

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Setiap siswa memiliki keterampilan belajar yang berbeda-beda, seperti keterampilan membaca, mendengarkan, dan menulis, yang mereka peroleh saat belajar, yang tentunya akan mempengaruhi kinerja akademik. Prestasi akademik yang tinggi berarti keberhasilan pencapaian tujuan belajar mengajar. Semua guru akan berusaha menyediakan materi sebanyak mungkin berdasarkan kebutuhan siswa mereka untuk mencapai prestasi akademik yang optimal, tetapi upaya guru belum tentu berhasil. Upaya optimal juga diperlukan untuk mendapatkan kinerja yang optimal dari, fokus siswa diperlukan untuk memastikan bahwa proses belajar mengajar selaras dengan tujuan.

Seperti yang dikatakan Slameto (2010: 87), siswa harus bisa fokus dalam belajar dan mengajar. Dikatakannya, fokus belajar sangat berpengaruh terhadap pembelajaran. Jika seseorang merasa sulit untuk berkonsentrasi, jelas bahwa belajar akan sia-sia, karena hanya membuang tenaga, waktu dan uang. Kemampuan seseorang untuk berkonsentrasi dipengaruhi oleh keadaan di sekitarnya, dan konsentrasi ini bukanlah sifat bawaan seseorang dan selalu ada. Konsentrasi sebagai salah satu aspek tugas yang selalu diperlukan jika Anda perlu memproses informasi secara sadar. Ketika seseorang berkonsentrasi, objek difokuskan hanya pada objek itu, dan objek adalah objek fokus utama, sehingga hanya informasi terpilih yang diterima. Fokus tajam memungkinkan

seseorang untuk menginternalisasi dan memahami informasi yang diterima.

Menurut Dimiyati dan Mudjiono 2009:42 (dalam Sunadi, L. 2013), perhatian memegang peranan penting dalam kegiatan belajar. Studi teori belajar pemrosesan informasi menunjukkan bahwa belajar tidak mungkin tanpa kehati-hatian. Perhatian siswa terhadap pelajaran akan datang ketika materi memenuhi kebutuhannya, konsentrasi belajar adalah upaya untuk memusatkan pikiran dan perhatian siswa pada mata pelajaran yang akan dipelajari, kecuali untuk hal-hal lain yang tidak ada hubungannya dengan apa yang akan pelajari. siswa yang bisa mengikuti kelas dengan mudah, namun ada juga siswa yang merasa kesulitan menerima materi yang di berikan. Bagi siswa, sangat penting untuk fokus pada proses pembelajaran agar mereka dapat belajar dengan baik dan menerima informasi pelajaran dari gurunya.

Brain Gym atau senam otak adalah latihan yang dirancang untuk meningkatkan fungsi otak selama proses pembelajaran. Senam otak merupakan latihan sederhana yang memudahkan untuk dipelajari dandisesuaikan dengan kebutuhan sehari-hari. *Brain Gym* membuka bagian otak yang sebelumnya tertutup atau terhalang, memungkinkan kegiatan penelitian/kerja itu terjadi di seluruh otak. *Brain Gym* juga merupakan latihan yang terdiri dari gerakan crossbody (gerakan tubuh) yang dinamis. Latihan ini secara bersamaan meningkatkan keseimbangan aktivitas antara dua belahan otak, dan menyeimbangkan potensi kedua belahan otak. Aktivitas otak optimal, kecerdasan terbesar anak. *Brain Gym* dilakukan dengan menggunakan seluruh otak untuk meningkatkan konsentrasi belajar siswa danmemungkinkan siswa

memperoleh bagian otak yang sebelumnya terhambat.

Meskipun sederhana, *Brain Gym* dapat memfasilitasi kegiatan belajar dan beradaptasi dengan tekanan, tantangan, dan tuntutan kehidupan sehari-hari, banyak yang berpendapat bahwa konsentrasi belajar didukung oleh senam otak dapat mengurangi seperti, mengurangi stres, meningkatkan fokus belajar untuk menjernihkan pikiran, meningkatkan daya ingat, dll.

Layanan bimbingan kelompok sebagaimana dapat membantu siswa meningkatkan konsentrasi dalam belajar, bimbingan kelompok adalah kegiatan kelompok yang dilakukan oleh sekelompok orang menggunakan dinamika kelompok, yaitu adanya berinteraksi satu sama lain untuk memberikan pendapat, memberikan umpan balik, saran, dll, di mana orang-orang pemimpin tim memberikan informasi yang berguna untuk membantu individu mencapai kinerja pertumbuhan yang optimal. Berdasarkan uraian dasar di atas, peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul: “Meningkatkan Konsentrasi Belajar Siswa dengan Teknik *Brain Gym* Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Siswa Kelas VII SMP Muhammadiyah Imogiri”

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan paparan permasalahan di atas, peneliti dapat mengidentifikasi sebuah permasalahan sebagai berikut:

1. Kurangnya konsentrasi dalam belajar siswa.
2. Kurangnya perhatian siswa kepada guru selama proses pembelajaran.
3. Belum adanya pemberian sebuah layanan bimbingan kelompok dalam upaya meningkatkan konsentrasi belajar siswa.

4. Terdapat peserta didik di dalam kelas mengalami penurunan konsentrasi belajar.

C. Pembatasan Masalah

Agar peneliti ini tidak terlalu luas dan menyimpang, maka dalam penelitian ini peneliti hanya berfokus pada. Melihat ada peningkatan atau tidak terkait konsentrasi belajar pada siswa kelas VII, setelah di berikan layanan bimbingan kelompok teknik *Brain Gym*.

D. Rumusan Masalah

Dengan latar belakang masalah di atas, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut: Apakah dengan teknik *Brain Gym* melalui layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan konsentrasi belajar siswa dikelas VII SMP Muhammadiyah Imogiri ?

E. Tujuan Penelitian

- a. Tujuan umum dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui “Meningkatkan Konsentrasi Belajar Siswa dengan Teknik *Brain Gym* Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Siswa Kelas VII SMP Muhammadiyah Imogiri
- b. Tujuan Khusus pada penelitian ini berupa, mengetahui permasalahan siswa dalam konsentrasi belajar siswa kelas VII SMP Muhammadiyah Imogiri, serta mengetahui apakah konsentrasi belajar siswa dapat di tingkatkan menggunakan layanan bimbingan kelompok teknik *Brain Gym*.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membawa pengetahuan baru dan memberikan kontribusi, dalam bidang bimbingan dan konseling khususnya bagi guru BK yang berada di sekolah, untuk meningkatkan konstansi belajar siswa, dengan menggunakam layanan bimbingan kelompok teknik *Brain Gym*.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi sekolah

Peneliti ini diharapkan agar memberikan suatu dampak positif terhadap efektivitas konstansi belajar siswa kelas VII SMP Muhammadiyah Imogiri

b. Bagi Guru

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan bagi guru BK, dalam kegiatan pembelajaran berlangsung untuk meningkatkan konsentrasi belajar.

c. Bagi Peneliti

Dalam hal ini, dapat menambah sebuah pengetahuan dan menambah pengalaman besar berupa sebuah pengalaman untuk menjadikan bekal sebagai calon guru BK yang professional, serta dapat menambah pengalaman secara langsung mengenai layanan bimbingan kelompok teknik *Brain Gym* yang efektif.

d. Bagi Siswa

Menumbuhkan aktivitas dan kreativitas siswa secara langsung dalam pelaksanaan proses belajar lebih bermanfaat dengan layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik *Brain Gym* konsentrasi belajar siswa dapat meningkat.

G. Ruang Lingkup Penelitian

Agar penyusunan laporan ini lebih baik dan tepat sasaran, serta lebih efektif, perlu adanya ruang lingkup penelitian. Adapun bidang penelitian yang akan dibahas dalam laporan skripsi ini adalah: Peneliti hanya membahas mengenai konsentrasi belajar siswa, melalui layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VII SMP Muhammadiyah Imogiri untuk meningkatkan konsentrasi belajar.