

Komparasi Penggunaan Layanan Bimbingan Klasikal Teknik *Bibliotherapy* vs Ceramah untuk Meningkatkan Konsentrasi Belajar Siswa

Indah Dwi Anggraini Putri^{1*}, Caraka Putra Bhakti², Alif Muarifah³, Wahyu Nanda Eka Saputra⁴

^{1,2,3,4}Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Ahmad Dahlan, Jalan Ringroad Selatan, Yogyakarta, Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta, 55516, Indonesia

*Penulis koresponden, *e-mail*: caraka.pb@bk.uad.ac.id No. HP: 085235761213

Abstract

The purpose of this study was to determine the comparison of the effectiveness of the classical guidance service bibliotherapy techniques with lectures in improving the concentration of student learning. This research is an experimental research using quasi experimental design which is of the type of nonequivalent control group design. The population in this study were all students of class IX in SMP Negeri 3 Mlati with a sample of 20 students each for the experimental group and the control group. Determination of the sample by purposive sampling that considers several special characteristics. Then the data collection was carried out using a learning concentration test instrument. Data analysis was performed using an paired sample t-test formula. The results showed that there were significant differences in the concentration of student learning based on the classical guidance intervention of the bibliotherapy technique with lectures. The concentration of student learning is better after being given the intervention of classical guidance bibliotherapy techniques rather than lectures.

Keywords: *concentration of learning; classical guidance; bibliotherapy techniques*

Abstrak

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui perbandingan keefektivitas layanan bimbingan klasikal teknik *bibliotherapy* dengan ceramah dalam meningkatkan konsentrasi belajar siswa. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan menggunakan *quasi eksperimental design* yang berjenis *nonequivalent control group design*. Populasi pada penelitian ini yaitu seluruh siswa-siswi kelas IX di SMP Negeri 3 Mlati dengan sampel masing-masing 20 orang siswa untuk kelompok eksperimen (diberikan intervensi bimbingan klasikal teknik *bibliotherapy*) dan kelompok kontrol (diberikan intervensi bimbingan klasikal teknik ceramah). Penentuan sampel dengan *purposive sampling* yang mempertimbangkan beberapa karakteristik khusus. Kemudian pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan instrumen tes konsentrasi belajar. Analisis data dilakukan dengan menggunakan formula paired sample t-test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan konsentrasi belajar siswa berdasarkan intervensi bimbingan klasikal teknik *bibliotherapy* dengan ceramah. Konsentrasi belajar siswa lebih baik setelah diberikan intervensi bimbingan klasikal teknik *bibliotherapy* daripada ceramah.

Kata Kunci: *konsentrasi belajar; bimbingan klasikal; teknik bibliotherapy*

PENDAHULUAN

Pada dasarnya manusia adalah makhluk pembelajar. Manusia melakukan kegiatan belajar sepanjang hidupnya untuk memperoleh pengetahuan. Mulai dari baru lahir hingga saat ini manusia secara tidak sadar melakukan kegiatan belajar secara terus-menerus karena jika manusia tidak belajar manusia tidak akan bisa beradaptasi dengan baik di lingkungan dimanapun ia berada. Hal ini yang membuat kegiatan belajar menjadi sangat penting untuk dilakukan karena kita mendapatkan pengetahuan baru, wawasan baru, serta tingkah laku baru dari belajar.

Belajar sendiri dianggap oleh sebagian orang adalah mengumpulkan atau menghafalkan fakta-fakta yang tersaji dalam bentuk informasi/materi pelajaran. Menurut seorang ahli, belajar merupakan suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan sebagai hasil pengalaman sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya (Slameto, 2010). Sedangkan secara umum, belajar merupakan tahapan perubahan seluruh tingkah laku individu yang relatif menetap sebagai hasil pengalaman dan interaksi dengan lingkungan yang melibatkan proses kognitif (Wahyuni, 2012). Sehingga jika disimpulkan bahwa belajar bukan hanya sekedar proses menyerap pengetahuan yang diberikan oleh guru, namun siswa juga harus aktif baik dalam proses pembelajaran maupun berinteraksi dengan lingkungannya agar bisa memperoleh informasi guna perubahan tingkah laku ke arah yang lebih baik.

Siswa yang aktif dalam proses pembelajaran tentunya memiliki keterampilan, daya tangkap, daya ingat, antusias, dan konsentrasi yang baik. Konsentrasi besar pengaruhnya terhadap belajar (Slameto, 2010) dan pada akhirnya memiliki dampak terhadap pencapaian prestasi akademik siswa (Helmke, 1986; Rudasill et al., 2010). Konsentrasi belajar adalah suatu kegiatan memusatkan perhatian pada suatu kegiatan sebagai kunci utama untuk mencapai tujuan belajar yang telah ditentukan sebelumnya dan meningkatkan konsentrasi belajar merupakan gerakan yang timbul dari dalam diri yang melibatkan anggota tubuh baik fisik, mental, dan emosional untuk menuju pada pemusatan perhatian yang baik sehingga dapat mencapai tujuan pelajaran yang telah ditentukan (Syafrol & Utami, 2013). Kesulitan berkonsentrasi merupakan indikator adanya masalah belajar yang dihadapi siswa karena hal itu akan menjadi kendala di dalam mencapai hasil belajar yang diharapkan (Malawi & Tristiar, 2016). Jika seseorang mengalami kesulitan berkonsentrasi, jelas belajarnya akan menjadi sia-sia karena hanya membuang-buang waktu dan tenaga (Setiani, 2014). Seseorang yang dapat belajar dengan baik adalah orang yang dapat berkonsentrasi dengan baik atau dengan kata lain ia harus memiliki kebiasaan untuk memusatkan pikiran.

Pada kenyataannya siswa yang sering mengalami kesulitan untuk berkonsentrasi karena disebabkan oleh kurangnya minat terhadap mata pelajaran yang dipelajari, terganggu oleh keadaan lingkungan, pikiran yang kacau dengan banyak urusan ataupun masalah-masalah kesehatan yang terganggu, bosan terhadap pelajaran/sekolah dan lain-lain. Salah satu penelitian menyimpulkan bahwa secara umum siswa sama sekali tidak bisa berkonsentrasi belajar dengan baik di kelas dan tidak mendengarkan penjelasan dan guru kondisi siswa di dalam kelas sangat tidak kondusif (Ikawati & Prihantini, 2016).

Hal ini sesuai dengan hasil wawancara dengan guru bimbingan dan konseling di SMP Negeri 3 Mlati bahwa konsentrasi belajar siswa kelas IX dapat dikatakan rendah dikarenakan banyak siswa yang tidak bisa fokus ketika diberikan layanan, sibuk sendiri, banyak yang mengobrol, banyak juga yang kurang memperhatikan ketika guru sedang menjelaskan bahkan ada juga yang memilih tidur-tiduran, dan ada juga yang mencoret-coret buku. Apalagi jika terdengar suara gaduh di sekitar ruang kelas siswa-siswa sangat tidak bisa fokus ke materi yang sedang dijelaskan oleh guru bimbingan dan

konseling. Hal tersebut sesuai dengan ciri-ciri siswa yang memiliki konsentrasi belajar rendah. Agar siswa dapat berkonsentrasi dengan baik guru bimbingan dan konseling perlu menggunakan berbagai macam metode yang kreatif yang dapat mengaktifkan siswa. Hal ini dimaksudkan agar siswa tidak hanya menjadi pendengar saja karena mereka akan cenderung bosan.

Namun, berdasarkan hasil wawancara dengan guru bimbingan dan konseling di SMP Negeri 3 Mlati, konselor sering menggunakan metode ceramah ketika memberikan layanan bimbingan klasikal. Guru bimbingan dan konseling di SMP Negeri 3 Mlati jarang sekali menggunakan metode-metode yang bervariasi dikarenakan kewalahan mengurus semua kelas yang berjumlah 12 kelas sendirian, dan belum lagi juga harus mengurus koperasi sekolah. Hal ini menunjukkan bahwa guru bimbingan dan konseling di SMP Negeri 3 Mlati kurang menggunakan bermacam-macam metode yang bervariasi dan hanya menggunakan metode yang monoton, sehingga membuat siswa kurang antusias dalam mengikuti layanan bimbingan klasikal dan guru bimbingan dan konseling belum bisa meningkatkan konsentrasi belajar siswa melalui layanan-layanan yang telah diberikan.

Hal ini membuat siswa merasa bosan dan mengantuk karena penggunaan metode ceramah hanya membuat siswa menjadi pasif karena siswa hanya bisa mendengarkan penjelasan dari guru tanpa melakukan apa-apa. Padahal peran konselor sekolah yaitu berkenaan dengan upaya memfasilitasi pertumbuhan dan perkembangan siswa melalui pendekatan yang bersifat pribadi, di samping membantu para siswa yang mempunyai kesulitan atau masalah-masalah sosial-pribadi (Suherman, 2008). Guna mengatasi permasalahan mengenai rendahnya konsentrasi belajar salah satu layanan yang dapat digunakan yaitu layanan bimbingan klasikal.

Layanan bimbingan klasikal itu sendiri adalah salah satu pelayanan dasar bimbingan yang dirancang dan menuntut konselor untuk melakukan kontak langsung dengan para peserta didik dikelas secara terjadwal. Tujuan pemberian layanan bimbingan klasikal ini adalah untuk membantu peserta didik/konseli agar konsentrasi dalam belajarnya menjadi meningkat. Bimbingan klasikal mempunyai kelebihan dibandingkan dengan layanan bimbingan dan konseling yang lain yaitu siswa yang diikutkan dalam layanan klasikal relatif cukup banyak dibanding layanan individu atau kelompok (Wahyuni, 2012). Layanan klasikal itu sendiri mempunyai beberapa strategi layanan, antara lain: *assign homework, use music, use visual art, write, use drama and role-play, use bibliotherapy, play game, make learning fun, be clear*, dan *use activities and metaphors* (Ziomek & Daigle, 2016). Pada penelitian ini peneliti akan menggunakan strategi *bibliotherapy* untuk mengatasi rendahnya konsentrasi belajar.

Berdasarkan dari hasil penelitian yang berjudul "*Bibliotherapy in Public Libraries: A Conceptual Framework*", *bibliotherapy* dapat digunakan untuk mengatasi permasalahan rendahnya keterampilan belajar (Noordin et al., 2015). Kemudian pada penelitiannya menyatakan bahwa masalah yang dapat di atasi dengan menggunakan *bibliotherapy*, antara lain: sulit menyesuaikan diri dengan sekolah, masalah *bullying*, berteman, bekerja sama, mengatasi ketakutan, kecemasan, kemarahan, frustrasi, tertinggal dalam pekerjaan sekolah, kurang keterampilan belajar, disiplin diri, tidak

menyadari bakat dan kemampuan mereka sendiri, atau bahkan kecewa tentang peristiwa keluarga seperti masalah yang berkaitan dengan kematian orang yang mereka cintai atau perceraian orang tua mereka.

Melalui penggunaan biblioterapi, konselor dapat memberikan peluang bagi klien untuk menghasilkan pemikiran, perasaan, dan tindakan alternatif, untuk mempelajari keterampilan baru, dan untuk mempraktekkan perilaku baru (Jackson, 2001). Biblioterapi juga dapat membantu orang mendapatkan kendali atas hidup dan situasi mereka dengan mengidentifikasi orang lain dan mencari solusi yang unik dan universal (Rus-Makovec et al., 2015). Biblioterapi merupakan penggunaan buku atau literatur untuk meningkatkan ekspresi perasaan individu, koping, pemecahan masalah atau wawasan (Butcher et al., 2018). Sehingga dapat disimpulkan bahwa biblioterapi adalah suatu teknik yang di dalamnya menggunakan buku untuk membantu klien mempelajari keterampilan baru, meningkatkan ekspresi yang dirasakan, serta dapat mempraktekkan perilaku baru guna mencari solusi atas permasalahan yang dialaminya.

Berdasarkan pendapat dari para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan klasikal teknik *bibliotherapy* merupakan salah satu layanan yang dilakukan dalam satu kelas besar dengan menggunakan media buku sebagai proses terapeutik guna memberikan kesempatan pada peserta didik/siswa untuk mengeksplorasi suatu kejadian. Berdasarkan pada hal-hal tersebut di atas penulis merasa tertarik untuk melakukan penelitian mengenai perbandingan keefektifan layanan bimbingan klasikal teknik *bibliotherapy* dengan ceramah untuk meningkatkan konsentrasi belajar siswa kelas IX SMP Negeri 3 Mlati tahun ajaran 2019/2020.

METODE PENELITIAN

Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian eksperimen untuk mencari perbandingan keefektifan layanan bimbingan klasikal teknik *bibliotherapy* dan ceramah terhadap konsentrasi belajar siswa kelas IX SMP Negeri 3 Mlati tahun ajaran 2019/2020. Peneliti menggunakan bentuk desain *quasi* eksperimental dengan model *nonequivalent control group design* yang dilakukan kepada kelas dua kelas yaitu satu kelas sebagai kelompok kontrol yang akan diberikan intervensi layanan bimbingan klasikal teknik ceramah dan satu kelas lain sebagai kelompok eksperimen akan diberikan intervensi layanan bimbingan klasikal teknik *bibliotherapy*. Pemilihan kelompok didasarkan dari hasil *pretest*. Kelas yang memiliki hasil *pretest* lebih tinggi akan dijadikan sebagai kelompok yang diberikan intervensi bimbingan klasikal teknik *bibliotherapy*. Sedangkan kelas yang memiliki *pretest* lebih rendah akan diberikan intervensi layanan bimbingan klasikal teknik ceramah.

Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu instrumen tes. Instrumen tes digunakan untuk mengukur aspek kognitif subjek terhadap suatu obyek (topik) dengan meminta subjek mengisi instrumen tes yang berbentuk pilihan ganda. Instrumen tes konsentrasi belajar terdiri dari 35 butir soal

yang kemudian setelah dilakukan uji validitas didapati 8 butir soal gugur dan tersisa 27 butir soal yang akan digunakan dalam pemberian layanan. kemudian hasil pengujian reliabilitas menunjukkan koefisien sebesar 0,856 yang dikategorikan memiliki tingkat reliabilitas tinggi.

Prosedur Pengumpulan Data

Instrumen tes disebarakan pada siswa kelas IX.A dan IX. C untuk melakukan uji coba instrumen. Setelah melewati tahap uji validasi dan uji reliabilitas, kemudian instrumen digunakan untuk *pretest* kelas IX. B dan IX.D SMP Negeri 3 Mlati lalu didapati hasil bahwa kelas IX.B sebagai kelompok kontrol dan kelas IX.D sebagai kelompok eksperimen. Instrumen tes juga digunakan saat *posttest*.

Analisis Data

Penelitian ini menggunakan teknik analisis data kuantitatif dengan cara mendeskripsikan tingkat konsentrasi belajar siswa antara kelompok yang diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan klasikal teknik *bibliotherapy* dan kelompok yang diberikan perlakuan layanan bimbingan klasikal teknik ceramah ke dalam kategori kurang, rendah, sedang, dan tinggi. Sedangkan teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan rumus *Independent Sample T-Test*. Keseluruhan komputasi data dilakukan dengan bantuan fasilitas SPSS (*Statistical Package For Social Science*) untuk mencari kenaikan tingkat konsentrasi belajar antara kelompok yang diberikan layanan bimbingan klasikal teknik *bibliotherapy* dengan kelompok yang diberikan layanan bimbingan klasikal teknik ceramah.

HASIL PENELITIAN

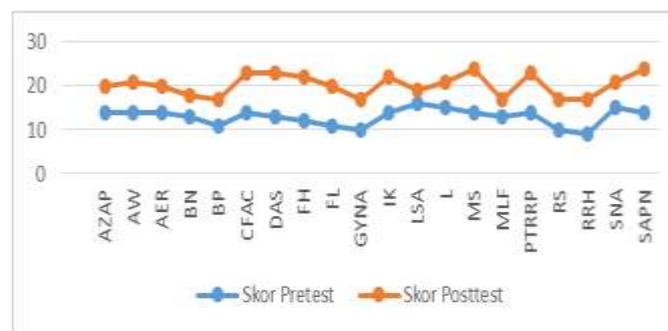
Data *pretest* dan *posttest* tentang konsentrasi belajar yang telah diolah menggunakan program *Microsoft Excel*. Hasil *pretest* dan *posttest* tes konsentrasi belajar antara kelompok eksperimen yang diberikan intervensi berupa layanan bimbingan klasikal teknik *bibliotherapy* dengan kelompok kontrol yang diberikan intervensi berupa layanan bimbingan klasikal teknik ceramah di SMP Negeri 3 Mlati tahun ajaran 2019/2020 adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Perbandingan Skor Konsentrasi Belajar yang diberikan Intervensi Layanan Bimbingan Klasikal Teknik *Bibliotherapy* dan Ceramah

No	Subjek	Skor dan Kategori				Gain	No	Subjek	Skor dan Kategori				Gain
		<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>					<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>		
Layanan bimbingan klasikal teknik <i>bibliotherapy</i>						Layanan bimbingan klasikal teknik ceramah							
1	AZAP	14	Sedang	20	Sedang	6	1	AFD	18	Sedang	21	Sedang	3
2	AW	14	Sedang	21	Tinggi	7	2	AES	14	Sedang	16	Tinggi	2
3	AER	14	Sedang	20	Sedang	6	3	ADR	17	Sedang	20	Sedang	3
4	BN	13	Rendah	18	Sedang	5	4	BT	14	Rendah	16	Sedang	2
5	BP	11	Rendah	17	Sedang	6	5	BRS	14	Rendah	17	Sedang	3
6	CFAC	14	Sedang	23	Tinggi	9	6	CM	19	Sedang	23	Tinggi	4
7	DAS	13	Rendah	23	Tinggi	10	7	DKNW	16	Rendah	19	Tinggi	3
8	FH	12	Rendah	22	Tinggi	10	8	DVA	17	Rendah	19	Tinggi	2
9	FL	11	Rendah	20	Sedang	9	9	EDM	14	Rendah	16	Sedang	2
10	GYNA	10	Rendah	17	Sedang	7	10	FH	18	Rendah	20	Sedang	2
11	IK	14	Sedang	22	Tinggi	8	11	GS	14	Sedang	19	Tinggi	5
12	LSA	16	Sedang	19	Sedang	3	12	HS	18	Sedang	20	Sedang	2
13	L	15	Sedang	21	Tinggi	6	13	IA	15	Sedang	17	Tinggi	2
14	MS	14	Sedang	24	Tinggi	10	14	KOR	16	Sedang	18	Tinggi	2
15	MLF	13	Rendah	17	Sedang	4	15	LB	15	Rendah	19	Sedang	4
16	PTRRP	14	Sedang	23	Tinggi	9	16	MFA	14	Sedang	17	Tinggi	3

17	RS	10	Rendah	17	Sedang	7	17	RAS	17	Rendah	20	Sedang	3
18	RRH	9	Rendah	17	Sedang	8	18	RAR	17	Rendah	21	Sedang	4
19	SNA	15	Sedang	21	Tinggi	6	19	SNS	18	Sedang	23	Tinggi	5
20	SAPN	14	Sedang	24	Tinggi	10	20	TDA	17	Sedang	21	Tinggi	4
Total		260		406		146	Total		322		382		60
Rata-rata		13	Rendah	20,3	Tinggi	7,3	Rata-rata		16,1	Sedang	19,1	Sedang	3

Pada tabel di atas menjelaskan bahwa terjadi kenaikan konsentrasi belajar pada kelompok eksperimen dari yang berkategori rendah menjadi naik ke kategori tinggi. Rata-rata kenaikan skor konsentrasi belajar kelompok eksperimen yaitu sebesar 7,3 poin. Sebelum diberikan *treatment* berupa layanan bimbingan klasikal teknik *bibliotherapy* rata-rata konsentrasi belajar siswa sebesar 13, sedangkan setelah diberikan *treatment* rata-rata skor konsentrasi belajar siswa menjadi 20,3. Pada tabel juga menunjukkan peningkatan konsentrasi belajar yang paling besar adalah pada siswa DAS, FH, MS, dan SAPN yaitu sebesar 10 poin. Sedangkan peningkatan konsentrasi belajar paling sedikit yaitu pada siswa LSA yaitu sebesar 3 poin. Secara visual peningkatan konsentrasi belajar kelompok yang diberikan intervensi layanan bimbingan klasikal teknik *bibliotherapy* dapat dilihat pada gambar berikut:



Gambar 1. Grafik Perubahan Konsentrasi Belajar Kelompok Eksperimen Sebelum dan Sesudah diberikan Intervensi Layanan Bimbingan Klasikal Teknik *Bibliotherapy*

Berdasarkan pada gambar di atas dapat diketahui bahwa terjadi peningkatan konsentrasi belajar kelompok eksperimen setelah diberikan intervensi layanan bimbingan klasikal teknik *bibliotherapy*. Hal ini ditunjukkan dari diagram batang *posttest* (merah) lebih tinggi dari diagram batang *pretest* (biru). Berdasarkan pada gambar tersebut dapat disimpulkan bahwa adanya peningkatan skor konsentrasi belajar kelompok eksperimen setelah diberikan intervensi layanan bimbingan klasikal teknik *bibliotherapy*.

Sedangkan untuk kelompok kontrol yang diberikan intervensi layanan bimbingan klasikal teknik ceramah juga terjadi kenaikan rata-rata konsentrasi belajar yaitu sebesar 3 poin. Sebelum diberikan intervensi berupa layanan bimbingan klasikal teknik ceramah rata-rata konsentrasi belajar siswa sebesar 16,1 sedangkan setelah diberikan *treatment* rata-rata skor konsentrasi belajar siswa menjadi 19,1. Pada tabel juga menunjukkan peningkatan konsentrasi belajar yang paling besar adalah pada siswa GS dan SNS yaitu sebesar 5 poin. Sedangkan peningkatan konsentrasi belajar paling sedikit yaitu pada siswa AES, BT, DVA, EDM, FH, HS, IA, KOR yaitu sebesar 2 poin. Secara visual peningkatan konsentrasi belajar kelompok kontrol yang diberikan intervensi layanan bimbingan klasikal teknik ceramah dapat dilihat pada gambar berikut:



Gambar 2. Grafik Perubahan Konsentrasi Belajar Kelompok Kontrol Sebelum dan Sesudah diberikan Intervensi Layanan Bimbingan Klasikal Teknik Ceramah

Berdasarkan pada gambar di atas dapat diketahui bahwa terjadi peningkatan konsentrasi belajar kelompok kontrol setelah diberikan intervensi layanan bimbingan klasikal teknik ceramah. Hal ini ditunjukkan dari diagram batang *posttest* (merah) lebih tinggi dari diagram batang *pretest* (biru). Berdasarkan pada gambar tersebut dapat disimpulkan bahwa adanya peningkatan skor konsentrasi belajar kelompok kontrol setelah diberikan intervensi berupa layanan bimbingan klasikal teknik ceramah.

Berdasarkan gambar 1 dan gambar 2 dapat disimpulkan bahwa kenaikan yang lebih signifikan terjadi pada kelompok yang diberikan intervensi berupa layanan bimbingan klasikal teknik *bibliotherapy* daripada kelompok yang diberikan intervensi berupa layanan bimbingan klasikal teknik ceramah. Hal ini juga dapat pada tabel 1 bahwa yang diberikan intervensi berupa layanan bimbingan klasikal teknik *bibliotherapy* memiliki nilai *gain* sebesar 7,3 poin, sedangkan kelompok yang diberikan intervensi berupa layanan bimbingan klasikal teknik ceramah memiliki nilai *gain* hanya sebesar 3 poin. Hal ini menunjukkan bahwa adanya peningkatan konsentrasi belajar pada kelompok yang diberikan intervensi berupa layanan bimbingan klasikal teknik *bibliotherapy* daripada kelompok yang diberikan intervensi berupa layanan bimbingan klasikal teknik ceramah.

Berdasarkan data pre test dan posttest yang terjabarkan pada tabel 1, maka dilakukan analisis menggunakan *paired samples t-test* untuk mengetahui perbandingan keefektifan bimbingan klasikal teknik *bibliotherapy* dan ceramah. Pada derajat bebas (df) = $n-1 = 20-1 = 19$ dengan taraf signifikansi (α) = 5%, maka nilai $t_{tabel} = 0,456$. H_0 diterima jika nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ (0,456) dan H_0 diterima jika nilai $t_{hitung} < t_{tabel}$ (0,456). Berikut ini tabel hasil perhitungan nilai t hitung dengan menggunakan bantuan aplikasi SPSS:

Tabel 2. Hasil Perhitungan Nilai t hitung

	Paired Differences					T	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 Pretest Kel. Eksperimen - Posttest Kel. Eksperimen (Layanan B.Klasikal Teknik <i>Bibliotherapy</i>)	-7.300	2.080	.465	-8.273	-6.327	15.696	19	.000

		Paired Differences				T	df	Sig. (2-tailed)	
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower				Upper
Pair 1	Pretest Kel. Eksperimen - Posttest Kel. Eksperimen (Layanan B.Klasikal Teknik <i>Bibliotherapy</i>)	-7.300	2.080	.465	-8.273	-6.327	15.696	19	.000
Pair 2	Pretest Kel. Kontrol - Posttest Kel. Kontrol ((Layanan B.Klasikal Teknik Ceramah)	-3.000	1.026	.229	-3.480	-2.520	13.077	19	.000

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa nilai t hitung pada kelompok eksperimen yang diberikan intervensi berupa layanan bimbingan klasikal teknik *bibliotherapy* yaitu sebesar 15,696 dan nilai t hitung pada kelompok kontrol yang diberikan intervensi berupa layanan bimbingan klasikal teknik ceramah yaitu sebesar 13,077. Berdasarkan pada perhitungan di atas diperoleh nilai t_{hitung} ($15,696$) $>$ t_{tabel} ($0,456$) pada $db = 19$ dan pada taraf signifikansi (α) = 5%, sehingga H_0 ditolak karena ada peningkatan konsentrasi belajar setelah diberikan intervensi berupa layanan bimbingan klasikal teknik *bibliotherapy* pada siswa kelas IX SMP Negeri 3 Mlati tahun ajaran 2019/2020. Sedangkan pada kelompok kontrol yang diberikan intervensi berupa layanan bimbingan klasikal teknik ceramah diperoleh nilai t_{hitung} ($13,077$) $>$ t_{tabel} ($0,456$) pada $db = 19$. Hasil perhitungan nilai t menunjukkan bahwa kelompok yang diberikan intervensi berupa layanan bimbingan klasikal teknik *bibliotherapy* memiliki nilai t hitung lebih besar daripada kelompok yang diberikan intervensi berupa layanan bimbingan klasikal teknik ceramah ($15,696 > 13,077$). Hal ini dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan klasikal teknik *bibliotherapy* lebih efektif untuk meningkatkan konsentrasi belajar siswa dibandingkan dengan layanan bimbingan klasikal teknik ceramah.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan klasikal teknik *bibliotherapy* dapat dijadikan sebagai layanan alternatif yang lebih tepat untuk meningkatkan konsentrasi belajar siswa dibandingkan layanan bimbingan klasikal teknik ceramah. Hal ini senada dengan penelitian yang menyatakan bahwa layanan bimbingan konseling bisa digunakan untuk mengatasi konsentrasi belajar yang rendah (Candra, 2017). Hasil penelitian menunjukkan bahwa guru bimbingan dan konseling di MTs N 4 Bantul menggunakan layanan bimbingan klasikal, bimbingan belajar, layanan informasi, layanan konseling individu, dan layanan konseling kelompok. Berdasarkan hasil penelitian tersebut berarti bahwa layanan bimbingan bimbingan klasikal bisa digunakan untuk meningkatkan konsentrasi belajar.

Pada penelitian lain menyatakan bahwa layanan bimbingan klasikal bisa digunakan untuk meningkatkan motivasi belajar pada siswa MTs Minanurrohman, 2018). Sedangkan pada penelitian lain menyatakan bahwa teknik *bibliotherapy* efektif digunakan untuk meningkatkan motivasi belajar

siswa (Mandas et al., 2018). Senada dengan penelitian itu, penelitian lain mengungkapkan bahwa teknik *bibliotherapy* juga efektif digunakan untuk meningkatkan kemandirian belajar siswa (Hidayah, 2017). Hal ini ditunjukkan dengan peningkatan nilai $t_o (5,91) > t_t (2,365)$ pada taraf signifikansi 5%. Dua penelitian tentang permasalahan belajar menunjukkan bahwa teknik *bibliotherapy* juga bisa digunakan untuk mengatasi permasalahan belajar yang lain seperti konsentrasi belajar.

Penelitian lain juga mengatakan bahwa layanan bimbingan klasikal efektif untuk meningkatkan *self-control* siswa berdasarkan nilai signifikansi sebesar 5% (Mukhtar et al., 2016). Pada penelitian ini juga menggunakan dua kelompok yaitu kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Hasil analisis data menunjukkan nilai 11,694 dengan koefisien $t=4,259$ dan $p=0,000$. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa program layanan bimbingan klasikal efektif untuk meningkatkan *self-control* siswa.

Penelitian-penelitian tersebut diperkuat dengan penelitian yang berjudul “*bibliotherapy in public libraries: a conceptual framework*” menyatakan bahwa *bibliotherapy* bisa digunakan untuk mengatasi rendahnya keterampilan belajar (Noordin et al., 2015). Kemudian penelitian lain menyebutkan bahwa keterampilan belajar memiliki sepuluh komponen, yaitu: kecemasan, sikap, manajemen waktu, pemrosesan informasi, motivasi, pengentasan diri, pemilihan ide utama, bantuan belajar, dan konsentrasi belajar (Wahyuni, 2012). Berdasarkan dua penelitian di atas, dapat disimpulkan bahwa konsentrasi belajar bisa ditingkatkan dengan menggunakan teknik *bibliotherapy*. Berdasarkan beberapa penelitian di atas menunjukkan bahwa layanan bimbingan klasikal teknik *bibliotherapy* efektif dalam meningkatkan berbagai macam permasalahan dan efektif untuk mengatasi permasalahan belajar.

Sedangkan untuk metode ceramah tidak seefektif metode lainnya karena membuat peserta didik menjadi lebih pasif dan juga ceramah tidak efektif jika digunakan untuk mengajarkan keterampilan ataupun untuk mengubah sikap peserta didik, selain itu menggunakan metode ceramah akan membuat siswa bosan dan merasa mengantuk karena hanya guru yang aktif (Zaini, Bermawy dan Sekar, 2008). Hal ini senada dengan penelitian yang menyatakan bahwa kelompok kontrol yang hanya diberikan layanan informasi dengan menggunakan metode ceramah, tidak banyak melibatkan keaktifan siswa dalam mengembangkan pikiran, wawasan, pengetahuan, maupun kemampuan (Hasibuan, 2018). Hal ini berarti metode ceramah kurang efektif dalam meningkatkan konsentrasi belajar siswa.

Berdasarkan penelitian lain juga menyatakan bahwa metode ceramah kurang efektif digunakan jika tidak dikombinasikan dengan teknik-teknik lainnya dalam meningkatkan aktivitas belajar siswa (Maurin & Muhamadi, 2018). Melalui penelitian ini dapat diambil kesimpulan bahwa jika peneliti ingin menggunakan metode ceramah akan lebih baik jika dikombinasikan dengan teknik-teknik lainnya agar mendapat hasil penelitian yang maksimal. Sedangkan menurut penelitian, metode ceramah dalam pelaksanaan memerlukan waktu yang lebih banyak, membuat siswa malas belajar, cenderung pasif dalam proses belajar, sering tidur di dalam kelas ketika guru menjelaskan, kemudian sebagian siswa justru berpura-pura menulis penjelasan namun sebenarnya menulis hal lain atau bahkan

mengerjakan mata pelajaran lain (Saroh, 2015). Berdasarkan penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa siswa kurang tertarik dengan metode ceramah dan membuat siswa mudah merasa bosan serta merasa kurang tertarik dengan materi yang disampaikan guru sehingga membuat siswa tidak fokus.

Berdasarkan penelitian-penelitian di atas membuktikan bahwa penggunaan layanan bimbingan klasikal teknik *bibliotherapy* lebih efektif untuk meningkatkan konsentrasi belajar siswa dibandingkan menggunakan layanan bimbingan klasikal teknik ceramah. Hal ini karena menggunakan teknik ceramah akan membuat siswa menjadi bosan, mengantuk, pasif dan justru tidak terlalu fokus dengan penjelasan guru bimbingan dan konseling bahkan tidak membuat siswa dapat meningkatkan kemampuannya.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat diambil kesimpulan bahwa ada perbedaan tingkat konsentrasi belajar siswa kelas IX SMP Negeri 3 Mlati tahun ajaran 2019/2020 pada kelompok yang diberikan intervensi berupa layanan bimbingan klasikal teknik *bibliotherapy* dan kelompok yang diberikan intervensi berupa layanan bimbingan klasikal teknik ceramah. Lalu, setelah dilakukan penelitian diperoleh hasil bahwa bimbingan klasikal teknik *bibliotherapy* lebih efektif untuk meningkatkan konsentrasi belajar siswa dibandingkan menggunakan layanan bimbingan klasikal teknik ceramah.

DAFTAR RUJUKAN

- Butcher, H. K., Bulechek, G. M., Dochterman, J. M. M., & Wagner, C. M. (2018). *Nursing Interventions classification (NIC)-E-Book*. Elsevier Health Sciences.
- Candra, Donny Adhi. (2017). *Bimbingan dan Konseling Untuk Mengatasi Konsentrasi Belajar Rendah Siswa MTS N 4 Bantul*. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, Yogyakarta, Indonesia.
- Hasibuan, M. Fauzi. (2018). *Efektivitas Layanan Informasi Dengan Menggunakan Pendekatan Contextual Teaching And Learning Dalam Mengurangi Sikap Siswa Terhadap Gaya Hidup Hedonisme*. Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling Vol. 4 No.1 Tahun 2018.
- Helmke, A. (1986). *Student attention during instruction and achievement*. In *Human assessment: Cognition and motivation* (pp. 273–286). Springer.
- Hidayah, S. (2017). *Efektivitas Bibliotherapy Dalam Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa Kelas Viii. 10 Di Smpn 1 Batusangkar*.
- Ikawati, M. P. D., & Prihantini, M. (2016). *Upaya meningkatkan konsentrasi belajar siswa KMS (Kartu Menuju Sejahtera) menggunakan konseling kelompok bagi siswa*. Psikopedagogia.
- Jackson, S. A. (2001). *Using bibliotherapy with clients*. *The Journal of Individual Psychology*.
- Malawi, I., & Tristiar, A. A. (2016). *Pengaruh Konsentrasi dan Kemampuan Berpikir Kritis terhadap Prestasi Belajar IPS Siswa Kelas V SDN Manisrejo I Kabupaten Magetan*. *Premiere Educandum: Jurnal Pendidikan Dasar Dan Pembelajaran*, 3(02).

- Mandas, A. L., Sukiatni, D. S., & Noviekayati, I. G. A. A. (2018). *Bibliotherapy Technique in Improving Learning Motivation. International Conference on Emerging Media, and Social Science*.
- Maurin, Hana dan Muhamadi, Sani Insan. (2018). *Metode Ceramah Plus Diskusi dan Tugas Untuk Meningkatkan Aktivitas Belajar Siswa. Journal Of Islamic Primary Education, 1(2), 65-76*.
- Mukhtar, M., Yusuf, S., & Budiamin, A. (2016). *Program Layanan Bimbingan Klasikal untuk Meningkatkan Self-Control Siswa. PSIKOPEDAGOGIA Jurnal Bimbingan Dan Konseling, 5(1), 1-16*.
- Noordin, S. A., Husaini, H., & Shuhidan, S. M. (2015). *Bibliotherapy in Public Libraries: A Conceptual Framework. International Conference on Learning and Technology (ICLT), 25-26*.
- Rudasill, K. M., Gallagher, K. C., & White, J. M. (2010). *Temperamental attention and activity, classroom emotional support, and academic achievement in third grade. Journal of School Psychology, 48(2), 113-134*.
- Rus-Makovec, M., Furlan, M., & Smolej, T. (2015). *Experts on comparative literature and addiction specialists in cooperation: A bibliotherapy session in aftercare group therapy for alcohol dependence. The Arts in Psychotherapy, 44, 25-34*.
- Saroh, Miss Tasnim. (2015). *Pelaksanaan Metode Ceramah dan Diskusi Kelompok dalam Meningkatkan Efektivitas Pembelajaran Pendidikan Agama Islam di Sekolah Rungrote Wittaya Songkhla, Thailand Selatan*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, Malang, Indonesia.
- Setiani, Amalia Cahya. (2014). *Meningkatkan Konsentrasi Belajar Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa Kelas VI SD Negeri 2 Karangcegak, Kabupaten Purbalingga Tahun Ajaran 2013/2014*. Universitas Negeri Semarang, Semarang, Indonesia.
- Slameto. (2010). *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Suherman, U. (2008). *Konsep dan Aplikasi Bimbingan dan Konseling*. Psikologi Pendidikan dan Bimbingan UPI.
- Syafrol, D., & Utami, S. (2013). *Peningkatan Konsentrasi Belajar Anak Autis dalam Berhitung melalui Keterampilan Meronce. Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran, 2(9)*.
- Wahyuni, E. (2012). *Keterampilan Belajar (Study Skills) Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling Fip Unj. Insight: Jurnal Bimbingan Konseling, 1(1), 33-40*.
- Zaini, Hisyam, Bermawy Muthe dan Sekar Ayu Aryani . (2008). *Strategi Pembelajaran Aktif*. Yogyakarta: Pustaka Insan Madani.
- Ziomek, J., & Daigle. (2016). *School Counseling Classroom Guidance: Prevention, Accountability, and Outcomes*. SAGE.