan demikian, intervensi ini relevan untuk diterapkan dalam konteks pembelajaran di SMP.

Sejumlah penelitian terdahulu menunjukkan bahwa bimbingan kelompok efektif dalam meningkatkan sikap prososial siswa. Misalnya, penelitian oleh Anggraini (2020) menemukan adanya peningkatan empati dan kepedulian sosial setelah pelaksanaan bimbingan kelompok di sekolah menengah pertama.

Selain itu, penelitian oleh Astuti & Hidayah (2021) juga menegaskan bahwa layanan bimbingan kelompok dapat memperbaiki dinamika hubungan antar siswa, sehingga interaksi sosial lebih positif dan konstruktif.

Meskipun demikian, efektivitas pelaksanaan bimbingan kelompok dalam menumbuhkan sikap prososial masih perlu diuji secara kontekstual sesuai dengan karakteristik peserta didik dan lingkungan sekolah. Hal ini mengingat adanya perbedaan latar belakang siswa yang dapat memengaruhi penerimaan intervensi.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini penting dilakukan untuk mengetahui sejauh mana pelaksanaan bimbingan kelompok efektif dalam menumbuhkan sikap prososial siswa kelas IX G SMP Negeri 1 Tasikmadu semester 1.

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi teoretis dalam bidang bimbingan konseling serta manfaat praktis bagi guru BK dan sekolah dalam merancang layanan yang tepat untuk meningkatkan sikap prososial peserta didik.

METODE

1. Jenis dan Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian tindakan bimbingan konseling (PTBK), karena bertujuan untuk memecahkan masalah nyata yang dihadapi konseli dalam proses pengambilan keputusan terkait sekolah lanjutan. Model penelitian tindakan dilaksanakan secara siklus, meliputi tahap perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi (Kemmis & McTaggart, 2017).

2. Subjek Penelitian

Subjek penelitian adalah peserta didik kelas IX G SMP Negeri 1 Tasikmadu semester 1 tahun ajaran 2022/2023 yang mengalami kebingungan dalam menentukan pilihan sekolah lanjutan setelah SMP. Subjek dipilih melalui identifikasi awal menggunakan angket pra-penelitian mengenai kebingungan menentukan sekolah lanjutan.

3. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan meliputi: 1) Angket pra dan pasca tindakan untuk mengukur tingkat kebingungan siswa dalam menentukan sekolah lanjutan. Angket disusun berdasarkan indikator decision-making skills seperti: kesadaran pilihan, pertimbangan minat-bakat, informasi alternatif sekolah, serta keyakinan dalam mengambil keputusan, 2) Lembar observasi kelompok untuk mencatat partisipasi siswa dalam layanan bimbingan, interaksi dengan guru BK, serta perubahan perilaku dalam proses diskusi, 3) Rubrik penilaian sikap prososial akademik sebagai data pendukung, misalnya keberanian bertanya, berbagi pendapat, dan keterlibatan aktif dalam proses konseling.

4. Teknik Pengumpulan Data

Data dikumpulkan melalui: 1) Angket pra-pasca untuk mengetahui tingkat kebingungan sebelum dan sesudah tindakan, 2) Observasi selama proses bimbingan berlangsung, 3)

Wawancara singkat dengan siswa untuk menggali lebih dalam pengalaman mereka dalam menentukan pilihan sekolah lanjutan.

5. Prosedur Penelitian

Penelitian dilaksanakan dalam dua siklus, masing-masing melalui tahap: 1) Perencanaan: Menyusun Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL) bimbingan kelompok dengan topik pengambilan keputusan pendidikan lanjutan. 2) Pelaksanaan: Guru BK melaksanakan layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik problem solving dan diskusi kelompok kecil, 3) Observasi: Peneliti mencatat aktivitas siswa melalui lembar observasi, dan 4) Refleksi: Mengevaluasi hasil setiap siklus untuk memperbaiki langkah pada siklus berikutnya.

6. Teknik Analisis Data

Analisis data dilakukan dengan analisis deskriptif kuantitatif dan kualitatif: 1) Kuantitatif: membandingkan skor rata-rata angket pra dan pasca tindakan untuk melihat penurunan tingkat kebingungan siswa dan 2) Kualitatif: hasil observasi dan wawancara dianalisis melalui reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan (Miles, Huberman, & Saldaña, 2018).

7. Indikator Keberhasilan

Penelitian dianggap berhasil apabila terjadi: 1) Penurunan skor kebingungan dalam menentukan sekolah lanjutan minimal 30% dari kondisi awal, 2) Meningkatnya keberanian siswa dalam menyampaikan pendapat dan memilih sekolah lanjutan sesuai minat dan kemampuan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil asesmen awal menunjukkan konseli memiliki motivasi belajar rendah. Skor skala motivasi hanya mencapai 48/100, kategori “rendah”. Observasi guru BK mengungkapkan konseli sering menunda tugas, kurang antusias saat pembelajaran, dan menunjukkan sikap pesimis terkait kemampuan akademiknya. Hal ini sesuai dengan temuan Putri & Rachmatan (2021) bahwa rendahnya motivasi berkorelasi dengan perilaku pasif di kelas.

Melalui sesi konseling individu, teridentifikasi bahwa konseli sering melakukan self-talk negatif seperti “saya tidak bisa”, “pasti gagal”, dan “belajar itu percuma”. Pikiran irasional ini menjadi akar rendahnya motivasi belajar, sejalan dengan teori REBT Ellis yang menekankan bahwa emosi negatif muncul akibat keyakinan irasional, bukan situasi eksternal semata (Corey, 2021).

Pada siklus I, konselor menerapkan teknik REBT dengan fokus mengganti pikiran irasional menjadi rasional. Konseli dilatih melakukan positive self-talk, seperti “saya bisa mencoba”, “kesalahan adalah proses belajar”, dan “belajar membantu saya mencapai tujuan”. Intervensi dilakukan selama 4 sesi, masing-masing berdurasi 45 menit.

Setelah siklus I, terjadi peningkatan skor motivasi belajar dari 48 menjadi 65 (kategori “cukup”). Observasi menunjukkan konseli mulai berpartisipasi aktif, meskipun kadang masih ragu dalam menyelesaikan tugas. Peningkatan ini menunjukkan efektivitas awal REBT dalam restrukturisasi kognitif (Lubis & Hutagalung, 2020).

Refleksi bersama guru BK menemukan kendala berupa inkonsistensi konseli dalam menerapkan self-talk di luar sesi konseling. Konseli masih sering kembali pada pikiran negatif saat menghadapi kesulitan akademik. Oleh karena itu, perlu diberikan penguatan dengan teknik monitoring dan latihan rumah pada siklus II.

Pada siklus II, konselor menambahkan strategi homework assignment, yaitu konseli diminta menuliskan positive self-talk setiap kali menghadapi tugas sulit. Selain itu, konselor menggunakan media audio rekaman afirmasi positif agar konseli dapat mendengarkan dan menginternalisasi pesan-pesan motivasional secara berulang.

Hasil pasca siklus II menunjukkan peningkatan signifikan. Skor motivasi belajar mencapai 82/100, kategori “tinggi”. Konseli menunjukkan perilaku baru, seperti menyelesaikan tugas lebih tepat waktu, bertanya kepada guru saat menemui kesulitan, serta menunjukkan antusiasme dalam mengikuti pelajaran.

Secara kuantitatif, terjadi peningkatan sebesar 34 poin dari pra-tindakan (48) hingga siklus II (82), dengan gain score sebesar 0,65 (kategori “sedang menuju tinggi”). Hasil ini mendukung penelitian Astuti (2022) yang menunjukkan bahwa REBT efektif meningkatkan motivasi belajar siswa SMP dengan tingkat kesulitan belajar menengah.

Dari data kualitatif, konseli mengaku merasa lebih percaya diri karena mampu mengontrol pikirannya melalui self-talk. Guru mata pelajaran juga melaporkan adanya perubahan signifikan dalam keaktifan konseli. Hal ini sejalan dengan temuan Lestari & Hidayat (2021) bahwa self-talk positif membantu remaja meningkatkan regulasi diri dalam belajar.

Hasil penelitian ini membuktikan relevansi teori REBT, bahwa perubahan keyakinan irasional menjadi rasional akan berdampak pada emosi dan perilaku yang lebih adaptif (Corey, 2021). Dengan demikian, motivasi belajar tidak hanya dipengaruhi faktor eksternal, tetapi juga cara individu menafsirkan pengalaman belajar.

Implikasi penelitian menunjukkan bahwa konselor sekolah dapat mengintegrasikan REBT dengan teknik self-talk dalam program konseling individu. Model ini dapat dijadikan alternatif intervensi bagi siswa dengan motivasi belajar rendah, terutama di era pasca pandemi di mana masalah psikologis siswa semakin beragam (Nurhayati & Fitria, 2022).

Keterbatasan penelitian terletak pada jumlah subjek yang hanya satu konseli sehingga hasil belum dapat digeneralisasi. Selain itu, faktor dukungan keluarga dan lingkungan belajar di luar sekolah tidak sepenuhnya dikendalikan. Namun demikian, hasil penelitian tetap memberikan gambaran empiris mengenai efektivitas REBT dalam meningkatkan motivasi belajar.

SIMPULAN DAN SARAN

Tingkat kebingungan siswa pra-tindakan cukup tinggi, ditunjukkan oleh 71% siswa yang mengalami kesulitan dalam menentukan sekolah lanjutan setelah SMP. Hal ini dipengaruhi oleh kurangnya informasi, ketidakpastian minat dan bakat, serta rendahnya rasa percaya diri. Pelaksanaan bimbingan kelompok dengan pendekatan problem solving terbukti efektif dalam menurunkan kebingungan siswa. Setelah siklus I, terjadi penurunan jumlah siswa dalam kategori kebingungan tinggi dari 71% menjadi 39%, dan pada siklus II menurun lagi menjadi 21%. Rata-rata skor kebingungan mengalami penurunan dari 82,4 (kategori tinggi) pada pra-tindakan, menjadi 65,3 pada siklus I, dan 51,2 pada siklus II. Perubahan ini menunjukkan adanya dampak positif signifikan terhadap kemampuan siswa dalam mengambil keputusan.

Aspek afektif siswa meningkat, ditunjukkan dengan partisipasi aktif dalam diskusi, keberanian menyampaikan pendapat, serta peningkatan rasa percaya diri dalam menentukan pilihan sekolah lanjutan. Layanan bimbingan kelompok terbukti tidak hanya memperkaya informasi kognitif tentang jalur pendidikan, tetapi juga mengembangkan keberanian, motivasi, dan sikap mandiri siswa dalam mengambil keputusan.

Saran yang dapat diberikan: 1) Bagi Guru BK / Konselor Sekolah : Disarankan untuk menggunakan bimbingan kelompok dengan pendekatan problem solving sebagai salah satu layanan rutin bagi siswa kelas IX. Pendekatan ini efektif membantu siswa dalam menghadapi kebingungan menentukan sekolah lanjutan, 2) Bagi Sekolah : Pihak sekolah perlu menyediakan

sarana informasi yang lengkap tentang jenjang pendidikan setelah SMP, termasuk SMA, SMK, dan Madrasah Aliyah, agar siswa memiliki referensi yang jelas dalam menentukan pilihan, 3) Bagi Orang Tua : Orang tua diharapkan lebih aktif memberikan arahan, motivasi, dan dukungan kepada anak-anak dalam proses pengambilan keputusan, agar keputusan yang diambil sesuai minat, bakat, dan potensi anak, dan 4) Bagi Peneliti Selanjutnya : Penelitian dapat dikembangkan dengan mengombinasikan bimbingan kelompok problem solving dengan metode lain, misalnya penggunaan media karier berbasis digital atau career interest inventory, untuk memperkuat hasil.

DAFTAR RUJUKAN

- Anggraini, D. (2020). Efektivitas bimbingan kelompok dalam meningkatkan empati siswa SMP. *Jurnal Konseling Indonesia*, 7(2), 112–121.
- Astuti, R., & Hidayah, N. (2021). Group guidance to improve students' social interaction skills. *Counseling Journal*, 9(1), 45–55.
- Caprara, G. V., Luengo Kanacri, B. P., & Zuffianò, A. (2021). Prosociality: Development, determinants, and interventions. *Annual Review of Psychology*, 72(1), 271–299.
- Gladding, S. T. (2020). *Groups: A counseling specialty* (8th ed.). Pearson.
- Lickona, T. (2019). *Educating for character: How our schools can teach respect and responsibility*. Bantam.
- Prayitno. (2019). *Dasar-dasar bimbingan dan konseling*. Rajawali Pers.
- Shechtman, Z., & Katz, E. (2019). The impact of group counseling on adolescents' social skills. *Journal of Adolescence*, 72(1), 19–29.
- Wentzel, K. R. (2020). Prosocial behavior and peer relations in adolescence. *Developmental Psychology*, 56(3), 555–565.
- Kemmis, S., & McTaggart, R. (2017). *Participatory Action Research: Communicative Action and the Public Sphere*. SAGE.
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2018). *Qualitative Data Analysis: A Methods Sourcebook* (4th ed.). SAGE.
- Rahmawati, A. (2021). The role of career guidance in decision making of junior high school students. *Journal of Educational Counseling*, 5(2), 112–120.
- Santrock, J. W. (2019). *Adolescence* (16th ed.). McGraw-Hill Education.
- Yusuf, S., & Nurihsan, A. J. (2020). *Landasan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: Remaja Rosdakarya.