

## **UPAYA MENURUNKAN KEJENUHAN BELAJAR MELALUI BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK *GAMES* PADA SISWA KELAS XI IPS SMA NEGERI 1 PAREPARE**

*Efforts to Reduce the Level of Learning through Games Engineering  
Guidelines on Class XI IPS Students of SMA Negeri 1 Parepare*

**Hasliah<sup>1</sup>**

Email: [hasliah16@gmail.com](mailto:hasliah16@gmail.com)

Guru SMA Negeri 1 Parepare

Jl. Jenderal sudirman no. 187 Lapadde Kec. Ujung Kota Parepare Sulawesi Selatan

### **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk menurunkan kejenuhan belajar siswa kelas XI IPS SMA Negeri 1 Parepare melalui bimbingan kelompok teknik *games*. Kejenuhan belajar adalah suatu keadaan seseorang yang ditandai dengan keadaan bosan, letih, tidak bersemangat, serta cemas dengan hasil belajarnya karena memaksakan diri dalam belajar namun tetap merasa usahanya dalam belajar tidak membuahkan hasil. Penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas dengan subjek penelitian siswa kelas XI IPS berjumlah 28 siswa. Subjek penelitian ini ditentukan dengan teknik *purposive*, dengan kriteria siswa yang skor kejenuhan belajarnya masuk kategori rendah dan sedang pada hasil *pre-test*. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah skala kejenuhan belajar, observasi dan wawancara. Penelitian ini terdiri dari 2 (dua) siklus yang terdiri dari 3 (tiga) tindakan. Teknik analisis yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa bimbingan kelompok teknik *games* dapat menurunkan kejenuhan belajar siswa, dilihat dari hasil data kuantitatif rata-rata skor *pre-test* siswa yaitu 128,75 dan menurun sebanyak 17,08 poin pada *post-test I* menjadi 111,67. Selanjutnya, rata-rata skor kejenuhan belajar siswa kembali turun sebesar 14,96 sehingga didapatkan skor rata-rata pada *post-test II* sebesar 96,71. Secara keseluruhan penurunan skor kejenuhan belajar siswa sebesar 32,04 dengan 21 subjek berada pada kategori rendah. Jika dipersentase maka 75% subjek skor kejenuhan belajarnya berada pada kategori rendah dan mencapai target yang ditentukan yaitu sebesar 70% subjek skor kejenuhan belajarnya berada pada kategori rendah.

Kata kunci: kejenuhan belajar, bimbingan kelompok, games

### **ABSTRACT**

*This study aims to reduce the boredom of class XI IPS students of SMA Negeri 1 Parepare through the guidance of games engineering groups. Boredom is a state of learning that is marked by a state of boredom, fatigue, lack of enthusiasm, and anxiety about the results of learning because of forcing yourself in learning but still feels his efforts in learning do not produce results. This research is a classroom action research with 28 students of class XI IPS as research subjects. The subject of this study was determined using a purposive technique, with the criteria of students whose learning saturation scores included in the low and moderate categories on the pre-test results. Data collection methods used are the scale of the saturation of learning, observation and interviews. This study consisted of 2 (two) cycles consisting of 3 (three) actions. The analysis technique used is descriptive quantitative. The results showed that the guidance of the game engineering group can reduce the saturation of student learning, seen from the results of quantitative data the average pre-test score of students is 128.75 and decreased by 17.08 points on the first post-test to 111.67. Furthermore, the average score of students' learning saturation returned by 14.96 so that the average score obtained in post-test II was 96.71. Overall reduction in the score of students' learning saturation by 32.04 with 21 subjects in the low category. If it is a percentage, then 75% of the subject of learning saturation score is in the low category and reaches the specified target of 70% of the subject of learning saturation score in the low category.*

*Keywords: learning boredom, group guidance, games*

## PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan hal yang dibutuhkan manusia. Pendidikan memiliki peranan penting dalam kehidupan manusia karena melalui pendidikan manusia dapat tumbuh dan berkembang sesuai dengan potensi yang ia miliki dan sesuai dengan lingkungannya. Berdasarkan Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional Bab II Pasal 3, menyatakan bahwa pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Demi mewujudkan peraturan UU tersebut salah satu usaha yang dapat dilakukan adalah melalui jalur pendidikan formal yaitu di sekolah. Sekolah merupakan lembaga pendidikan yang melaksanakan kegiatan belajar mengajar. Kegiatan belajar mengajar adalah situasi yang dimana guru dan siswa melaksanakan kegiatan pembelajaran. Pembelajaran adalah suatu upaya yang dilakukan dengan sengaja oleh pendidik untuk menyampaikan ilmu pengetahuan, mengorganisasi dan menciptakan sistem lingkungan dengan berbagai metode sehingga peserta didik dapat melakukan

kegiatan belajar secara efektif dan efisien serta dengan hasil yang optimal.

Pembelajaran akan menciptakan suasana yang mendukung siswa untuk belajar. Menurut Sugihartono dkk belajar merupakan proses memperoleh pengetahuan dan pengalaman dalam wujud perubahan tingkah laku dan kemampuan bereaksi yang relatif permanen dan menetap karena interaksi individu dengan lingkungannya.<sup>1</sup>

Berdasarkan pernyataan di atas, dapat diketahui bahwa faktor psikologis dan kelelahan termasuk faktor yang dapat mempengaruhi belajar. Kedua faktor tersebut erat kaitannya dengan masalah kejenuhan belajar. Menurut Hakim kejenuhan belajar adalah suatu kondisi mental seseorang saat mengalami rasa bosan dan lelah yang amat sangat sehingga mengakibatkan timbulnya rasa lesu, tidak bersemangat, atau tidak bergairah untuk melakukan aktivitas belajar.<sup>2</sup> Sedangkan menurut Syah penyebab kejenuhan yang paling umum adalah kelelahan yang melanda, karena kelelahan dapat menjadi penyebab munculnya perasaan bosan pada siswa yang bersangkutan. kelelahan mental dipandang sebagai faktor utama penyebab munculnya kejenuhan belajar.<sup>3</sup>

Masalah kejenuhan belajar juga dialami oleh siswa SMA Negeri 1

---

<sup>1</sup>Sugihartono, dkk. (2012). *Psikologi pendidikan*. Yogyakarta: UNY Press, h. 74-81

<sup>2</sup>Hakim, T. (2004). *Belajar secara efektif*. Jakarta: Pustaka Pembangunan Swadaya Nusantara, h. 62

<sup>3</sup> Syah, M. (2003). *Psikologi belajar*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, h. 180

Parepare. Hal ini tentunya dapat terjadi diantaranya karena siswa Sekolah Menengan Atas (SMA) cenderung belajar mata pelajaran heterogen. Beberapa data yang menunjukkan siswa SMA Negeri 1 Parepare mengalami kejenuhan belajar adalah berdasarkan dari hasil observasi, wawancara, dan hasil analisis Media Lacak Masalah (MLM) yang dilakukan oleh peneliti.

Berdasarkan hasil analisis MLM yang dilakukan oleh peneliti pada siswa SMA Negeri 1 Parepare kelas XI IPS tahun pelajaran 2017/2018 ditemukan beberapa data sebagai berikut; sebanyak 62% dengan kategori sangat bermasalah dan 42% dengan kategori bermasalah pada item pernyataan bosan/jenuh belajar.

Observasi yang dilakukan peneliti menemukan banyak siswa yang kurang memperhatikan pelajaran, kehilangan konsentrasi, bahkan para siswa melakukan kegiatan lain yang tidak berhubungan dengan pelajaran seperti mengobrol, menggambar, ataupun melamun. Hal tersebut terjadi hampir disemua mata pelajaran seperti saat pelajaran akuntansi, Bahasa Inggris, matematika, dan pelajaran lain. Dalam observasi yang dilakukan saat kegiatan bimbingan klasikal terlihat siswa memanfaatkan waktunya untuk bersantai dan cenderung tidak memperhatikan materi yang disampaikan oleh konselor.

Berdasarkan hasil wawancara, diperoleh informasi bahwa siswa sering mengeluh bosan /jenuh saat mengikuti kegiatan belajar mengajar karena para

siswa terus menerus dihadapkan pada rutinitas kegiatan belajar mengajar yang monoton. Berdasarkan wawancara dengan siswa, menunjukkan hasil yang sama yaitu mereka bosan /jenuh dengan kegiatan belajar di sekolah. Menurut mereka penyebab bosan adalah kelelahan akibat menerima pelajaran dalam jangka waktu yang panjang, selain itu juga karena tugas yang diberikan dirasa cukup banyak.

Adanya kejenuhan belajar berdampak buruk pada prestasi belajar siswa. Berdasarkan diskusi dengan beberapa guru mata pelajaran diketahui bahwa banyak siswa di kelas XI IPS nilai pelajarannya turun. Para guru menuturkan bahwa jika dilihat dari kemampuan akademiknya seharusnya siswa- siswa tersebut bisa memperoleh nilai yang bagus, akan tetapi nilai yang mereka dapat cenderung turun. Beberapa siswa mengatakan bahwa tidak peduli dengan nilai yang didapat karena mereka merasa sudah berusaha dengan maksimal.

Terkait dengan permasalahan mengenai kejenuhan belajar yang dialami oleh siswa SMA Negeri 1 Parepare, maka perlu adanya peran sekolah melalui Bimbingan dan Konseling. Tidjan dkk mengatakan tujuan layanan bimbingan di sekolah apabila dilihat dari siswa yang menerima layanan adalah agar siswa dengan kemampuan yang dimilikinya dapat mengatasi kesulitan dalam memahami dirinya sendiri dan mengatasi kesulitan

dalam mengidentifikasi dan memecahkan masalahnya.<sup>4</sup>

Dari pendapat di atas dapat diketahui bahwa bimbingan dan konseling memiliki peran yang penting dalam mengatasi kesulitan siswa memecahkan masalahnya. Dalam hal ini kesulitan yang dialami siswa adalah kejenuhan belajar. Melihat fakta di lapangan, guru bimbingan dan konseling SMA Negeri 1 Parepare telah berusaha memberikan berbagai upaya untuk mengatasi permasalahan kejenuhan belajar yang dialami siswa. Usaha yang dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling adalah dengan memberikan layanan bimbingan klasikal kepada siswa namun belum optimal.

Berhubungan dengan permasalahan di atas, usaha/alternatif cara guru bimbingan dan konseling dalam mengatasi permasalahan kejenuhan belajar siswa salah satunya dapat menggunakan permainan/*games*. Suwarjo & Eliasa menyebutkan, bermain dapat diidentifikasi sebagai rekreasi dan relaksasi yaitu bahwa bermain dimaksudkan untuk menyegarkan tubuh kembali, sehingga anak bisa lebih aktif dan bersemangat.<sup>5</sup> Menurut Hakim salah satu cara untuk mencegah dan mengatasi kejenuhan

belajar adalah dengan melakukan aktivitas rekreasi atau hiburan.<sup>6</sup>

Berdasarkan berbagai penjabaran di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai upaya menurunkan kejenuhan belajar melalui bimbingan kelompok teknik *games* pada siswa kelas XI IPS SMA Negeri 1 Parepare tahun pelajaran 2017/2018.

Berdasarkan latar belakang di atas, dapat diidentifikasi masalah penelitian sebagai berikut:

1. Kegiatan belajar dapat memunculkan beberapa masalah, salah satunya kejenuhan belajar.
2. Beberapa siswa kelas XI IPS SMA Negeri 1 Parepare mengalami masalah kejenuhan belajar dikarenakan berbagai hal diantaranya rutinitas belajar yang monoton.
3. Masalah kejenuhan belajar yang dialami beberapa siswa kelas XI IPS SMA Negeri 1 Parepare berdampak buruk pada prestasi belajar.
4. Permainan/*games* belum digunakan untuk menurunkan kejenuhan belajar siswa SMA Negeri 1 Parepare.

Pembatasan masalah bertujuan untuk memfokuskan perhatian pada penelitian mengenai aspek yang diteliti. Dalam penelitian ini penulis membatasi masalah yang diteliti yaitu pada penggunaan *games* untuk menurunkan kejenuhan belajar siswa kelas XI IPS SMA Negeri 1 Parepare.

---

<sup>4</sup>Tidjan, dkk. (1993). *Bimbingan dan konseling untuk sekolah menengah*. Yogyakarta: UNY, h. 10.

<sup>5</sup>Suwarjo & Eliasa, E. I. (2013). *55 permainan dalam bimbingan dan konseling cetakan keenam*. Yogyakarta: Paramitra Publishing, h. 2

---

<sup>6</sup>Hakim, T. (2004). *Belajar secara efektif*, h.

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah dan batasan masalah tersebut di atas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah “Bagaimana *games* dapat menurunkan kejenuhan belajar siswa kelas XI IPS SMA Negeri 1 Parepare?”

Tujuan yang ingin dicapai dari penelitian ini adalah untuk menurunkan kejenuhan belajar siswa kelas XI IPS SMA Negeri 1 Parepare melalui *games*.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan model Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Munculnya istilah PTK atau *classroom action research* sendiri berasal dari istilah penelitian tindakan *action research*. Subjek dalam penelitian tindakan kelas ini adalah siswa kelas XI IPS SMA Negeri 1 Parepare yang ditentukan menggunakan *purposive sampling* yang artinya subjek ditentukan berdasarkan kriteria tertentu. Kriteria tersebut adalah:

1. Siswa-siswa dengan permasalahan kejenuhan belajar, data diperoleh berdasarkan hasil pembagian angket kejenuhan belajar.
2. Siswa yang memperoleh skor kejenuhan belajar dengan kategori tinggi dan sedang.<sup>7</sup>

Tempat penelitian adalah SMA Negeri 1 Parepare yang beralamat di Jl. Matahari No.3, Mallusetasi, Kecamatan Ujung, Kota Parepare. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Agustus hingga September 2017.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini antara lain skala kejenuhan belajar, observasi, dan wawancara. Analisis data secara deskriptif kuantitatif dalam penelitian ini adalah memberikan penjelasan data kuantitatif secara detail yaitu dengan membandingkan hasil skor pengisian skala sebelum tindakan dan setelah tindakan yang diperoleh subjek serta menjelaskan kondisi-kondisi lain yang terjadi selama proses pemberian tindakan.

Untuk menentukan keberhasilan penggunaan *games*, maka peneliti menentukan beberapa kriteria keberhasilan yaitu antara lain sebagai berikut:

1. Adanya penurunan skor kejenuhan belajar yang diperoleh siswa dibandingkan antara sebelum pelaksanaan *games*.
2. Adanya penurunan kejenuhan belajar setelah melakukan layanan bimbingan kelompok menggunakan *games* melalui analisis data observasi dan wawancara.
3. Berdasarkan hasil skala kejenuhan belajar, sebanyak 70% dari keseluruhan subyek skor kejenuhan belajarnya berada pada kategori rendah.

## KAJIAN TEORI

### 1. Kajian Tentang Kejenuhan Belajar

#### a. Pengetian Kejenuhan Belajar

Belajar adalah suatu aktivitas mental (psikis) yang berlangsung dalam interaksi dengan lingkungannya yang menghasilkan perubahan yang relatif konstan. Pendapat lain tentang pengertian belajar menurut Slameto menyatakan belajar ialah suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan,

<sup>7</sup>Muslich, M. (2011). *Melaksanakan ptk itu mudah (classroom action research) pedoman praktis bagi guru profesional*. Jakarta: PT. Bumi Aksara, h.

sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya.<sup>8</sup>

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) jenuh berarti jemu atau bosan dengan pekerjaan yang selalu sama sepanjang tahun. Dan kejenuhan diartikan sebagai kejemuan dan keadaan yang menggambarkan kenaikan penyebab tanpa menimbulkan kenaikan hasil.

Melihat pengertian tentang belajar dan kejenuhan diatas dapat disimpulkan bahwa kejenuhan belajar adalah keadaan jemu dan bosan yang dialami seseorang dalam usahanya untuk melakukan perubahan tingkah laku.

Hakim menyatakan kejenuhan belajar adalah suatu kondisi mental seseorang saat mengalami rasa bosan dan lelah yang amat sangat sehingga mengakibatkan timbulnya rasa lesu, tidak bersemangat, atau tidak bergairah untuk melakukan aktivitas belajar.<sup>9</sup> Menurut Syah kejenuhan belajar ialah rentan waktu tertentu yang digunakan untuk belajar, tetapi tidak mendatangkan hasil.

Seorang siswa yang mengalami keadaan jenuh sistem akal nya tidak bekerja sebagaimana yang diharapkan dalam kemajuan belajarnya seakan- akan “jalan ditempat”<sup>10</sup>

Berdasarkan berbagai pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa kejenuhan belajar adalah keadaan jemu, bosan dan lelah pada seseorang yang amat sangat sehingga mengakibatkan timbulnya rasa lesu, tidak bersemangat, atau tidak bergairah serta sistem akal nya tidak bekerja dalam melakukan aktivitas belajar, yang mengakibatkan usaha yang dilakukan tidak mendatangkan hasil, serta kemajuan belajarnya seakan- akan “jalan di tempat”.

#### b. Aspek Kejenuhan Belajar

Kejenuhan belajar mempunyai tiga aspek yang terdapat pada *Maslach Burnout Inventory-Student Survey* (MBI-SS) yaitu:

- a) Keletihan emosi (*emotional exhaustion*).
- b) Depersonalisasi (*cynism*).
- c) Menurunnya keyakinan akademik (*reduce academic efficacy*)

#### a) Faktor penyebab Kejenuhan Belajar

Menurut Hakim penyebab kejenuhan belajar pada umumnya disebabkan karena adanya proses yang monoton (tidak bervariasi) dan telah berlangsung sejak lama. Adapun faktor umum yang menyebabkan kejenuhan belajar adalah sebagai berikut:

- a) Cara atau Metode Belajar yang tidak Bervariasi.
- b) Belajar hanya di tempat tertentu.
- c) Suasana belajar yang tidak berubah-ubah.
- d) Kurang aktivitas rekreasi atau hiburan.
- e) Adanya ketegangan mental yang kuat dan berlarut-larut pada saat belajar.<sup>11</sup>

<sup>8</sup>Slameto. (2003). *Belajar dan faktor-faktor yang mempengaruhinya cetakan keempat*. Jakarta: PT. Rineka Cipta, h. 5

<sup>9</sup> Hakim, T. (2004). *Belajar secara efektif*, h. 62

<sup>10</sup>Syah, M. (2003). *Psikologi belajar*, h. 181-182S

<sup>11</sup>Hakim, T. (2004). *Belajar secara efektif*, h. 63-65.

## 2. Cara Mengatasi Kelelahan Belajar

Menurut Syah penyebab kelelahan yang paling umum adalah kelelahan yang melanda,<sup>12</sup> karena kelelahan dapat menjadi penyebab munculnya perasaan bosan pada sisiwa yang bersangkutan. Syah melanjutkan bahwa kelelahan mental yang menyebabkan munculnya kelelahan belajar itu lazimnya dapat diatasi dengan menggunakan kiat-kiat antara lain sebagai berikut:

- a) Melakukan istirahat dan mengonsumsi makanan dan minuman yang bergizi dengan takaran yang cukup banyak.
- b) Pengubahan atau penjadwalan kembali jam-jam dari hari-hari belajar yang dianggap lebih memungkinkan siswa belajar lebih giat.
- c) Pengubahan atau penataan kembali lingkungan belajar siswa yang meliputi pengubahan posisi meja tulis, almari, rak buku, alat-alat perlengkapan belajar dan sebagainya sampai memungkinkan siswa merasa berada di sebuah kamar baru yang lebih menyenangkan untuk belajar.
- d) Memberikan motivasi dan stimulasi baru agar siswa merasa terdorong untuk belajar lebih giat daripada sebelumnya.
- e) Siswa harus berbuat nyata (tidak menyerah atau tinggal diam) dengan cara mencoba belajar dan belajar lagi.<sup>13</sup>

## 3. Kajian Tentang Bimbingan Kelompok

### a. Pengertian Bimbingan Kelompok

Romlah menyatakan bahwa bimbingan kelompok adalah proses pemberian bantuan yang diberikan kepada individu dalam situasi kelompok.<sup>14</sup>

Menurut Hartinah bimbingan kelompok dilakukan dengan memanfaatkan suasana kelompok tertentu. Semua anggota kelompok mencurahkan potensinya dan menjadikan kelompok sebagai pisau pemberdayaan layanan bimbingan kelompok pada siswa.<sup>15</sup>

Berdasarkan beberapa pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok merupakan proses pemberian layanan bantuan yang diberikan oleh pembimbing kepada individu-individu yang menghadapi berbagai masalah dalam situasi kelompok berupa penyampaian informasi atau pemecahan masalah-masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi dan masalah sosial.

### b. Tujuan Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok memiliki tujuan ganda yaitu untuk mempelajari siswa sebagai individu sekaligus mengenal bagaimana interaksi mereka dengan orang lain serta membantu siswa untuk mampu menghadapi

<sup>12</sup>Syah, M. (2003). *Psikologi belajar*, h. 180.

<sup>13</sup>Syah, M. (2003). *Psikologi belajar*, h. 181.

<sup>14</sup>Romlah, T. (2011). *Teori dan praktek bimbingan kelompok*. Malang: Universitas Negeri Malang, h. 3

<sup>15</sup>Hartinah, S. (2009). *Konsep dasar bimbingan kelompok*. Bandung: PT Refika Adhitama, h. 4

masalah mereka dan pada akhirnya mampu menyesuaikan diri.

Menurut Tohirin layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk mengembangkan kemampuan bersosialisasi, khususnya mengembangkan kemampuan berkomunikasi peserta layanan (siswa). Secara lebih khusus layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk mendorong pengembangan perasaan, pikiran persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang perwujudan tingkah laku yang lebih efektif, yakni penurunan kemampuan berkomunikasi baik verbal maupun non verbal.<sup>16</sup>

Dari beberapa pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa tujuan bimbingan kelompok ialah mendorong pengembangan perasaan, pikiran persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang perwujudan tingkah laku yang lebih efektif agar dapat membantu siswa untuk mampu menghadapi masalah mereka dan pada akhirnya mampu menyesuaikan diri.

#### 1. Manfaat Bimbingan Kelompok

Beberapa manfaat bimbingan kelompok yang dikemukakan oleh Hartinah adalah sebagai berikut:

- a. Ketidakseimbangan antara tenaga pembimbing dan jumlah murid sehingga pelayanan secara perseorangan tidak akan merata.
- b. Melatih murid untuk memecahkan masalah bersama.
- c. Mendorong murid untuk mampu

berbicara didepan orang banyak.

- d. Banyak informasi yang dibutuhkan oleh murid dapat diberikan secara kelompok dan cara tersebut lebih ekonomis.
- e. Melalui bimbingan kelompok, beberapa murid menjadi lebih sadar bahwa mereka sebaiknya menghadap konselor untuk mendapat bimbingan lebih mendalam.
- f. Untuk konselor yang baru dapat memperkenalkan diri dan berusaha mendapat kepercayaan dari murid.<sup>17</sup>

#### 2. Teknik-teknik Bimbingan Kelompok

Teknik-teknik dalam bimbingan kelompok menurut Romlah dijelaskan sebagai berikut:

- a. Teknik pemberian informasi (*Expository Techniques*).  
Teknik ini lebih dikenal dengan metode ceramah, pemberian informasi secara lisan dan melalui media seperti papan bimbingan, rekaman, video.
- b. Diskusi Kelompok  
Teknik ini adalah percakapan yang sudah direncanakan antara 3 orang atau lebih dengan tujuan untuk memecahkan masalah atau memperjelas suatu persoalan.
- c. Teknik pemecahan masalah (*Problem-solving Techniques*)  
Ciri khas dari teknik ini yaitu mengenai perubahan yang terjadi di masyarakat sehingga mempengaruhi individu untuk bersikap.

<sup>16</sup>Tohirin. (2009). *Bimbingan dan konseling di sekolah dan madrasah (berbasis integrasi)*. Jakarta: Rajawali Press, h. 172.

<sup>17</sup>Hartinah, S. (2009). *Konsep dasar bimbingan kelompok*, h. 8

- d. Permainan peran (*Role Playing*)  
Teknik ini merupakan suatu alat belajar yang mengembangkan keterampilan dan pengertian mengenai hubungan antar manusia dengan jalan memerankan situasi yang paralel dengan yang terjadi dalam kehidupan yang sebenarnya. Macam-macam permainan peran : 1) Sosiodrama, 2) Psikodrama, 3) permainan peranan terstruktur, 4) permainan peran tidak terstruktur.
- e. Permainan Simulasi (*simulation Games*)  
Teknik ini merupakan permainan yang digunakan untuk merefleksikan kejadian sehari-hari yang bertujuan untuk membantu siswa mempelajari pengalaman yang berkaitan dengan aturan sosial.
- f. Teknik Penciptaan suasana kekeluargaan (*Home Room*)  
Teknik *home room* adalah teknik untuk mengadakan pertemuan dengan sekelompok siswa diluar jam-jam pelajaran dalam suasana kekeluargaan, dan dipimpin oleh guru atau konselor. Yang dimaksud dengan suasana kekeluargaan adalah situasi yang menyenangkan dan akrab layaknya dirumah, sehingga siswa merasa aman dan dapat mengungkapkan apa yang tidak bisa diungkapkan dalam kelas pada waktu jam pelajaran.
- g. Karya Wisata (*Field Trip*)  
Karya wisata adalah kegiatan yang diprogramkan oleh sekolah untuk mengunjungi objek-objek yang ada

kaitannya dengan bidang studi yang dipelajari siswa, dan dilaksanakan untuk tujuan belajar secara khusus.<sup>18</sup>

#### 4. Kajian Tentang *Games*

##### 1. Pengertian *Games*

*Games* diartikan dalam Bahasa Indonesia adalah permainan. Suwarjo & Eliasa menyatakan bahwa permainan (*games*) adalah aktifitas bermain yang dilakukan dalam rangka mencari kesenangan dan kepuasan, namun ditandai dengan adanya pencarian “menang-kalah”.<sup>19</sup>

Permainan bersifat sosial, melibatkan proses belajar, mematuhi peraturan, pemecahan masalah, disiplin diri dan kontrol emosional dan adopsi peran-peran pemimpin dengan pengikut yang kesemuanya merupakan komponen penting dari sosialisasi.<sup>20</sup>

Berdasarkan beberapa pendapat diatas peneliti menyimpulkan bahwa permainan (*games*) adalah aktifitas bermain yang bersifat sosial, melibatkan proses belajar, mematuhi peraturan, pemecahan masalah, disiplin diri dan kontrol emosional yang dilakukan dalam rangka mencari kesenangan dan kepuasan yang ditandai dengan adanya pencarian “menang-kalah” sehingga dapat memunculkan kelonggaran sesudah orang melakukan

<sup>18</sup>Romlah, T. (2011). *Teori dan praktek bimbingan kelompok*. Malang: Universitas Negeri Malang, h. 87-126.

<sup>19</sup> Suwarjo & Eliasa, E. I. (2013). 55 *permainan dalam bimbingan dan konseling*, h. 3

<sup>20</sup> Suwarjo & Eliasa, E. I. (2013). 55 *permainan dalam bimbingan dan konseling*, h. 3, h. 4

tugasnya/pekerjaannya sekaligus memberikan sifat membersihkan.

## 2. Ciri-ciri *Games*

Ciri-ciri permainan adalah sebagai berikut:

- Permainan adalah selalu bermain dengan sesuatu.
- Dalam permainan selalu ada sifat timbal balik, sifat interaksi.
- Permainan berkembang, tidak statis melainkan dinamis, merupakan proses dialektik yaitu tese-antese-sintese. Karena proses yang berputar ini, dapat dicapai suatu klimaks dan mulailah proses dari awal lagi.
- Permainan juga ditandai oleh pergantian yang tidak dapat diramalkan terlebih dahulu, setiap kali dipikirkan suatu cara yang lain atau dicoba untuk datang pada suatu klimaks tertentu.
- Orang bermain tidak hanya bermain dengan sesuatu atau dengan orang lain, melainkan yang lain tadi juga bermain dengan orang yang bermain itu.
- Bermain menuntut ruangan untuk bermain dan menuntut aturan-aturan permainan.
- Aturan-aturan permainan membatasi bidang mainannya.

## 3. Jenis-jenis *Games*

Jenis-jenis permainan menurut Suwarjo & Eliasa menjelaskan bahwa kegiatan bermain ditinjau dari dimensi perkembangan sosialnya dibagi menjadi 4 bentuk, yaitu:

- Bermain soliter, bermain sendiri atau tanpa dibantu orang lain.
- Bermain paralel, bermain sendiri namun berdampingan.
- Bermain asosiatif, terjadi bila anak bermain bersama dalam

kelompoknya.

- Bermain kooperatif, bila anak-anak mulai aktif menggalang teman untuk membicarakan, merencanakan dan melaksanakan permainan.<sup>21</sup>

### Kerangka Pikir

Hakim menyatakan kejenuhan belajar adalah suatu kondisi mental seseorang saat mengalami rasa bosan dan lelah yang amat sangat sehingga mengakibatkan timbulnya rasa lesu, tidak bersemangat, atau tidak bergairah untuk melakukan aktivitas belajar.<sup>22</sup> Masalah kejenuhan belajar ini dialami oleh siswa SMA Negeri 1 Parepare. Berdasarkan hasil analisis Media Lacak Masalah (MLM), hasil observasi dan wawancara yang telah dilakukan menunjukkan bahwa sebagian besar siswa kelas XI IPS SMA Negeri 1 Parepare mengalami kejenuhan belajar.

Faktor penyebab yang menjadikan siswa jenuh belajar diantaranya adalah cara belajar yang monoton dan mengalami kelelahan. Hal ini sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Hakim penyebab kejenuhan belajar pada umumnya disebabkan karena adanya proses yang monoton (tidak bervariasi) dan telah berlangsung sejak lama.<sup>23</sup> Hal ini diperkuat juga oleh Syah menyatakan penyebab kejenuhan yang paling umum adalah kelelahan yang melanda, karena kelelahan dapat menjadi penyebab

<sup>21</sup>Suwarjo & Eliasa, E. I. (2013). 55  
*permainan dalam bimbingan dan konseling*, h. 3, h. 6

<sup>22</sup>Hakim, T. (2004). *Belajar secara efektif*,  
h. 62

<sup>23</sup> Hakim, T. (2004). *Belajar secara efektif*,  
h. 63.

munculnya perasaan bosan pada siswa yang bersangkutan. Keletihan mental dipandang sebagai faktor utama penyebab munculnya kejenuhan belajar.<sup>24</sup>

Melihat permasalahan kejenuhan belajar diatas maka salah satu langkah yang dapat diberikan oleh guru bimbingan dan konseling adalah menggunakan *games* permainan/*games* memberikan kelonggaran sesudah orang melakukan tugasnya sekaligus memberikan sifat membersihkan. Schaller menyatakan, bila orang Inggris menderita karena jatuh cinta maka ia akan bermain tenis sebentar dan semuanya akan beres kembali. Salah satu cara mengatasi kejenuhan belajar adalah dengan melakukan aktivitas rekreasi atau hiburan. Kegiatan *games* adalah salah satu bentuk kegiatan rekreasi dan hiburan, bahwa bermain dimaksud untuk menyegerkan tubuh kembali sehingga seseorang bisa lebih aktif dan segar kembali. Jadi berdasarkan berbagai pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa *games* dapat berfungsi untuk mengatasi masalah kejenuhan belajar.

### Hipotesis Tindakan

Berdasarkan kajian teori dan kerangka berpikir di atas, maka dirumuskan hipotesis dalam penelitian ini adalah bimbingan kelompok dengan teknik *games* dapat menurunkan tingkat kejenuhan belajar siswa kelas XI IPS SMA Negeri 1 Parepare.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### 1. Langkah Sebelum Pelaksanaan a. Tindakan

Dalam Penelitian ini, penelitian melakukan *pre-test* terlebih dahulu sebelum melaksanakan tindakan dengan tujuan untuk mengukur tingkat kejenuhan belajar siswa. Pada *pre-test* kejenuhan belajar siswa diambil menggunakan skala kejenuhan belajar yang berisi 49 butir pernyataan dimana pernyataan-pernyataan tersebut telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Setelah melakukan *pre-test* selanjutnya dilakukan tindakan dan kemudian dilakukan *post test* yaitu dengan skala kejenuhan belajar untuk mengukur tingkat kejenuhan belajar setelah dilakukan tindakan. Berikut ini hasil *pre-test* yang telah dilaksanakan:

Tabel 4.2. Hasil *Pre-test* siswa

| No. | Nama | Skor | Persentase | Kategori |
|-----|------|------|------------|----------|
| 1   | MN   | 110  | 56%        | Sedang   |
| 2   | MW   | 149  | 76%        | Tinggi   |
| 3   | LN   | 117  | 60%        | Sedang   |
| 4   | AER  | 129  | 66%        | Sedang   |
| 5   | DT   | 123  | 63%        | Sedang   |
| 6   | TWP  | 127  | 65%        | Sedang   |
| 7   | SHF  | 122  | 62%        | Sedang   |
| 8   | NM   | 114  | 58%        | Sedang   |
| 9   | MF   | 154  | 79%        | Tinggi   |
| 10  | RF   | 113  | 58%        | Sedang   |
| 11  | RS   | 153  | 78%        | Tinggi   |
| 12  | GMP  | 150  | 77%        | Tinggi   |
| 13  | MS   | 126  | 64%        | Sedang   |
| 14  | MRW  | 119  | 61%        | Sedang   |
| 15  | FD   | 152  | 78%        | Tinggi   |
| 16  | ST   | 132  | 67%        | Sedang   |
| 17  | WL   | 120  | 61%        | Sedang   |
| 18  | FAS  | 122  | 62%        | Sedang   |
| 19  | IM   | 128  | 65%        | Sedang   |
| 20  | RF   | 123  | 63%        | Sedang   |

<sup>24</sup>Syah, M. (2003). *Psikologi belajar*, h. 180.

| No. | Nama | Skor | Persentase | Kategori |
|-----|------|------|------------|----------|
| 21  | MUT  | 126  | 64%        | Sedang   |
| 22  | VER  | 153  | 78%        | Tinggi   |
| 23  | NAF  | 132  | 67%        | Sedang   |
| 24  | NA   | 105  | 54%        | Sedang   |
| 25  | NOV  | 127  | 65%        | Sedang   |
| 26  | ANV  | 103  | 53%        | Sedang   |
| 27  | AAZ  | 151  | 77%        | Tinggi   |
| 28  | DM   | 125  | 64%        | Sedang   |

Hasil *pre-test* menunjukkan bahwa dari 28 siswa, skor yang tertinggi adalah 154 dan skor terendah adalah 105 dengan rata-rata skor 128,75. Tabel diatas menunjukkan bahwa kejenuhan belajar siswa masih tergolong tinggi dan sedang. Maka dari itu perlu adanya tindakan untuk menurunkan kejenuhan belajar siswa agar mencapai tingkat yang rendah.

Sebelum tindakan dilaksanakan, peneliti terlebih dahulu melakukan beberapa persiapan sebagai berikut:

- Menyusun proposal, menyusun skala kejenuhan belajar, dan mengurus surat izin penelitian sebagai syarat penelitian.
- Melaksanakan *pre-test* menggunakan skala kejenuhan belajar untuk mengetahui kondisi awal siswa sebelum tindakan.
- Peneliti dan tim menyiapkan *games* yang akan digunakan untuk tindakan.
- Penyusunan rencana pelaksanaan layanan (RPL) bimbingan dan konseling sebagai pedoman melaksanakan tindakan, penyusunan RPL ini bekerjasama dengan guru BK seprofesi/ teman sejawat.
- Peneliti dan teman sejawat menentukan jadwal pelaksanaan tindakan.

## 2. Deskripsi Hasil Pelaksanaan Tindakan

Pada bagian ini ditemukan hasil penelitian yang telah dilakukan melalui pelaksanaan tindakan.

### 1. Siklus 1

#### a) Perencanaan Siklus I

Perencanaan pada siklus pertama dimulai dengan menyusun 3 RPL BK untuk 3 kali tindakan. RPL disusun sesuai dengan tindakan yang akan dilakukan. Penyusunan RPL berdasarkan pada diskusi bersama dengan guru BK SMA Negeri 1 Parepare. Peneliti dan teman sejawat menyiapkan peralatan yang dibutuhkan untuk siklus pertama. Selain itu juga menyiapkan skala kejenuhan belajar yang nantinya digunakan sebagai *post-test*

#### b) Tindakan Siklus I

Terdapat tiga tindakan dalam tiga kali pertemuan pada siklus ini dengan rincian sebagai berikut :

##### a. Tindakan Pertama Siklus I

Tindakan pertama dilaksanakan pada Hari Kamis tanggal 24 Agustus 2017. Kegiatan dimulai pukul 14.00 WITA hingga 15.30 WITA bertempat di ruang kelas XII lantai satu SMA Negeri 1 Parepare. Sebelum kegiatan dilaksanakan peneliti bersama guru BK menyiapkan alat dan bahan yang akan digunakan untuk pelaksanaan *games* pertama yaitu *games* “miskin”.

Pada pertemuan kali ini peneliti juga berupaya untuk menjalin kedekatan antara semua pihak yang terlibat dalam penelitian ini.

#### a) Kegiatan Pembuka

Kegiatan dibuka oleh guru BK diawali dengan pengenalan antara tim penelitian dengan siswa. Kemudian guru BK memberikan gambaran umum tentang kegiatan yang akan dilaksanakan selama beberapa hari kedepan. Guru BK memberikan informasi bahwa rangkaian kegiatan ini sebagai upaya untuk mengurangi kejenuhan belajar.

Kegiatan selanjutnya adalah guru BK menjelaskan mengungkapkan pengertian dan tujuan pelaksanaan *games*.

#### b) Kegiatan Inti

Kegiatan ini diawali oleh guru BK dengan menanyakan bagaimana kegiatan belajar siswa pada hari tersebut. Awalnya para siswa terlihat ragu dan malu untuk menjawab, hal ini dikarenakan para siswa baru sekali berkumpul dan berasal dari kelas yang berbeda. Kemudian guru BK kembali mengulang pertanyaannya. Akhirnya siswa MW menjawab “Capai, bu. Hari ini pelajarannya banyak” dan beberapa siswa lain mengiyakan. Guru BK menanggapi dengan mengatakan bahwa hari pertama belajar setelah libur panjang memang terasa berat dan melelahkan.

Kegiatan selanjutnya adalah guru BK menjelaskan tentang kejenuhan belajar mulai dari penyebab hingga cara mengatasinya. Setelah penjelasan singkat, siswa diberi kesempatan untuk bertanya. Siswa NV, bertanya tentang bagaimana cara agar tidak mudah jenuh saat belajar. Kemudian guru BK menjelaskan bahwa ada banyak hal yang

dapat dilakukan untuk mengurangi kejenuhan belajar, salah satunya menggunakan *games*. Selanjutnya Guru mengajak siswa untuk melaksanakan *games* “Miskin”.

Langkah pertama pelaksanaan *games* “Miskin” adalah membagi 28 siswa menjadi lima kelompok secara acak. Setelah siswa berkelompok, Guru BK menjelaskan aturan *games* “miskin” yaitu setiap kelompok harus berebut menjawab pertanyaan yang telah disiapkan, kelompok yang pertama bisa menjawab dan benar akan mendapatkan kesempatan mengambil kartu yang berisi skor atau kartu yang bertuliskan miskin. Skor dalam kartu bervariasi mulai dari 5, 10, 20, 25, 50 dengan pembagian yang berbeda-beda. Jika ada kelompok yang mengambil kartu miskin, maka skor yang telah dikumpulkan akan hangus. Kelompok yang berhasil mengumpulkan skor hingga 200 akan dianggap sebagai pemenang.

Pemenang permainan ini adalah kelompok 4 dengan total perolehan skor 200 tanpa pernah memperoleh kartu miskin. Secara berurutan peringkat kedua hingga terakhir adalah kelompok 1 dengan skor akhir 150, kelompok 2 dengan skor akhir 95, kelompok 3 dengan skor akhir 20, dan kelompok 5 dengan perolehan skor akhir 0. Ketika proses pelaksanaan *games* kelompok 2 sering menjawab namun karena mendapat kartu “miskin”, skor yang telah dikumpulkan hangus. Kelompok 1 juga sering menjawab dan mendapat skor tinggi dan tidak pernah

mendapat kartu miskin. Kelompok 5 merupakan kelompok yang kurang aktif dalam menjawab, berhasil mengumpulkan skor hingga 65 namun harus hangus karena mendapat kartu miskin. Kelompok 3 adalah kelompok yang paling pasif, mereka hanya sekali menjawab dan mendapatkan skor 20.

Selama *games* berlangsung, terdapat beberapa siswa yang semangat mengikuti. Diantaranya adalah siswa RS, WL, SHF, DT, dan MW. sementara siswa lain terlihat pasif.

*Games* berlangsung selama 45 menit dan diakhiri dengan diskusi mengenai hambatan-hambatan yang terjadi.

#### c) Kegiatan Penutup

Disampaikan bahwa kegiatan akan segera berakhir, lalu siswa diminta mengemukakan kesan dari pelaksanaan *games*. Setelah itu menyampaikan kegiatan lanjutan mengenai waktu dan tempat kegiatan selanjutnya. Sebelum acara ditutup seluruh anggota berdoa bersama, kemudian guru BK mengucapkan ucapan terimakasih atas partisipasi siswa.

#### b. Tindakan Kedua Siklus I

Tindakan kedua dilaksanakan pada Hari Sabtu, 26 Agustus 2017. Kegiatan ini dimulai pada pukul 12.15 WITA hingga 13.00 WITA. Kegiatan ini bertempat di kelas XI lantai 2 SMA Negeri 1 Parepare pada jam istirahat. Pada tindakan ini dilaksanakan *games* Kursi Tumpuan (Geser Kursi). Pertemuan kali ini memiliki waktu yang cukup singkat, oleh karena itu tidak semua siswa melaksanakan *games*. hal ini

bertujuan agar terdapat waktu untuk berdiskusi.

#### a) Kegiatan Pembuka

Kegiatan ini dibuka oleh guru BK dengan ucapan salam dan dilanjutkan dengan melakukan presensi siswa. Terdapat satu siswa yang tidak hadir yaitu VER dikarenakan sakit. Pada pertemuan kali ini siswa diperbolehkan untuk membawa makanan maupun minuman. Disamping agar siswa tidak lemas karena lapar, hal ini bertujuan agar suasana lebih santai dan lebih akrab.

#### b) Kegiatan Inti

Pertama-tama guru BK menjelaskan tentang tata cara pelaksanaan *games*. Kemudian siswa diberikan display gambar agar lebih mengerti bagaimana cara melaksanakan *games* tersebut. Setelah siswa mengerti maka guru BK meminta perwakilan siswa untuk melaksanakan *games* tersebut. Sebelumnya sudah dijelaskan bahwa *games* ini tidak bisa dilakukan oleh semua siswa karena keterbatasan waktu dan siswa yang tidak ikut diminta mengamati kegiatan yang berlangsung. Dipilih empat siswa laki-laki untuk melakukan *games* ini yaitu ANV, IM, FD, dan DM.

Pada awalnya para siswa terlihat tidak yakin apakah *games* ini bisa dilakukan. Bahkan banyak siswa yang mengatakan temannya akan jatuh saat kursi ditarik. Siswa yang tidak melakukan *games* diminta untuk mendekat agar dapat mengamati lebih jelas. FD terlihat takut dan berulang kali mencari alasan agar tidak melakukan *games* ini.

Namun setelah dibujuk dan disemangati oleh teman-temannya ia akhirnya mau melaksanakan *games* tersebut. *Games* dimulai dengan FD dengan posisi tidur kayang di kursi dilanjutkan oleh DM tidur kayang di sebelah FD membentuk huruf “L” dengan kepala menindih paha FD. Setelah itu dilanjutkan oleh RS dan IM dengan pola yang sama sehingga membentuk persegi. Setelah keempat siswa itu siap guru BK meminta bantuan peneliti untuk menarik satu persatu kursi. Akhirnya setelah semua kursi ditarik keempat siswa tersebut tidak jatuh dan *games* ini berhasil dilaksanakan. Setelah *games* selesai siswa bertepuk tangan menandakan *games* telah berjalan dengan lancar.

Setelah *games* selesai siswa diminta duduk kembali dan diajak untuk berdiskusi membahas *games* yang baru saja dilaksanakan. Guru BK bertanya kepada FD tentang kesan yang ia rasakan saat mengikuti *games* ini. FD menjawab dengan mengatakan pada awalnya ia tidak yakin dan takut karena jika jatuh maka pasti akan terasa sakit. Kemudian IM berkata bahwa pada mulanya ia juga tidak yakin *games* ini akan berhasil, namun ternyata berhasil. Setelah berdiskusi diperoleh hasil bahwa *games* ini berguna untuk meningkatkan kepercayaan diri, mengurangi kecemasan dan menambah optimisme.

#### c) Kegiatan Penutup

Bersamaan dengan bunyi bel tanda masuk kelas, kegiatan ini diakhiri. Sebelum diakhiri, disampaikan bahwa akan ada kegiatan selanjutnya yang akan

dilaksanakan pada Hari Sabtu tanggal 29 Agustus 2017. Peneliti dan tim mengucapkan terima kasih pada siswa serta memimpin doa bersama untuk mengakhiri kegiatan.

#### c. Tindakan Ketiga Siklus I

Tindakan ini dilaksanakan pada Hari Selasa tanggal 29 Agustus 2017, dimulai pukul 13.45 WITA hingga 14.45 WITA bertempat di ruang kelas XII lantai 1 SMA Negeri 1 Parepare.

Pada tindakan ini, peneliti dan Guru BK menyiapkan alat dan bahan yang akan digunakan untuk melaksanakan *games*. Permainan kali ini adalah permainan yang bernama “*Out Of The Box*”.

##### a) Kegiatan Pembuka

Pertama-tama guru BK mengucapkan salam dan menanyakan kabar pada siswa, dilanjutkan dengan presensi. Pada tindakan ini, semua siswa hadir. Selanjutnya guru BK menyampaikan bahwa hari ini akan melaksanakan *games* yang bernama “*Out Of The Box*”.

Pada pertemuan ini diawali dengan siswa diminta saling memijat pundak teman disampingnya agar setiap peserta lebih semangat dan lebih akrab pada kegiatan yang akan berlangsung.

##### b) Kegiatan Inti

Guru BK mengajak siswa untuk bermain *games Out Of The Box*. Permainan dimulai dengan menjelaskan tata cara permainan. Kemudian setelah siswa mengerti, mereka dikelompokkan secara acak. Siswa terbagi menjadi empat kelompok. Kemudian masing-masing kelompok diminta untuk

mempersiapkan alat tulis. Setelah itu guru BK memintan tiap kelompok untuk berdiskusi dan menuliskan manfaat dari “pulpen” yang diberi waktu lima menit. Setelah itu keempat kelompok tersebut diminta mempresentasikan hasil diskusi mereka. Kelompok 1 yang pertama mempresentasikan hasil diskusi mereka menghasilkan 17 fungsi pulpen. Setelah itu kelompok 2 menghasilkan 11 fungsi pulpen, kelompok 3 menghasilkan 12 fungsi pulpen dan kelompok 4 menghasilkan 15 fungsi pulpen. *Games* ini dimenangkan oleh kelompok 1 yang paling banyak menghasilkan fungsi pulpen. Dalam *games* kali ini diketahui bahwa sebagian besar siswa masih bingung dan belum maksimal dalam mencari fungsi pulpen. Mereka hanya menulis fungsi pulpen secara umum seperti menulis dan menggambar.

Melihat hal tersebut peneliti dan guru BK berdiskusi dan memutuskan mengajak siswa megulagi *games* ini. Kali ini sebelum *games* dimulai peneliti memberi contoh beberapa fungsi pulpen diantaranya untuk pengganti gagang sikat gigi dan untuk sedotan. Beberapa siswa terlihat mulai mengerti maksud dari *games* ini. Siswa AB bertanya kepada guru BK, “Jadi kita bisa menuliskan fungsi pulpen seaneh mungkin ya?”. Kemudian Guru BK menjawab, “Tentu saja boleh, asalkan masuk akal”. Setelah mendengar dan memahami penjelasan tersebut para siswa terlihat semangat dan lebih antusias ingin mecoba *games* ini lagi.

Kali ini objek yang digunakan bukan lagi pulpen namun diganti dengan penggaris. Permainan kali ini dilaksanakan dengan waktu yang lebih sedikit yaitu tiga menit. Setelah selesai semua kelompok diminta untuk mempresentasikan hasil diskusi mereka. Kali ini kelompok 2 berhasil menjadi pemenang dengan menghasilkan 23 fungsi penggaris diikuti kelompok 1 dengan 19 fungsi penggaris, kelompok 4 dengan 13 fungsi penggaris dan kelompok 3 dengan 12 fungsi penggaris.

Setelah selesai melaksanakan permainan, siswa diminta mengemukakan kesan atas kegiatan ini. Kemudian dijelaskan sedikit mengenai kreatifitas dan hubungannya dengan kejeuhan belajar yang intinya adalah semakin kita berfikir kreatif maka kita dapat mencari cara agar tidak bosan belajar.

#### c) Kegiatan Penutup

Tindakan ini ditutup dengan tepuk tangan bersama. Selanjutnya siswa diminta untuk kembali ke tempat duduknya masing-masing, lalu dibagikan skala kejenuhan belaaar sebagai *post-test I*. Siswa diminta untuk mengisi dengan jujur. Setelah semuanya selesai, guru BK mengajak doa bersama dilanjutkan salam dan siswa dipersilahkan untuk kembali ke rumah masing- masing.

#### 3. Hasil Tindakan Siklus I

Hasil dari tiga tindakan pada siklus I dalam penelitian ini dapat dilihat dari pengamatan dan *post-test I*. Pemberian *post-test I* dilaksanakan setelah kegiatan ketiga yaitu pada hari

Selasa, 29 Agustus 2017. Data kejenuhan belajar setelah dilakukan *post-test I* dari 28 siswa, skor tertinggi 146 dan skor terendah 91. Penurunan skor kejenuhan belajar siswa setelah dilakukan *post-test I* dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 4.3 Penurunan Skor Kejenuhan Belajar Siswa (siklus I)

| No | Nama | Pratindakan |          | Siklus I |          | Jumlah Penurunan |
|----|------|-------------|----------|----------|----------|------------------|
|    |      | Skor        | Kategori | Skor     | Kategori |                  |
| 1  | MN   | 110         | Sedang   | 101      | Sedang   | 9                |
| 2  | MW   | 149         | Tinggi   | 131      | Sedang   | 18               |
| 3  | LN   | 117         | Sedang   | 105      | Sedang   | 12               |
| 4  | AER  | 129         | Sedang   | 112      | Sedang   | 17               |
| 5  | DT   | 123         | Sedang   | 115      | Sedang   | 8                |
| 6  | TWP  | 127         | Sedang   | 125      | Sedang   | 2                |
| 7  | SHF  | 122         | Sedang   | 102      | Sedang   | 20               |
| 8  | NM   | 114         | Sedang   | 95       | Rendah   | 19               |
| 9  | MF   | 154         | Tinggi   | 138      | Sedang   | 16               |
| 10 | RF   | 113         | Sedang   | 101      | Sedang   | 12               |
| 11 | RS   | 153         | Tinggi   | 110      | Sedang   | 43               |
| 12 | GMP  | 150         | Tinggi   | 125      | Sedang   | 25               |
| 13 | MS   | 126         | Sedang   | 117      | Sedang   | 9                |
| 14 | MRW  | 119         | Sedang   | 92       | Rendah   | 27               |
| 15 | FD   | 152         | Tinggi   | 115      | Sedang   | 37               |
| 16 | ST   | 132         | Sedang   | 116      | Sedang   | 16               |
| 17 | WL   | 120         | Sedang   | 94       | Rendah   | 26               |
| 18 | FAS  | 122         | Sedang   | 115      | Sedang   | 7                |
| 19 | IM   | 128         | Sedang   | 110      | Sedang   | 18               |
| 20 | RF   | 123         | Sedang   | 107      | Sedang   | 16               |
| 21 | MUT  | 126         | Sedang   | 108      | Sedang   | 18               |
| 22 | VER  | 153         | Tinggi   | 140      | sedang   | 13               |
| 23 | NAF  | 132         | Sedang   | 114      | sedang   | 18               |
| 24 | NA   | 105         | Sedang   | 97       | rendah   | 8                |
| 25 | NOV  | 127         | Sedang   | 108      | sedang   | 19               |
| 26 | ANV  | 103         | Sedang   | 91       | rendah   | 12               |
| 27 | AAZ  | 151         | Tinggi   | 146      | sedang   | 5                |

| No | Nama | Pratindakan |          | Siklus I |          | Jumlah Penurunan |
|----|------|-------------|----------|----------|----------|------------------|
|    |      | Skor        | Kategori | Skor     | Kategori |                  |
| 28 | DM   | 125         | Sedang   | 97       | rendah   | 28               |

Berdasarkan pada hasil *post-test I* dapat diketahui bahwa terjadi penurunan skor rata-rata dari 128,75 sebelum tindakan menjadi 111,67 setelah dilakukannya tindakan. Terdapat enam siswa yang skor kejenuhan belajarnya berada pada kategori rendah. Jika diprosentasekan maka 21% dari seluruh subjek berada pada kategori rendah.

Hasil tersebut sudah menunjukkan adanya penurunan skor dari hasil *pre-test*. Penurunan skor rata-rata mencapai 17,07 poin atau 9% dari skor total 196 poin. Meskipun skor rata-rata siswa masih dalam kategori sedang.

Berdasarkan hasil skor rata-rata pada siklus pertama dapat diidentifikasi bahwa *games* dapat mengurangi kejenuhan belajar pada siswa. Namun penurunan kejenuhan belajar pada siswa belum memenuhi kriteria keberhasilan penelitian. Oleh karena itu peneliti memutuskan untuk mengadakan siklus kedua.

#### 1. Observasi/Pengamatan Siklus I

Berdasarkan observasi pada pelaksanaan siklus 1 secara keseluruhan dapat dikatakan berjalan dengan lancar. Pada tindakan I siklus 1 diamati siswa terlihat masih canggung dalam melaksanakan *games*. Tingkat antusiasme masih kurang dan siswa masih terlihat mencoba menyesuaikan diri dengan kegiatan yang mereka lakukan.

Pada tindakan kedua, siswa mulai terlihat memiliki antusiasme yang cukup tinggi. Siswa juga terlihat tidak lagi canggung dalam melaksanakan *games*, akibatnya *games* dapat berjalan dengan lancar. Pada tindakan ini terjadi hambatan pada waktu pelaksanaan. Kegiatan dilaksanakan pada jam istirahat yang notabene memiliki waktu singkat.

Tindakan ketiga, siswa sudah mulai lancar dalam mengikuti kegiatan. Guru BK tidak perlu menjelaskan lebih lama karena siswa cepat memahami intruksi. Proses dikusi terlihat lebih panjang dan intensitas komunikasi antar siswa terlihat lebih besar.

## 2. Refleksi Siklus I

Refleksi dilakukan untuk mengetahui kekurangan yang ada pada pelaksanaan tindakan. Refleksi dilaksanakan melalui diskusi antar peneliti dan teman sejawat berdasarkan hasil observasi selama siklus I. Ditemukan beberapa kekurangan dalam proses pelaksanaan *games* dalam upaya mengurangi kejenuhan belajar. Namun, secara keseluruhan kegiatan pada siklus I sudah berjalan lancar karena siswa sudah memiliki antusiasme yang tinggi, dapat melaksanakan intruksi dengan baik dan pada tindakan ke tiga dikusi berjalan dengan baik meskipun terdapat beberapa kekurangan didalamnya. Beberapa kekurangan yang ada pada siklus I yaitu:

- a. Beberapa siswa masih terlihat canggung dan kurang antusias dalam mengikuti kegiatan. Hal ini terjadi karena kegiatan ini baru pertama kali mereka lakukan dan

tingkat keakraban masih kurang.

- b. Pemahaman tiap aspek kejenuhan belajar perlu lebih ditekankan agar siswa lebih mengerti beberapa penyebab kejenuhan belajar yang mereka alami.

Tiap melakukan *games* akan dicantumkan aspek kejenuhan belajar. Untuk mengatasi kekurangan - kekurangan yang ada pada siklus I, maka dilakukan perbaikan pada siklus II, perbaikan-perbaikan tersebut adalah:

- a. Peneliti dan tim berusaha membuat suasana nyaman dan membentuk keakraban lebih dalam dengan siswa.
- b. Membuat strategi agar aspek-aspek kejenuhan belajar dapat lebih tekankan.

Cara yang dilakukan adalah :

1. Melakukan diskusi setelah dilaksanakan *games* pada tiap tindakan yang membahas poin-poin berupa aspek kejenuhan belajar
2. Aspek yang dibahas adalah aspek yang berkaitan dengan *games* yang telah dilakukan yaitu :
  - a. Pada *games* miskin dibahas aspek bosan, tidak bersemangat dan letih.
  - b. Pada *games* kursi tumpuan (geser kursi) dibahas aspek cemas dengan hasil belajar, memaksakan diri dalam belajar, dan merasa usaha belajar tidak membuahkan hasil.
  - c. Pada *games out of the box* dibahas aspek, belajar tidak bervariasi, suasana belajar tidak berubah-ubah, dan belajar di tempat tertentu.
  - d. Pada siklus II peneliti menambah satu *games* lagi. *Games* ini bernama kalimat rusak. *Games* ini disiapkan untuk mengatasi aspek

lingkungan yang kompetitif sehingga menuntut belajar lebih keras.

Hasil *post-test I* menunjukkan bahwa adanya penurunan skor rata-rata siswa dari pra-tindakan/*pre-test* sampai setelah tindakan ketiga siklus pertama. Kemudian pada kategorisasi siswa sebelumnya tujuh orang siswa berada pada kategori tinggi mengalami penurunan menjadi rendah dan lima berada pada kategori sedang mengalami penurunan menjadi rendah. Ini membuktikan bahwa teknik tersebut mampu menurunkan kejenuhan belajar siswa, namun penurunan ini belum mencapai target yang ditentukan yaitu minimal 70% siswa berada pada kategori rendah. Maka dari itu perlu adanya tindakan berikutnya untuk mencapai target yang telah ditentukan.

## 2. Siklus II

### a) Perencanaan Siklus II

Perencanaan pada siklus ini dimulai dengan menyusun RPL BK untuk 3 kali tindakan. Penyusunan RPL dilakukan dengan berdiskusi kepada guru BK SMA Negeri 1 Parepare. Selanjutnya peneliti mempersiapkan peralatan yang dibutuhkan untuk pelaksanaan tindakan. Pada siklus ini *games* yang dilakukan tiap tindakan sama dengan *games* pada siklus pertama namun beberapa hal kembali dipersiapkan dan diperbaiki seperti materi untuk *games* “miskin”, dan kaimat untuk bahan *games* “kalimat rusak”.

Persiapan juga dilakukan untuk proses pelaksanaan tindakan. Peneliti dan guru BK menganggap proses diskusi setelah *games* dilaksanakan adalah

cara yang efektif untuk memberi pemahaman terhadap siswa. Pada proses diskusi dicantumkan poin-poin berupa aspek kejenuhan belajar yang sesuai/relevan masing-masing *games*. Peneliti menyiapkan *post-test II* sebagai pembandingan dengan siklus sebelumnya.

### b) Tindakan Siklus II

Dalam siklus I terdapat 3 tindakan dalam 3 kali pertemuan dengan rincian sebagai berikut:

#### a. Tindakan Pertama Siklus II

Tindakan ini dilaksanakan pada Hari Sabtu, 2 September 2017, dimulai pukul 14.00 WITA hingga pukul 15.30 WITA bertempat di ruang kelas XII SMA Negeri 1 Parepare.

Pada tindakan ini, peneliti dan Guru BK menyiapkan alat dan bahan yang akan digunakan untuk melaksanakan *games*. Kali ini *games* yang digunakan sama dengan pada siklus sebelumnya yaitu *games* “Miskin”. *Games* ini mengalami beberapa perbaikan diantaranya adalah jika sebelumnya siswa terlihat berebut saat menjawab, maka kali ini ditunjuk perwakilan pada masing-masing kelompok yang bertugas untuk mengangkat tangan dan menjawab. Perwakilan kelompok yang pertama kali mengangkat tangan akan dipersilahkan menjawab. Diskusi pada tindakan kali ini membahas tiga aspek kejenuhan belajar yaitu bosan, tidak bersemangat, dan letih.

#### a) Kegiatan Pembuka

Kegiatan dibuka dengan salam dan berdoa bersama. Selanjutnya guru BK menanyakan kabar pada siswa tentang kejenuhan belajar mereka. Guru

BK mengatakan, “Bagaimana dampak kegiatan kita kemarin? Apakah masih merasa jenuh dalam belajar?”. Kemudian beberapa siswa seperti DT, TWP, dan MS memberikan tanggapan yang intinya bahwa kegiatan yang telah dilakukan kemarin mengurangi kejenuhan belajar mereka, namun berdampak sedikit. Kemudian guru BK kembali mengajak siswa untuk melaksanakan *games* dan berharap *games* kali ini lebih berdampak mengurangi kejenuhan belajar.

#### b) Kegiatan Inti

Guru BK menjelaskan mekanisme *games*, selanjutnya membentuk kelompok. Kali ini siswa dibagi menjadi empat kelompok, masing-masing kelompok terdiri dari lima orang. Pada *games* kali ini pemenangnya adalah kelompok 2, disusul secara berurutan adalah kelompok 1, kelompok 3, dan kelompok 4. Berbeda dengan kegiatan sebelumnya, *games* kali ini diikuti oleh seluruh kelompok dengan antusiasme yang cukup tinggi. Siswa MN, MF, NOV dan ST adalah siswa yang terlihat sangat bersemangat.

Skor yang diperoleh tiap kelompok cukup tinggi kelompok 2 sebagai pemenang mendapat jumlah skor maksimal 200 sedangkan kelompok 1, 3, dan 4 secara berurutan mendapat skor 175, 155, dan 90. Dapat dikatakan kelompok 2 menjadi pemenang karena beruntung selalu mengambil skor tinggi ketika berhasil menjawab.

Setelah permainan selesai guru BK mengajak siswa untuk berdiskusi.

Sebelum diskusi dimulai guru BK memberikan selamat kepada kelompok 2 karena telah menjadi pemenang dan mengapresiasi kelompok lain karena *games* kali ini berjalan dengan meriah.

Pada diskusi kali ini guru BK menjelaskan bahwa kejenuhan belajar dapat terjadi diantaranya karena letih, bosan dan tidak bersemangat. Selanjutnya guru BK menyampaikan pada siswa bahwa saat melaksanakan *games* siswa terlihat sangat bersemangat. Guru BK mengajak siswa untuk menerapkan semangat seperti ketika melaksanakan *games* pada kegiatan belajar mereka. Melalui permainan ini diharapkan siswa dapat mengatasi kebosannya dan lebih bersemangat dalam belajar. Disampaikan pula ketika melakukan suatu hal dengan semangat maka tubuh tidak akan mudah letih. Selanjutnya diselipkan kiat-kiat agar tidak letih ketika belajar disamping menjaga semangat belajar siswa disarankan untuk beristirahat yang cukup, menjaga pola makan dan selalu berfikir positif.

#### c) Kegiatan Penutup

Kegiatan kali ini ditutup dengan bertepuk tangan bersama-sama. Selanjutnya guru BK berpesan kepada siswa agar melakukan apa yang telah didiskusikan tadi. Disampaikan akan dilakukan tindakan selanjutnya pada hari Kamis. Siswa diminta untuk mempersiapkan diri. Kegiatan ditutup dengan berdoa bersama.

#### b. Tindakan Kedua Siklus II

Tindakan ini dilaksanakan pada hari Senin, 4 September 2017, dimulai pukul 14.00 WITA hingga pukul 15.45

WITA bertempat di ruang kelas XI SMA Negeri 1 Parepare.

Pada tindakan ini, peneliti dan Guru BK menyiapkan alat dan bahan yang akan digunakan untuk melaksanakan *games*. Kali ini dilaksanakan dua *games* yaitu *games* “Kursi Tumpuan (Geser Kursi)” dan “kalimat rusak”. Diskusi pada tindakan kali ini membahas aspek kejenuhan belajar yaitu cemas dengan hasil belajar, merasa usaha belajar tidak membuahkan hasil dan memaksakan diri dalam belajar pada *games* Kursi Tumpuan (geser kursi) dan aspek lingkungan yang kompetitif sehingga menuntut usaha lebih keras pada *games* kalimat rusak.

#### a) Kegiatan Pembuka

Kegiatan ini dibuka dengan berdoa dan ucapan salam. Selanjutnya guru BK memeriksa apakah ada siswa yang tidak hadir atau tidak sehat. Kemudian dijawab oleh siswa bahwa semua hadir dan tidak ada yang sakit.

Guru BK menyampaikan bahwa kali ini akan melaksanakan dua permainan yaitu Kursi Tumpuan (Geser Kursi) dan Kalimat Rusak.

#### b) Kegiatan Inti

Kegiatan ini dibuka dengan menjelaskan mekanisme permainan pertama yaitu Kursi Tumpuan (Geser Kursi). Karena *games* ini pernah dilakukan maka tidak butuh waktu lama untuk menjelaskan. Pada permainan kali ini terdapat delapan orang yang terdiri dari empat orang laki-laki dan empat orang perempuan. Kembali tidak semua siswa ikut melaksanakan permainan ini. Hal ini dikarenakan permainan ini

membutuhkan siswa yang memiliki postur tubuh yang sama dan memiliki keberanian. *Games* dimulai dengan empat subjek laki-laki yaitu MF, RS, AN dan IM. Percobaan kedua dilakukan oleh empat orang siswi yaitu MN, WL, NA dan MUT. MUT dan WL dari awal terlihat ingin mencoba *games* ini sedangkan MN dan NA sebenarnya tidak terlalu ingin melakukan *games* ini namun karena permintaan teman-temannya akhirnya mereka mau. Keempat siswi itu terlihat ragu-ragu saat memulai. Awalnya siswi MRW ingin ikut namun karena postur tubuhnya kurang tinggi maka tidak diperbolehkan mengikuti *games* karena dapat membahayakan siswa lain. MN memulai terlebih dahulu dilanjutkan WL, NA, dan MUT. Ketika kursi akan ditarik mereka terlihat masih takut bahkan meminta untuk membatalkan *games* ini. Namun setelah dimotivasi oleh guru BK dan teman-teman akhirnya mereka kembali berani melakukan *games* ini. Setelah kursi ditarik satu persatu akhirnya permainan berhasil dilakukan. Secara spontan seluruh siswa bertepuk tangan atas keberhasilan *games* ini.

Setelah *games* ini selesai guru BK mengajak siswa untuk berdiskusi. Siswa laki-laki yang menjadi pelaku *games* kali ini mengatakan sudah tidak cemas dan takut lagi melakukan permainan ini. Sedangkan empat siswa perempuan yang melaksanakan permainan ini mengatakan awalnya masih takut dan pesimis bahwa mereka tidak akan berhasil. Siswa lain yang tidak ikut melaksanakan permainanpun awalnya merasa para siswa perempuan tidak

akan berhasil namun setelah dilakukan ternyata baik siswa laki-laki maupun siswa perempuan telah berhasil melaksanakan permainan ini. Kesimpulan yang diperoleh pada kegiatan ini adalah bahwa kecemasan dan perasaan pesimis pasti akan selalu muncul oleh karena itu perlu ada keyakinan dalam melakukannya. Guru BK menghubungkan bahwa saat belajarpun pasti akan mengalami kecemasan dengan hasil belajar dan juga sering merasa usaha belajar tidak membuahkan hasil oleh karenanya hal semacam itu harus diatasi dengan menambah keyakinan dan kepercayaan diri. Guru BK menjelaskan pula bahwa siswa RR tidak diperbolehkan mengikuti permainan karena dapat membahayakan dirinya jika dipaksakan. Selanjutnya guru BK menghubungkan apa yang terjadi pada MRW dengan kegiatan belajar. Dijelaskan bahwa kadang seseorang terlalu memaksakan diri dalam belajar. Kemudian guru BK kembali menjelaskan bahwa kejenuhan belajar dapat terjadi karena terlalu memaksakan diri dalam belajar.

Setelah selesai dilakukan diskusi guru BK mengajak siswa untuk melakukan *games* selanjutnya yaitu kalimat rusak. Kegiatan dimulai dengan menjelaskan aturan *games*. Aturan dalam *games* ini adalah siswa diminta untuk membentuk kelompok yang terdiri dari dua orang, salah satu anggotanya berperan sebagai bos dan yang lain menjadi pegawai. Guru BK memberikan kertas berisi kalimat kepada siswa yang berperan sebagai bos. Bos bertugas memberi perintah

kepada pegawai untuk menyusun huruf-huruf dalam kartu yang telah disediakan menjadi kata ke dalam kolom. *Games* ini dibatasi dengan waktu sekitar tiga sampai lima menit. Setelah itu *games* diulangi kembali dengan menukar peran antara bos dan pegawai. Kelompok yang tercepat menyelesaikan tugas adalah pemenang.

Ketika *games* berlangsung, para siswa yang berperan menjadi bos mulai memberi perintah pada pegawainya. Terlihat beberapa siswa canggung ketika menjadi bos, dan beberapa terlihat memerankan dengan baik tanpa merasa canggung dengan “pegawainya”. Sementara itu siswa yang menjadi pegawai terlihat tidak suka ketika diberi perintah, seperti DT yang terlihat marah. Siswa NOV dan AER terlihat tergesa-gesa ketika diperintah oleh bos mereka. Disisi lain, siswa yang menjadi bos terlihat tidak sabar karena melihat pegawainya tidak cakap dalam melaksanakan perintahnya.

*Games* dihentikan setelah berlangsung selama lima menit. Pada *games* kali ini, tidak ada kelompok yang menjadi pemenang. Selanjutnya *games* kembali dimulai dengan bertukar peran, bos menjadi pegawai sebaliknya pegawai menjadi bos. Siswa yang sebelumnya merasa diperlakukan tidak baik oleh bosnya terlihat berusaha membalas, bahkan siswa sampai membentak pegawainya seperti yang dilakukan oleh DT kepada NOV. Beberapa siswa terlihat baik dalam bekerja sama, seperti MRW dan MT yang akhirnya dapat

menyelesaikan tugas sehingga menjadi pemenang.

Setelah *games* ini selesai, guru BK mengajak semua siswa untuk diskusi bersama. Dimulai dengan kesan setelah melakukan *games*, lalu siswa MRW dan MT sebagai pemenang diminta untuk mengemukakan pendapatnya. Mereka menyatakan dapat memenangkan *games* karena dilakukan dengan sabar dan tidak tergesa-gesa. DT dan NOV yang terlihat kurang baik saat *games* pun diminta pendapatnya, menurut mereka kegagalan terjadi karena dari awal sudah terbawa emosi sehingga pekerjaannya menjadi kacau. DT juga mengatakan ketika melihat kelompok lain yang hampir menyelesaikan permainan ia merasa panik dan meminta NOV untuk bekerja lebih keras namun hasilnya sia-sia. Melihat hal tersebut guru BK mengatakan jika melakukan hal dengan tergesa-gesa maka tidak akan membuahkan hasil. Sekeras apapun mencoba jika tidak tenang dalam melakukannya maka hasilnya akan kurang optimal. Kemudian guru BK menghubungkan dengan kegiatan belajar, ia mengatakan kadang kita melihat teman yang lebih pintar merasa harus mengunggulinya dengan belajar lebih keras atau bahkan terlalu keras. Hal tersebut justru tidak membuat kita semakin pintar malah membuat kita bosan belajar.

#### c) Kegiatan Penutup

Kegiatan ditutup dengan tepuk tangan bersama. Guru BK kembali berpesan agar para siswa lebih percaya diri serta tidak cemas dengan belajarnya

namun diingatkan pula agar para siswa tidak memaksakan diri dalam belajar. Setelah berdoa bersama siswa dipersilahkan untuk kembali ke rumah masing-masing.

#### c. Tindakan Ketiga siklus II

Tindakan ini dilaksanakan pada Hari Kamis, 7 September 2017, dimulai pukul 12.30 WITA hingga pukul 13.30 WITA bertempat di ruang kelas XII Ak.2 lantai 1 SMA Negeri 1 Parepare.

Pada tindakan ini, peneliti dan Guru BK menyiapkan alat dan bahan yang akan digunakan untuk melaksanakan *games*. Kali ini *games* yang digunakan sama dengan siklus sebelumnya yaitu permainan “*Out Of The Box*”. Tindakan kali ini dipersiapkan untuk mengurangi tiga aspek dalam kejenuhan belajar yaitu belajar tidak bervariasi, belajar di tempat tertentu dan suasana belajar yang tidak berubah-ubah.

#### a) Kegiatan Pembuka

Kegiatan ini dibuka dengan ucapan salam dan berdoa bersama. Selanjutnya dilakukan presensi siswa. Pada tindakan kali ini semua siswa hadir. Kemudian dijelaskan bahwa pada kegiatan kali ini adalah melaksanakan *games* “*Out Of The Box*”.

#### b) Kegiatan Inti

Pertama-tama guru BK menjelaskan bahwa pada *games* kali ini adalah *games* tentang kreativitas. Sebelum permainan dimulai siswa diajak menonton video grup musik *Walk Of The Moon* yang membawakan lagu *Somebody That I used to Know* menggunakan hanya satu alat musik

yaitu gitar namun dapat menghasilkan irama yang bagus. Setelah pemutaran video selesai, siswa dimintai pendapatnya. Beberapa siswa menanggapi yang intinya video tersebut menarik dan group band yang bermain sangat kreatif.

Setelah selesai memutar video, guru BK mengajak siswa untuk bermain *games Out Of The Box*. Permainan dimulai dengan menjelaskan tata cara permainan. Siswa dibagi menjadi empat kelompok. Kemudian masing-masing kelompok diminta untuk mempersiapkan alat tulis. Setelah itu guru BK memintan tiap kelompok untuk berdiskusi dan menuliskan manfaat dari “meja” yang diberi waktu lima menit. Setelah itu keempat kelompok tersebut diminta mempresentasikan hasil diskusi mereka. Kelompok 1 yang pertama mempresentasikan hasil diskusi mereka menghasilkan 15 fungsi pulpen. Setelah itu kelompok 2 menghasilkan 17 fungsi pulpen, kelompok 3 menghasilkan 15 fungsi pulpen dan kelompok 4 menghasilkan 20 fungsi pulpen. *Games* ini dimenangkan oleh kelompok 4 yang paling banyak menghasilkan fungsi meja.

Setelah *games* selesai siswa diajak berdiskusi. Hasil dari diskusi kali ini intinya adalah bahwa kreatifitas akan muncul ketika siswa berfikir di luar batas dan tidak terfokus pada satu hal saja. Guru BK kemudian mengaitkan kreativitas dengan belajar. Ketika seseorang yang belajar dengan cara yang tidak bervariasi biasanya lebih mudah mengalami kejenuhan belajar. Di sisi lain belajar di suatu tempat tertentu seperti duduk di bangku yang sama dan suasana belajar yang tidak berubah ubah akan semakin membuat seseorang jenuh belajar. Dengan demikian guru BK mengajak siswa agar dapat

mengatasi beberapa penyebab kejenuhan belajar tersebut dengan menggunakan cara-cara yang kreatif. Hal kecil yang dapat dilakukan diantaranya dengan berpindah tempat duduk dan menata kembali ruang belajar di rumah.

#### c) Kegiatan Penutup

Kegiatan ini ditutup dengan ucapan salam dan doa bersama. Sebelum berdoa bersama peneliti meminta siswa untuk mengisi angket *post-test II* pada beberapa hari mendatang. Peneliti dan guru BK juga berpesan agar siswa lebih semangat dalam belajar serta berharap siswa dapat mengatasi kejenuhan belajar mereka. *Post-Test II* dilakukan pada hari Sabtu, 9 September 2017. Hal ini dimaksudkan agar peneliti dapat melakukan observasi dan wawancara terhadap siswa terlebih dahulu sehingga dapat diketahui efek *games* dalam menurunkan kejenuhan belajar siswa.

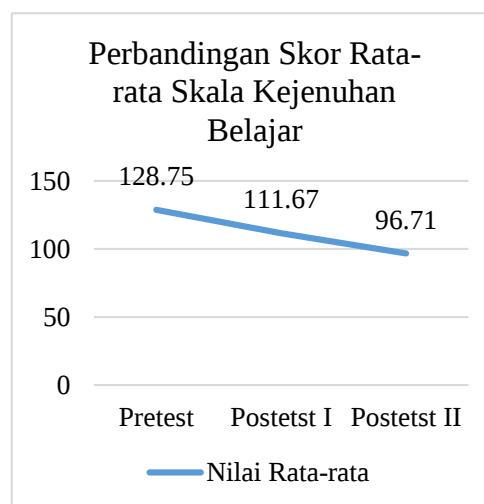
#### 1. Hasil Tindakan Siklus II

Hasil dari tindakan pada siklus kedua dalam penelitian ini dapat dilihat dari pengamatan dan *post-test II*. Pemberian *post-test II* dilaksanakan setelah kegiatan tindakan 3 yaitu pada Hari Sabtu, 9 September 2017 pukul 14.00-14.45 WITA bertempat di ruang kelas XI SMA Negeri 1 Parepare. Data kejenuhan belajar siswa setelah dilakukan *post test II* dari 28 siswa, skor tertinggi adalah 140 dan skor terendah adalah 82. Berdasarkan hasil *post test II* sudah menunjukkan adanya penurunan hasil dibandingkan dengan *post test I*. Skor rata rata yang dicapai siswa dalam kategori rendah yaitu 96,71.

Tabel 4.3 Penurunan Skor Kejenuhan Belajar Siswa (siklus II)

| No | Nama | Siklus I |          | Siklus II |          | Penurunan   |              |
|----|------|----------|----------|-----------|----------|-------------|--------------|
|    |      | Skor     | Kategori | Skor      | Kategori | Post test I | Post test II |
| 1  | MN   | 101      | sedang   | 86        | rendah   | 9           | 15           |
| 2  | MW   | 131      | sedang   | 117       | sedang   | 18          | 14           |
| 3  | LN   | 105      | sedang   | 91        | rendah   | 12          | 14           |
| 4  | AER  | 112      | Sedang   | 94        | rendah   | 17          | 18           |
| 5  | DT   | 115      | Sedang   | 84        | rendah   | 8           | 31           |
| 6  | TWP  | 125      | Sedang   | 117       | sedang   | 2           | 8            |
| 7  | SHF  | 102      | Sedang   | 81        | rendah   | 20          | 21           |
| 8  | NM   | 95       | Rendah   | 85        | rendah   | 19          | 10           |
| 9  | MF   | 138      | Sedang   | 114       | sedang   | 16          | 24           |
| 10 | RF   | 101      | Sedang   | 82        | rendah   | 12          | 19           |
| 11 | RS   | 110      | Sedang   | 93        | rendah   | 43          | 17           |
| 12 | GMP  | 125      | Sedang   | 119       | sedang   | 25          | 6            |
| 13 | MS   | 117      | Sedang   | 86        | rendah   | 9           | 31           |
| 14 | MRW  | 92       | Rendah   | 89        | rendah   | 27          | 3            |
| 15 | FD   | 115      | Sedang   | 92        | rendah   | 37          | 23           |
| 16 | ST   | 116      | Sedang   | 89        | rendah   | 16          | 27           |
| 17 | WL   | 94       | Rendah   | 93        | rendah   | 26          | 1            |
| 18 | FAS  | 115      | Sedang   | 93        | rendah   | 7           | 22           |
| 19 | IM   | 110      | Sedang   | 96        | rendah   | 18          | 14           |
| 20 | RF   | 107      | Sedang   | 91        | rendah   | 16          | 16           |
| 21 | MUT  | 108      | Sedang   | 92        | rendah   | 18          | 16           |
| 22 | VER  | 140      | Sedang   | 129       | sedang   | 13          | 11           |
| 23 | NAF  | 114      | Sedang   | 108       | sedang   | 18          | 6            |
| 24 | NA   | 97       | Rendah   | 90        | rendah   | 8           | 7            |
| 25 | NOV  | 108      | Sedang   | 88        | rendah   | 19          | 20           |
| 26 | ANV  | 91       | Rendah   | 91        | rendah   | 12          | 11           |
| 27 | AAZ  | 146      | Sedang   | 140       | sedang   | 5           | 6            |
| 28 | DM   | 97       | Rendah   | 89        | rendah   | 28          | 8            |

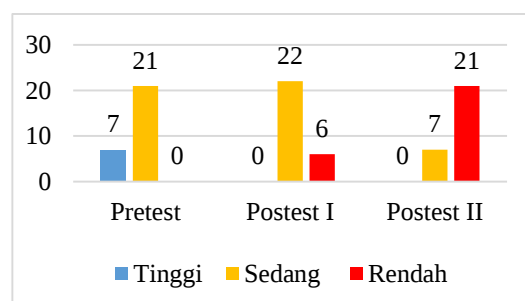
Tingkat penurunan rata-rata skor mulai dari *pre-test* hingga *post-test II* juga ditunjukkan dalam garfik sebagai berikut:



Grafik 4.1 Perbandingan Skor Rata-rata Skala Kejenuhan Belajar

Grafik 4.1 menunjukan skor rata-rata kejenuhan belajar siswa mengalami penurunan dari 128,75 poin pada *pre-test* menjadi 111,67 poin pada *post-test I*, dan 96,71 poin *pos-test II*.

Skor tersebut merupakan skor rata-rata kejenuhan belajar secara keseluruhan, berikut grafik jumlah siswa dalam setiap kategori:



Grafik 4.2. Perbandingan Jumlah Kategori pada Setiap Test

Grafik 4.2 menunjukkan terdapat perubahan jumlah pada tiap tes. Pada *pre-test* sebanyak tujuh siswa masuk dalam kategori tinggi, 21 siswa dalam kategori sedang dan tidak terdapat siswa yang kejeunhan belajarnya masuk dalam kategori rendah. Pada *Post-test I* tidak terdapat siswa yang skor kejenuhan belajarnya masuk dalam kategori tinggi, 22 siswa masuk dalam ketegori sedang dan enam siswa dalam kategori rendah. Pada *Post-test II* tidak terdapat siswa yang skor kejenuhan belajarnya masuk dalam ketegori tinggi, tujuh siswa masuk dalam kategori sedang dan 21 siswa dalam kategori rendah.

Berdasarkan grafik 4.2, pada siklus II jumlah siswa yang masuk dalam ketegori rendah adalah 21 siswa dari 28 siswa. Jika dipresentasikan maka 75% siswa/subjek skor kejenuhan belajarnya telah masuk dalam kategori rendah. Dengan demikian peneliti memutuskan untuk tidak mengadakan siklus lanjutan karena penelitian ini sudah memenuhi kriteria keberhasilan yang telah ditentukan yaitu 70% siswa skor kejenuhan belajarnya telah berada dalam kategori rendah.

## 2. Observasi/ Pengamatan Siklus II

Hasil observasi dan pelaksanaan *games* untuk untuk mnurunkan kejenuhan belajar adalah sebagai berikut : a) Pada tindakan 1 sebelum dilakukan tindakan guru BK terlihat mempersiapkan cataan tentang poin-poin yang akan dibahas saat diskusi. Pada saat pelaksanaan *games* siswa merespon arahan dari guru BK dengan baik. Sebagian besar siswa terlihat tidak

sabar untuk segera memulai *games* “miskin”. Berbeda dengan siklus sebelumnya, kali ini sebagian besar siswa terlihat berpartisipasi dengan baik. Proses diskusi pada tindakan kali ini berjalan dengan baik. Beberapa siswa terlihat berani mengemukakan pendapatnya; b) Pada tindakan ke 2 pelaksanaan *games* Kursi Tumpuan (Geser Kursi) dan Kalimat Rusak secara keseluruhan berjalan dengan lancar. Siswa terlihat mengikuti arahan guru BK dengan baik. Guru BK terlihat menguasai proses diskusi. Poin-poin yang akan dibahas ketika diskusi dapat disampaikan. Sebagian besar siswa terlihat menikmati jalannya diskusi; c) Pada tindakan ke 3 dilaksanakan *games* *Out Of The Box*. Siswa terlihat menikmati video yang sitayangkan. Siswa terlihat lebih siap dalam emlakukan permainan ini. Jika dibandingkan dengan tindakan pada siklus sebelumnya,, *games* kali ini berjalan lebih singkat. Diskusi berjalan dengan lancar namun siswa terlihat kurang aktif dalam mengemukakan pendapat, namun mereka memperhatikan dengan baik apa yang disampaikan oleh guru BK; d) Observasi juga dilakukan peneliti ketika siswa sedang mengikuti pelajaran di kelas. Peneliti melakukan pengamatan pada beberapa subjek dari beberapa kelas. Beberapa siswa yang berhasil diamati antara lain RS, MN, dan MUT, AAZ dan GMP. RS, MN, MUT terlihat mengikut pelajaran dengan baik. MN terlihat sering bertanya kepada guru saat pelajaran di kelas. Namun ada beberapa

siswa ketika diamati terlihat pasif di kelas yaitu AAZ dan GMP.

### 3. Refleksi Siklus II

Tindakan pada siklus II menunjukkan adanya perubahan jika dibandingkan dengan tindakan pada siklus I. Evaluasi dari siklus I dapat dikatakan berhasil dilaksanakan pada siklus II.

Refleksi pada siklus II juga dilakukan untuk mengetahui kekurangan pada siklus ini. Berdasarkan hasil diskusi antara peneliti dan tim, dihasilkan beberapa hal diantaranya adalah :

- a) Observasi tidak bisa dilakukan kepada seluruh siswa. Hal ini dikarenakan kurangnya perencanaan dan keterbatasan waktu.
- b) Tindakan dilakukan setelah pulang sekolah. Hal ini membuat beberapa siswa siswa kurang fokus karena lelah.

### 4. Deskripsi Hasil Wawancara

Wawancara dilakukan kepada tiga subjek yaitu SHF, FD, dan AAZ. Peneliti memilih ketiga subjek ini dengan alasan ketiganya mengalami penurunan skor yang berbeda-beda. FD mengalami penurunan skor kejenuhan belajar yang paling banyak dari 157 pada pretest menjadi 92 pada *post-test* II. SHF mengalami penurunan cukup banyak dari 122 pada pretest menjadi 81 pada *post-test* II. Setelah mengikuti siklus 2, kedua subjek tersebut berada pada kategori kejenuhan belajar rendah. Berbeda dengan kedua subjek diatas, subjek AAZ mengalami penurunan skor kejenuhan belajar yang rendah. Pada *pretest* skor kejenuhan belajar AAZ

adalah 151 dan pada *post-test* II adalah 140. Setelah mengikuti siklus 2 kejenuhan belajar AAZ masuk dalam kategori sedang.

Berikut ini paparan singkat hasil wawancara dengan subjek. Wawancara dilakukan pada 3 subjek yaitu FD, SHF, dan AAZ.

Tabel 4.5. Hasil Wawancara dengan Subjek

| No. | Nama | Hasil Wawancara                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-----|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.  | FD   | Subjek merasa kegiatan ini berdampak bagi kejenuhan belajarnya. Suasana yang dialami ketika tindakan terbawa ke kelas saat jam pelajaran. Ia mengatakan awalnya sering bosan di kelas, namun sekarang mulai berkurang. Sebelumnya ia enggan belajar di rumah karena suasana belajar di rumah tidak nyaman, namun sekarang ia mulai mencoba mengajak teman-temannya untuk belajar bersama. Menurutnya cara itu membuatnya lebih semangat belajar. |
| 2.  | SHF  | Subjek mengaku ia jarang belajar karena menurutnya kebanyakan mata pelajaran terasa cukup sulit dipahami. Setelah mengikuti rangkain kegiatan <i>games</i> subjek mengetahui bahwa bukan ia saja yang                                                                                                                                                                                                                                            |

| No. | Nama | Hasil Wawancara                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-----|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|     |      | mengalami kejenuhan belajar, bahkan beberapa temannya mengalami kejenuhan yang lebih tinggi daripada dirinya. Setelah memahami bahwa kejenuhan belajar harus bisa ia atasi sekarang ia mulai mencoba untuk lebih tekun dalam belajar. Subjek mengaku sekarang lebih memperhatikan guru dan lebih sering mencatat hal-hal penting ketika pelajaran                                                                                                                                                                                                                                 |
| 3.  | AAZ  | Subjek mengatakan penyebab ia jenuh belajar karena pada awalnya ia tidak ingin masuk sekolah ini. Namun karena terlanjur ia mengaku menjalani sekolah setengah hati. Ia menuturkan ketika awal-awal kelas X ia masih bisa mengikuti pelajaran namun lama kelamaan ia merasa kesulitan dan tidak bisa mengikuti teman-temannya.<br>Saat mengikuti rangkaian kegiatan <i>games</i> ia mengaku senang, banyak <i>games</i> yang menurutnya menarik. Ia mengaku meskipun jarang berpendapat ketika diskusi, ia tetap memperhatikan. Setelah pelaksanaan <i>games</i> ia mencoba lebih |

| No. | Nama | Hasil Wawancara                                                                                    |
|-----|------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|
|     |      | memperhatikan pelajaran di kelas, akan tetapi ia merasa masih tidak bisa mengikuti teman-temannya. |

## KESIMPULAN DAN SARAN

### 1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, diperoleh kesimpulan bahwa bimbingan kelompok teknik *games* dapat menurunkan kejenuhan belajar siswa kelas XI IPS SMA Negeri 1 Parepare. Hal ini dibuktikan dengan hasil skor rata-rata dari pratindakan dan setelah tindakan siklus I dan II, rata-rata skor setelah diberikan tindakan mengalami penurunan hingga mencapai target yang sesuai dengan kriteria keberhasilan. Sebelum diadakan tindakan rata-rata skor kejenuhan belajar siswa sebesar 128,75 yang masuk dalam kategori sedang, kemudian setelah dilaksanakan tindakan pada siklus I rata-rata skor kejenuhan belajar siswa turun menjadi 111,67 yang masuk dalam kategori sedang dan pada siklus ke II rata-rata skor kejenuhan belajar siswa kembali turun menjadi 96,71 dan masuk dalam kategori rendah. Pada siklus ke II terdapat 21 subjek dari 28 subjek skor kejenuhan belajarnya berada pada kategori rendah. Jika dipersentasekan maka telah mencapai 75% dan mencapai target yang ditentukan yaitu sebanyak 70% subjek

skor kejenuhan belajarnya berada pada kategori rendah.

## 2. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, maka peneliti mempunyai beberapa saran sebagai berikut :

### a. Bagi Siswa

Kejenuhan belajar siswa kelas XI IPS SMA Negeri 1 Parepare telah mengalami penurunan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok teknik *games*. Disarankan pada siswa yang kejenuhan belajarnya telah menurun, dapat mempertahankan keadaannya.

### b. Bagi Guru Bimbingan dan Konseli

Hasil penelitian menunjukan bahwa *games* dapat menurunkan kejenuhan belajar siswa maka, teman sejawat dapat menggunakan *games* sebagai sarana untuk mengurangi kejenuhan belajar siswa. Guru BK juga dapat meningkatkan layanan dengan menambah referensi tentang *games* yang digunakan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. dkk. (2008). *Penelitian tindakan kelas*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- \_\_\_\_\_. (2002). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- \_\_\_\_\_. (2010). *Penelitian tindakan*. Yogyakarta: Aditya Media.
- Aqib, Z. (2007). *Penelitian tindakan kelas bagi pengembang profesi guru*. Bandung: CV. Yrama Widya.
- Azwar, S. (2013). *Penyusunan skala psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Hakim, T. (2004). *Belajar secara efektif*. Jakarta: Pustaka Pembangunan Swadaya Nusantara.
- Hartinah, S. (2009). *Konsep dasar bimbingan kelompok*. Bandung: PT Refika Adhitama.
- Hidayat, D. R., Badrujaman, A. (2012). *Penelitian tindakan dalam bimbingan dan konseling*. Jakarta: PT. Index
- Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) Online. Diakses dari <http://kbbi.net.id> pada 23 Juni 2017 pukul 19.34 WITA.
- Muslich, M. (2011). *Melaksanakan ptk itu mudah (classroom action research) pedoman praktis bagi guru profesional*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Nisak, R. (2013). *Lebih dari 50 game kreatif untuk aktivitas belajar-mengajar*. Yogyakarta: DIVA Press.
- Prayitno. (1995). *Bimbingan dan konseling kelompok (dasar & profil)*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Slameto. (2003). *Belajar dan faktor-faktor yang mempengaruhinya cetakan keempat*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Sugihartono, dkk. (2012). *Psikologi pendidikan*. Yogyakarta: UNY Press.
- Sugiyono. (2013). *Metode penelitian pendidikan (pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan r&d)*. Bandung : Alfabeta.
- Suwarjo & Eliasa, E. I. (2013). *55 permainan dalam bimbingan dan konseling cetakan keenam*. Yogyakarta: Paramitra Publishing.
- Syah, M. (2003). *Psikologi belajar*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Romlah,, T. (2011). *Teori dan praktek bimbingan kelompok*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Tidjan, dkk. (1993). *Bimbingan dan konseling untuk sekolah menengah*. Yogyakarta: UNY.

- Tohirin. (2009). *Bimbingan dan konseling di sekolah dan madrasah (berbasis integrasi)*. Jakarta: Rajawali Press.
- Winkel, W.S & Hastuti, S. (2004). *Bimbingan dan konseling di institusi pendidikan; edisi revisi 1*. Jakarta: Media Abadi.