

**BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK LATIHAN  
SAYA BERTANGGUNG JAWAB TERHADAP PENINGKATAN  
PRESTASI AKADEMIK**

Maslikhah<sup>\*1</sup>, Ihsan Nurkholis<sup>2</sup>, Happy Karlina Marjo<sup>2</sup>, Wirda Hanim<sup>2</sup>  
<sup>1,2</sup>Universitas Negeri Jakarta

**Abstrak**

Prestasi akademik adalah Pencapaian seluruh hasil belajar peserta didik. Prestasi akademik dalam bidang pendidikan akademik, merupakan satu tingkat khusus perolehan atau hasil keahlian karya akademik yang dinilai oleh guru-guru, lewat tes yang dibakukan, atau lewat kombinasi kedua hal tersebut (Chaplin,2001). Bagi seorang anak, mempelajari sesuatu hal yang menarik bagi dirinya akan lebih mudah untuk diterima dan dipahami. Dalam hal minat, seseorang yang menaruh minat pada suatu bidang akan mudah dalam mempelajari bidang tersebut. Dengan berdasarkan minat tersebut guru bimbingan konseling bisa menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik latihan saya bertanggung jawab untuk memotivasi dan merasa percaya diri dalam meningkatkan prestasi akademiknya.

**Kata Kunci:** Bimbingan Kelompok, Latihan Saya Bertanggung Jawab, Prestasi Akademik

**Abstract**

*Academic achievement is the achievement of all student degrees. Academic achievement in the field of academic education, is a special level of acquisition or results of academic work skills that are assessed by teachers, through standardized tests, or through a combination of both (Chaplin, 2001). For a child, learning something interesting for him will be easier to be accepted and understood. In terms of interest, someone who has an interest in a field will be easy in studying the field. Based on this interest, the counseling teacher can use group guidance services with my practice techniques to be responsible for motivating and feeling confident in improving their academic performance.*

**Keywords:** Group Guidance, My Responsible Training, Academic Achievement

**PENDAHULUAN**

Sejalan dengan upaya peningkatan mutu pendidikan kiranya perlu diperhatikan masalah pencapaian akademik peserta didik. peserta didik yang memiliki potensi tinggi tentunya memiliki peluang yang lebih besar untuk mencapai prestasi akademik yang diharapkan pada jenjang pendidikan yang sedang di tempuhnya. Artinya bila para peserta didik menggunakan potensi yang dimilikinya secara optimal, dan memenuhi tuntutan akademik yang telah ditentukan, harapannya adalah dapat mencapai prestasi akademik secara optimal.

---

\*correspondence Address  
E-mail: maslikhahanwar@gmail.com

Menurut Kartono (1995) prestasi adalah hasil keahlian dalam kerja akademis yang dinilai oleh para pengajar melalui tes, ujian, dan ulangan yang dilakukan dalam satu semester. Prestasi akademik adalah hasil belajar yang diperoleh dari kegiatan pembelajaran yang bersifat kognitif dan sejauh mana mahasiswa menguasai bahan pelajaran yang sudah diberikan serta dinilai oleh para pengajar.

Melihat dari hal ini peserta didik mengalami penurunan prestasi dikarenakan kurangnya rasa kepedulian dan tanggung jawab terhadap prestasinya maka dengan ini penulis sangat ingin melihat ketercapaian teknik latihan saya bertanggung jawab untuk meningkatkan prestasi akademik.

### **Bimbingan kelompok**

Menurut Prayitno (1995) Mengemukakan bahwa Bimbingan kelompok adalah Suatu kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Artinya, semua peserta dalam kegiatan kelompok saling berinteraksi, bebas mengeluarkan pendapat, menanggapi, memberi saran, dan lain-lain sebagainya; apa yang dibicarakan itu semuanya bermanfaat untuk diri peserta yang bersangkutan sendiri dan untuk pesertalainnya.

Menurut Dewa Ketut Sukardi (2008: 64) menyatakan bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari narasumber tertentu (terutama dari pembimbing/konselor) yang berguna untuk menunjang kehidupannya sehari-hari baik individu maupun pelajar, anggota keluarga dan masyarakat serta untuk pertimbangan dalam pengambilan keputusan.

#### **Tujuan Layanan Bimbingan Kelompok**

##### **a. Tujuan Umum**

Layanan bimbingan kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa, khususnya kemampuan komunikasi pesertalayanan. Dalam kaitanya ini, sering menjadi kenyataan bahwa kemampuan bersosialisai/komunikasi seseorang sering terganggu oleh perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang tidak objektif, sempit dan terkukung, serta tidak efektif.

##### **b. Tujuan Khusus**

Bimbingan kelompok membahas topik-topik tertentu yang mengandung perasaan aktual (hangat) dan menjadi perhatian peserta. Melalui dinamika kelompok yang intensif, pembahasan topik-topik itu mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan, dan sikap yang menunjang diwujudkannya tingkah laku yang lebih efektif. Dalam hal ini kemampuan berkomunikasi, verbal maupun non verbal ditingkatkan.

#### **Fungsi Bimbingan Kelompok**

- a. Memberi kesempatan yang luas untuk berpendapat dan memberikan tanggapan tentang berbagai hal yang terjadi di lingkungan sekitar
- b. Mempunyai pemahaman yang efektif, objektif, tepat, dan cukup luas tentang berbagai hal tentang apa yang mereka bicarakan

- c. Menimbulkan sikap yang positif terhadap keadaan sendiri dan lingkungan mereka yang berhubungan dengan hal-hal yang mereka bicarakan dalam kelompok
- d. Menyusun program-program kegiatan untuk mewujudkan penolakan terhadap sesuatu hal yang buruk dan memberikan dukungan terhadap sesuatu hal yang baik
- e. Melaksanakan kegiatan-kegiatan yang nyata dan langsung untuk membuahkan hasil sebagaimana apa yang mereka programkan semula.

### **Latihan Saya Bertanggung Jawab**

Merupakan teknik yang dimaksudkan untuk membantu klien agar mengakui dan menerima perasaan-perasaannya dari pada memproyeksikan perasaannya itu kepada orang lain. Dalam teknik ini konselor meminta klien untuk membuat suatu pernyataan dan kemudian klien menambahkan dalam pernyataan itu dengan kalimat: "...dan saya bertanggung jawab atas hal itu".

Misalnya :

"Saya merasa jenuh, dan saya bertanggung jawab atas kejenuhan itu"

"Saya tidak tahu apa yang harus saya katakan sekarang, dan saya bertanggung jawab atas ketidaktahuan itu".

"Saya malas, dan saya bertanggung jawab atas kemalasan itu"

Meskipun tampaknya mekanis, tetapi menurut Gestalt akan membantu meningkatkan kesadaran klien akan perasaan-perasaan yang mungkin selama ini diingkarinya.

### **Prestasi Akademik**

Menurut Chaplin (2001) mengatakan prestasi akademik dalam bidang pendidikan akademik, merupakan satu tingkat khusus perolehan atau hasil keahlian karya akademik yang dinilai oleh guru-guru, lewat tes yang dibakukan, atau lewat kombinasi kedua hal tersebut. Menurut Winkel (1996) prestasi akademik adalah proses belajar yang dialami siswa untuk menghasilkan perubahan dalam bidang pengetahuan, pemahaman, penerapan, daya analisis, dan evaluasi.

Prestasi akademik adalah istilah untuk menunjukkan suatu pencapaian tingkat keberhasilan tentang suatu tujuan, karena suatu usaha belajar telah dilakukan oleh seseorang secara optimal.

Suryabrata (1993) menjelaskan bahwa prestasi akademik adalah hasil belajar evaluasi dari suatu proses yang biasanya dinyatakan dalam bentuk kuantitatif (angka) yang khusus dipersiapkan untuk proses evaluasi, misalnya nilai pelajaran, mata kuliah, nilai ujian dan lain sebagainya.

Kesimpulannya prestasi akademik adalah pencapaian yang dilakukan oleh individu dalam belajar di pendidikan baik formal, informal dan non formal.

### **Faktor - Faktor yang Mempengaruhi Prestasi Akademik**

Menurut Sobur (2003) terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi prestasi akademik, yaitu: a. Faktor Endogen Merupakan faktor yang berasal dari individu itu sendiri atau personal, meliputi:

1. Fisik Faktor fisik dikelompokkan menjadi beberapa kelompok antara lain faktor kesehatan dan anak yang mengalami kebutuhan khusus. Anak yang kurang sehat memiliki daya tangkap yang kurang dalam belajar dibandingkan dengan anak yang sehat. Pada anak yang mengalami kebutuhan khusus, misalnya mengalami bisu, tuli dan menderita epilepsi menjadi hambatan dalam perkembangan anak untuk berinteraksi terhadap lingkungan dan menerima mata pelajaran, terutama pada anak yang duduk di bangku sekolah dasar
2. Psikis Terdapat beberapa faktor psikis, yaitu:
  - a. Intelegensi atau Kemampuan Anak yang memiliki intelegensi yang rendah mengalami kesulitan dalam mengikuti pelajaran dan dapat tertinggal dari teman-temannya yang lain. Karena anak ini membutuhkan proses belajar yang lebih lambat dan membutuhkan lebih banyak waktu untuk belajar. Sebaliknya anak yang memiliki intelegensi yang tinggi akan lebih mudah untuk menangkap dan memahami pelajaran, lebih mudah untuk mengambil keputusan dan kreatif
  - b. Perhatian atau minat Bagi seorang anak, mempelajari sesuatu hal yang menarik bagi dirinya akan lebih mudah untuk diterima dan dipahami. Dalam hal minat, seseorang yang menaruh minat pada suatu bidang akan mudah dalam mempelajari bidang tersebut
  - c. Bakat Bakat adalah kemampuan yang dimiliki oleh seseorang dalam bidang tertentu. Misalnya anak yang memiliki bakat dalam bidang studi matematika akan lebih mudah dalam memahami bidang studi tersebut. Kendalanya terkadang orang tua kurang memperhatikan bakat yang dimiliki anak, sehingga orang tua memaksakan anak untuk masuk pada keahlian atau bidang tertentu tanpa mengetahui bakat yang dimiliki anak
  - d. Motivasi Faktor motivasi memiliki peranan dalam proses belajar. Ketiadaan motivasi baik internal maupun eksternal akan menyebabkan kurang semangatnya anak dalam melakukan proses pembelajaran baik di sekolah maupun di rumah. Jika orang tua atau guru memberikan motivasi kepada anak, maka timbul dorongan pada diri anak untuk belajar dan anak akan mengetahui manfaat belajar dan tujuan yang hendak dicapai
  - e. Kematangan Kematangan adalah tingkat perkembangan yang dialami oleh individu sehingga sudah berfungsi sebagaimana mestinya. Dalam belajar, kematangan sangat menentukan. Oleh karena itu setiap usaha belajar akan lebih berhasil bila dilakukan bersamaan dengan tingkat kematangan individu
  - f. Kepribadian Kepribadian mempengaruhi keadaan anak dalam belajar. Dalam proses pembentukan kepribadian, terdapat beberapa fase yang harus dilalui sesuai dengan tahap perkembangan anak. Seorang anak yang belum mencapai fase tertentu akan mengalami kesulitan jika orang tua mengajarkan sesuatu yang belum sesuai dengan fase tersebut kepribadiannya
  - g. Faktor Eksogen Merupakan faktor yang berasal dari luar individu atau lingkungan, meliputi: a) Keluarga Keluarga merupakan lingkungan yang pertama bagi anak dan juga merupakan kelompok sosial pertama dalam kehidupan anak karena keluarga merupakan tempat anak belajar dan menyatakan diri sebagai manusia sosial dalam hubungannya dengan interaksi

social. b) Faktor Sekolah Faktor lingkungan sekolah seperti guru dan kualitas hubungan antara guru dan murid mempengaruhi semangat anak dalam belajar. Pada faktor guru, guru yang menunjukkan sikap dan perilaku yang rajin dapat mendorong anak untuk melakukan hal yang sama. Selain itu juga cara mengajar guru seperti sikap dan kepribadian guru, tinggi rendahnya pengetahuan yang dimiliki, bagaimana cara guru mengajarkan pengetahuan dapat menentukan keberhasilan anak dalam belajar. c) Faktor Lingkungan Lain Faktor lingkungan lain seperti kondisi keluarga, guru dan fasilitas sekolah. Anak yang dibesarkan dalam lingkungan keluarga yang baik, bersekolah di sekolah yang memiliki guru dan fasilitas pelajaran yang baik belum tentu menjamin anak untuk dapat belajar dengan baik. Masih ada faktor lain yang mempengaruhi hasil belajar anak di sekolah. Selain itu juga, teman-teman anak di sekolah dan aktivitas yang dilakukan anak dapat mempengaruhi kegiatan belajarnya. Aktivitas di luar sekolah dapat membantu perkembangan anak akan tetapi tidak semua aktivitas tersebut bisa membantu.

### ***METODE PENELITIAN***

Metodologi penelitian ini menggunakan kajian literatur. Kajian literatur adalah merupakan penelitian yang dilakukan oleh peneliti dengan mengumpulkan sejumlah buku buku, majalah yang berkaitan dengan masalah dan tujuan penelitian. Teknik ini dilakukan dengan tujuan untuk mengungkapkan berbagai teori-teori yang relevan dengan permasalahan yang sedang dihadapi/diteliti sebagai bahan rujukan dalam pembahasan hasil penelitian.

### ***HASIL DAN PEMBAHASAN***

Hasil dari penelitian M. Zamroni Numri menunjukkan Layanan penguasaan konten dengan teknik latihan saya bertanggung jawab dapat meningkatkan kemandirian belajar siswa, dapat dilihat hasil pengamatan pada pelaksanaan siklus I skor rata-rata yang diperoleh 2,5 dengan hasil pengamatan masih terdapat 5 siswa yang sedang dan 6 siswa yang rendah tanggungjawab belajarnya. Pada pelaksanaan siklus II terdapat perbaikan dengan cara anggota diminta menyatakan kalimat saya bertanggung jawab untuk itu dengan kompak sambil mengepalkan tangan. Pada siklus II ini pelaksanaan layanan penguasaan konten dengan teknik latihan saya bertanggung jawab dapat meningkatkan.

Sedangkan dari penelitian Baghdad Afero dan Adman menunjukkan hasil yang didapatkan, terdapat indikator dengan skor jawaban terendah dari masing-masing variabel. Indikator terendah dari variabel kemandirian belajar yaitu indikator belajar tanpa bantuan orang lain. Saran dan implikasi terhadap indikator belajar tanpa bantuan orang lain mengacu kepada hal-hal yang dapat meningkatkan kemampuan belajar tanpa bantuan orang lain. Indikator terendah dari variabel kecerdasan emosional yaitu indikator pengaturan diri. Saran dan implikasi terhadap indikator pengaturan diri mengacu kepada hal-hal yang dapat meningkatkan pengaturan diri seseorang. Maka bisa disimpulkan bahwa pengaruh dampak prestasi akademik ada di faktor diri sendiri sehingga peserta didik harus mampu bertanggung jawab terhadap prestasi akademiknya.

Guru Bimbingan dan Konseling dapat mengarahkan peserta didik menggunakan teknik latihan saya bertanggung jawab terhadap prestasi akademiknya dengan contoh :Saya malas, dan saya bertanggung jawab atas kemalasan itu atau saya juara satu dan saya bertanggung jawab atas juara itu. Teknik ini membantu klien agar mengakui dan menerima perasaan-perasaannya dari pada memproyeksikan perasaannya itu kepada orang lain.

#### ***SIMPULAN DAN SARAN***

Teknik ini membantu klien agar mengakui dan menerima perasaan-perasaannya dari pada memproyeksikan perasaannya itu kepada orang lain dapat menghambat rasa kemalasan peserta didik dengan ini mereka dilatih untuk bertanggung jawab terhadap prestasinya baik yang menyangkut pribadi ataupun sekolah dengan melihat kajian teori.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Baghdad Afero Adman. (2016). Peran kecerdasan emosional sebagai faktor yang mempengaruhi kemandirian belajar siswa
- Corey, Gerald. (2009). Teori dan Praktik Konseling&Terapi. Bandung: PT Refika Aditama
- Darwis, SD. (2003). Metode penelitian kebidanan : prosedur, kebijakan, dan etik. (Editor Monica Ester). Cetakan I. Jakarta : Buku Kedokteran EGC.
- Djamarah, SB. (2002). Rahasia sukses belajar. Cetakan I. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Ginting, C. (2003). Kiat belajar di perguruan tinggi. Edisi II. Jakarta : PT Grasindo.
- Prayitno, & Amti, E. (2004). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling* . Jakarta : Rineka Cipta.