

UPAYA MENURUNKAN KEJENUHAN BELAJAR MELALUI BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK GAMES PADA SISWA KELAS XI AKUNTANSI SMK YPKK 2 SLEMAN

THE USE OF GROUP COUNSELLING USING GAMES TECHNIQUE TO REDUCE STUDY BURNOUT IN STUDENTS OF CLASS XI ACCOUNTING SMK YPKK 2 SLEMAN

Oleh: mukhamad ilham mubarak, bimbingan dan konseling fakultas ilmu pendidikan universitas negeri yogyakarta, mukhamadilhammubarak@gmail.com.

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menurunkan kejenuhan belajar siswa kelas XI Akuntansi SMK YPKK Sleman melalui bimbingan kelompok teknik *games*. Penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas dengan subjek penelitian siswa kelas XI Akuntansi 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*

Abstrack

This study aimed to reduce boredom of learning in class XI Accounting SMK YPKK Sleman through group counseling technique games. This study is a classroom action research with subjects of this study were 28 students of class XI Accounting. The subjects were determined by purposive technique, with the study burnout criteria of low and moderate students in the pre-test results. The data collection methods were study burnout scale, observation and interview. This study consisted of 2 (two) cycles with 3 (three) actions in every cycle. The analysis technique in this study was descriptive quantitative. The results showed that games could decrease study burnout in students, based on the results of quantitative data average pre-test score was 128.75 and decreased by 17.08 points in post-test I to 111.67. Furthermore, the average student scores dropped back by 14.96, thus the average score on post-test II was 96.71. Overall, the decline was 32.04 with 21 subjects in the low category, in percentage it reached 75%, it could be concluded that it reached the target result where at least 70% of the subjects should be in the low category.

Keywords: study burnout, group counseling, 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 (Sugihartono, dkk. 2012: 81).

Pembelajaran akan menciptakan suasana yang mendukung siswa untuk belajar. Menurut Sugihartono dkk (2012: 74) 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.

Sugihartono dkk (2012: 76) menyatakan terdapat dua faktor yang mempengaruhi belajar, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor

internal adalah faktor yang ada dalam diri individu yang sedang belajar, sedang faktor eksternal adalah faktor yang ada di luar individu. Faktor internal meliputi: faktor jasmaniah dan faktor psikologis. Faktor jasmaniah meliputi faktor kesehatan dan cacat tubuh, sedangkan faktor psikologis meliputi intelegensi, perhatian, minat, bakat, motif, kematangan dan kelelahan. Faktor eksternal yang berpengaruh dalam belajar meliputi faktor keluarga, faktor sekolah dan faktor masyarakat.

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 (2004: 62) 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. Sedangkan menurut Muhibbin Syah (2003: 180) penyebab kejenuhan yang paling umum adalah keletihan yang melanda, karena keletihan dapat menjadi penyebab munculnya perasaan bosan pada siswa yang bersangkutan. Keletihan mental dipandang sebagai faktor utama penyebab munculnya kejenuhan belajar.

Masalah kejenuhan belajar nyatanya telah dialami oleh banyak orang. Beberapa fenomena mengenai kejenuhan belajar diuraikan sebagai berikut. Prihartono (tribunjambi.com, 2014) memberitakan tentang siswa yang harus ekstra keras menyiapkan diri menghadapi ujian nasional. Selama ini para siswa telah

dipersiapkan dengan les tambahan di sekolah dan les di luar sekolah pada malam hari, hal tersebut mengakibatkan siswa merasa terbebani dan jenuh dengan keadaan yang mereka alami. Kejenuhan belajar juga dialami oleh para siswa SMA Negeri 1 Cempaka, Purwakarta. Hal tersebut diungkapkan para siswa ketika berdialog dengan Bupati Purwakarta, dimana mereka merasa jenuh karena pada Hari Senin sampai Jumat harus mengikuti 18 mata pelajaran yang diajarkan sesuai dengan kurikulum di sekolah tersebut (Headline Jabar, 2016).

Masalah kejenuhan belajar juga dialami oleh siswa SMK YPKK 2 Sleman. Hal ini tentunya dapat terjadi diantaranya karena siswa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) cenderung belajar mata pelajaran homogen. SMK merupakan salah satu jenjang sekolah formal yang mempunyai tujuan untuk menciptakan lulusan siap kerja. Sesuai dengan Peraturan Pemerintah nomor 29 tahun 1990 tentang pendidikan menengah, pada pasal 7 menjelaskan bahwa pada awal pendiriannya sekolah menengah kejuruan perlu mempunyai sejumlah program yang memungkinkan tamatannya memasuki lapangan kerja yang tersedia. Selain itu program-program diharapkan senantiasa disesuaikan dengan perkembangan lapangan kerja. Sesuai dengan spektrum keahliannya, SMK YPKK 2 Sleman masuk dalam kategori bisnis dan manajemen dan memiliki dua paket keahlian yaitu administrasi perkantoran dan akuntansi. Tentunya demi mempersiapkan lulusan yang siap kerja kurikulum SMK akan lebih disesuaikan dengan paket keahliannya masing-masing, dengan demikian maka

pelajaran yang ditempuh siswa akan cenderung berjalan dengan rutinitas yang tidak banyak berubah dan cenderung monoton. Akhirnya karena siswa belajar dengan monoton maka siswa akan merasa bosan dan letih. Hal ini dapat menjadi salah satu penyebab kejenuhan belajar siswa muncul.

Beberapa data yang menunjukkan siswa SMK YPKK 2 Sleman 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 SMK YPKK 2 Sleman kelas X jurusan Akutansi tahun ajaran 2016/2017 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.

Wawancara yang dilakukan kepada siswa terkait dengan kejenuhan belajar ditemukan beberapa hal diantaranya yaitu siswa merasa bosan saat belajar. Beberapa siswa mengatakan belajar terus tidak membuat pintar malah membuat mereka lelah.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada Guru Bimbingan dan Konseling, 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 Akuntansi 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 SMK YPKK 2 Sleman, maka perlu adanya peran sekolah melalui Bimbingan dan Konseling.

Tidjan dkk (1993 : 10) 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.

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 SMK YPKK 2 Sleman 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 diatas, usaha/alternatif cara guru bimbingan dan konseling dalam mengatasi permasalahan kejenuhan belajar siswa salah satunya dapat menggunakan permainan/games. Menurut Schaller (dalam Monks, 2014: 133) berpendapat bahwa permainan memberikan “kelonggaran” sesudah orang melakukan tugasnya dan sekaligus mempunyai sifat membersihkan. Suyanto (dalam Suwarjo & Eliasa, 2013: 2) menyebutkan, bermain dapat diidentifikasi sebagai rekreasi dan relaksasi yaitu bahwa bermain dimaksudkan untuk menyegarkan tubuh kembali, sehingga anak bisa lebih aktif dan bersemangat. Menurut Hakim (2004: 75) salah

satu cara untuk mencegah dan mengatasi kejuhan belajar adalah dengan melakukan aktivitas rekreasi atau hiburan.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas disimpulkan bahwa games dapat digunakan sebagai salah satu alternatif cara untuk mengatasi atau menurunkan tingkat kejuhan belajar yang dialami siswa.

Menurut Geldard & Geldard (dalam Suwarjo & Eliasa, 2013: 14) menjabarkan penggunaan media permainan dalam konseling anak (konseli) berfungsi untuk mendapatkan penguasaan diri atas permasalahan yang dihadapi; mendapatkan kekuatan dalam dirinya; mengekspresikan emosinya; membentuk pemecahan masalah dan kemampuan membuat keputusan; membangun kemampuan sosial; membangun self concept dan self esteem; meningkatkan kemampuan berkomunikasi; serta menambah wawasan.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat diketahui bahwa permainan dapat memberikan seseorang kemampuan untuk mengatasi permasalahan-permasalahan yang dihadapinya. Dalam hal ini permasalahan yang dihadapi oleh siswa SMK YPKK 2 Sleman adalah kejuhan belajar.

Penelitian yang pernah dilakukan mengenai upaya menurunkan tingkat kejuhan belajar melalui games oleh Ratna, dkk (2014) dengan judul Penerapan Konseling Kelompok dengan Permainan Tiga Dot untuk Meminimalisasi Kejuhan Belajar pada Siswa Kelas XI IPS di SMA Bhaktiyasa Singaraja Tahun Pelajaran 2013/2014 mendapatkan hasil bahwa terdapat perubahan perilaku kejuhan

belajar kearah yang diharapkan setelah siswa mendapat konseling kelompok dengan permainan tiga dot.

Berdasarkan berbagai penjabaran di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai upaya menurunkan kejuhan belajar melalui games pada siswa kelas XI Akuntansi 2 SMK YPKK 2 Sleman.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan model Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Menurut Arikunto (2008: 3) penelitian tindakan kelas merupakan suatu pencermatan terhadap kegiatan belajar berupa sebuah tindakan yang sengaja dimunculkan dan terjadi dalam sebuah kelas secara bersama.

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juli hingga Agustus 2017 bertempat di SMK YPKK 2 Sleman yang beralamat di Jalan Jogja-Magelang km. 10 Tridadi Sleman Yogyakarta.

Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah siswa kelas XI Program Keahlian Akuntansi SMK YPKK 2 Sleman yang berjumlah 28 siswa dengan melalui teknik *purposive sampling*. Kriteria subjek tersebut adalah : Siswa-siswa dengan permasalahan kejuhan belajar, data diperoleh berdasarkan hasil pembagian angket kejuhan belajar, siswa yang memperoleh skor kejuhan belajar sengan kategori tinggi dan sedang.

Prosedur Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan desain penelitian tindakan model spiral yang dikembangkan Kemmis & Tallul (Arikunto, 2010: 132) yang menggunakan empat komponen penelitian tindakan. Keempat komponen tersebut antara lain : perencanaan tindakan, pelaksanaan tindakan, pengamatan/observasi, dan refleksi.

Data, Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini adalah data kuantitatif. Data kuantitatif diperoleh dengan memberikan skala kejenuhan belajar kepada subyek penelitian. Skala kematangan karier berisi 49 item pernyataan yang dibagi dalam pernyataan favorable dan unfavorable.

Skala kejenuhan belajar bertujuan untuk mengetahui tingkat kejenuhan belajar subyek penelitian sebelum (*pretest*) dan sesudah (*post-test*) diberikan tindakan. Data yang dihasilkan dari instrumen skala kejenuhan belajar berupa angka yang menggambarkan kategori kejenuhan belajar subyek penelitian meliputi rendah, sedang dan tinggi.

Wawancara bertujuan untuk memperoleh informasi secara lebih mendalam mengenai permasalahan kejenuhan belajar yang dialami subyek penelitian. Observasi bertujuan untuk mengamati sikap dan perilaku yang ditunjukkan oleh subyek penelitian ketika tindakan berlangsung.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian kuantitatif menggunakan statistik (Sugiyono, 2013: 147). Untuk mengetahui tingkat kejenuhan belajar dengan instrumen skala, maka penentuan kategori kecenderungan dari tiap-tiap variabel didasarkan pada norma atau ketentuan kategori. Menurut Azwar (2013: 109) kategori tersebut diklasifikasikan sebagai berikut:

1. (Skor terendah) sampai dengan (M-1 SD)
= Rendah
2. (M-1 SD) sampai dengan (M+1 SD)
= Sedang
3. (M+1 SD) sampai dengan (Skor Tertinggi)
= Tinggi

Selanjutnya kategori tersebut disusun dan kemudian dianalisis secara deskriptif kuantitatif. Adapun langkah-langkah penghitungan sebelum kategorisasi menurut Saifudin Azwar (2013: 146) adalah sebagai berikut:

1. Menentukan skor Tertinggi dan Terendah
Skor Tertinggi = 4 x Jumlah Item
Skor Terendah = 1 x Jumlah Item
2. Menghitung Mean Ideal (M)
 $M = \frac{1}{2} (\text{Skor Tertinggi} + \text{Skor Terendah})$
3. Menghitung Standar Deviasi (SD)
4. $SD = \frac{1}{6} (\text{Skor Tertinggi} - \text{Skor Terendah})$

Selanjutnya kategori kematangan karir tersebut akan disusun dan kemudian dianalisis secara deskriptif kuantitatif. Adapun langkah-langkah penyusunannya adalah sebagai berikut:

1. Menentukan skor tertinggi dan terendah
Skala kejenuhan belajar berisi 49 pernyataan yang masing-masing memiliki skor maksimal 4 dan skor minimal 1, sehingga

total skor maksimalnya adalah $49 \times 4 = 196$, dan skor minimalnya adalah $49 \times 1 = 49$.

2. Menentukan rata-rata skor ideal
 $\frac{1}{2}$ (skor tertinggi + skor terendah)
 $\frac{1}{2} (196+49) = 122,5$
3. Menghitung standar deviasi (SD)
 $\frac{1}{6}$ (skor tertinggi – skor terendah)
 $\frac{1}{6} (196- 49) = 24,5$

Skor kejenuhan belajar siswa dapat dikategorisasikan sesuai kurve normal menjadi tiga kelompok dengan interval dalam tabel berikut:

Tabel 1. Kategorisi Tingkat Kejenuhan Belajar

Kategori	Interval	Skor Interval
Rendah	$X < (M - 1 SD)$	Di bawah 98
Sedang	$(M - 1 SD) \leq x \leq (M + 1 SD)$	98 – 147
Tinggi	$X > (M + 1 SD)$	Di atas 147

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. Perpaduan kuantitatif dan kualitatif, sebagai yang utama digunakan kualitatif untuk menceritakan proses tindakan dan kuantitatif untuk membantu melihat terjadinya penurunan. Dengan demikian dapat diketahui berhasilnya upaya menurunkan kejenuhan belajar pada siswa kelas XI Akuntansi SMK YPKK 2 Sleman.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

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.

Tabel 2. Hasil *Pre-test*

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
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

Berdasarkan hasil *pre-test* tersebut, maka Perlu dilakukan tindakan agar tingkat kejenuhan belajar siswa menurun. Kriteria keberhasilan dalam tindakan ini ketika 70% dari jumlah subyek berada pada kategori tinggi. Nilai *post-test* > 147.

Tindakan ini dilakukan selama dua siklus yaitu siklus I dan siklus II. Siklus I dilakukan

dengan tiga kali tindakan dan siklus II juga 3 kali tindakan.

Tindakan 1 siklus I dilaksanakan pada Hari Senin tanggal 24 Juli 2017. Kegiatan dimulai pukul 14.00 WIB hingga 15.30 WIB bertempat di ruang kelas XII Ak 1 lantai satu SMK YPKK 2 Sleman. 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.

Tindakan 2 siklus I dilaksanakan pada Hari Kamis 27 Juli 2017. Kegiatan ini dimulai pada pukul 12.15 WIB hingga 13.00 WIB. Kegiatan ini bertempat di kelas VI Ak 2 lantai 2 SMK YPKK 2 Sleman 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.

Tindakan 3 siklus I dilaksanakan pada Hari Sabtu tanggal 29 Juli 2017, dimulai pukul 13.45 WIB hingga 14.45 WIB bertempat di ruang kelas XII Ak.3 lantai 1 SMK YPKK Sleman. Pada tindakan ini, Permainan kali ini adalah permainan yang bernama “*Out Of The Box*”.

Setelah tindakan pada siklus I selesai dilaksanakan, kemudian peneliti memberikan skala kematangan karier kepada subyek penelitian untuk mengetahui tingkat kematangan karier setelah diberikan tindakan. Di bawah ini disajikan tabel *post-test* siklus I.

Tabel 3. Hasil *Post-test I*

No	Nama	Siklus I		Jumlah Penurunan
		Skor	Kategori	
1	MN	101	sedang	9
2	MW	131	sedang	18
3	LN	105	sedang	12
4	AER	112	sedang	17
5	DT	115	sedang	8
6	TWP	125	sedang	2
7	SHF	102	sedang	20
8	NM	95	rendah	19
9	MF	138	sedang	16
10	RF	101	sedang	12
11	RS	110	sedang	43
12	GMP	125	sedang	25
13	MS	117	sedang	9
14	MRW	92	rendah	27
15	FD	115	sedang	37
16	ST	116	sedang	16
17	WL	94	rendah	26
18	FAS	115	sedang	7
19	IM	110	sedang	18
20	RF	107	sedang	16
21	MUT	108	sedang	18
22	VER	140	sedang	13
23	NAF	114	sedang	18
24	NA	97	rendah	8
25	NOV	108	sedang	19
26	ANV	91	rendah	12
27	AAZ	146	sedang	5
28	DM	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 6 siswa yang kejenuhan belajarnya berada pada kategori rendah. Jika diprosentasekan maka 21% dari seluruh subjek berada pada kategori rendah. Hasil 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.

Melihat hasil *post-test* 1 maka peneliti menganggap masih terdapat kekurangan dalam melaksanakan siklus 1. Refleksi dilakukan untuk mengetahui kekurangan yang ada pada pelaksanaan tindakan. Refleksi dilaksanakan melalui diskusi antar peneliti dan guru pembimbing berdasarkan hasil observasi selama siklus I. Ditemukan beberapa kekurangan dalam proses pelaksanaan games dalam upaya mengurangi kejuhan belajar. Beberapa kekurangan yang ada pada siklus I yaitu :

1. 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.
2. Pemahaman tiap aspek kejuhan belajar perlu lebih ditekankan agar siswa lebih mengerti beberapa penyebab kejuhan belajar yang mereka alami. Tiap melakukan games akan dicantumkan aspek kejuhan belajar

Untuk mengatasi kekurangan - kekurangan yang ada pada siklus I, maka dilakukan perbaikan pada siklus II, perbaikan-perbaikan tersebut adalah :

1. Peneliti dan tim berusaha membuat suasana nyaman dan membentuk keakraban lebih dalam dengan siswa.
2. Membuat strategi agar aspek-aspek kejuhan belajar dapat lebih tekankan. Cara yang dilakukan adalah :
 - a. Melakukan diskusi setelah dilaksanakan games pada tiap tindakan yang

membahas poin-poin berupa aspek kejuhan belajar

- b. Aspek yang dibahas adalah aspek yang berkaitan dengan games yang telah dilakukan yaitu :

- 1) Pada games miskin dibahas aspek bosan, tidak bersemangat dan letih.
- 2) Pada games kursi tumpuan (geser kursi) dibahas aspek cemas dengan hasil belajar, memaksakan diri dalam belajar, dan merasa usaha belajar tidak membuahkan hasil.
- 3) Pada games *out of the box* dibahas aspek, belajar tidak bervariasi, suasana belajar tidak berubah-ubah, dan belajar di tempat tertentu.
- 4) 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.

Tindakan 1 siklus II 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 3 aspek kejuhan belajar yaitu bosan, tidak bersemangat, dan letih

Tindakan 2 siklus II dilaksanakan 2 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.

Tindakan 3 siklus II games yang digunakan sama dengan siklus sebelumnya yaitu permainan “*Out Of The Box*”. Tindakan kali ini dipersiapkan untuk mengurangi 3 aspek dalam kejenuhan belajar yaitu belajar tidak bervariasi, belajar di tempat tertentu dan suasana belajar yang tidak berubah-ubah. Setelah dilaksanakan 3 tindakan pada siklus II peneliti melaksanakan *post test II*. Hasil *post test II* dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 4. Hasil *post-test II*

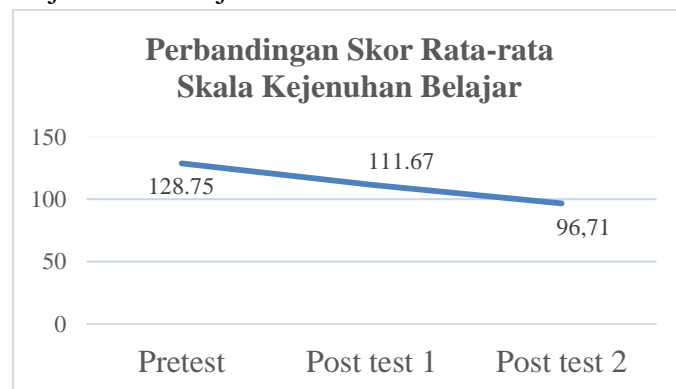
No	Nama	Siklus II		Penurunan
		Skor	Kategori	
1	MN	86	rendah	15
2	MW	117	sedang	14
3	LN	91	rendah	14
4	AER	94	rendah	18
5	DT	84	rendah	31
6	TWP	117	sedang	8
7	SHF	81	rendah	21
8	NM	85	rendah	10
9	MF	114	sedang	24
10	RF	82	rendah	19
11	RS	93	rendah	17
12	GMP	119	sedang	6
13	MS	86	rendah	31
14	MRW	89	rendah	3
15	FD	92	rendah	23

16	ST	89	rendah	27
17	WL	93	rendah	1
18	FAS	93	rendah	22
19	IM	96	rendah	14
20	RF	91	rendah	16
21	MUT	92	rendah	16
22	VER	129	sedang	11
23	NAF	108	sedang	6
24	NA	90	rendah	7
25	NOV	88	rendah	20
26	ANV	91	rendah	11
27	AAZ	140	sedang	6
28	DM	89	rendah	8

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.

Penurunan skor kejenuhan belajar dari pretest hingga post-test 2 dapat juga dilihat dari grafik dibawah ini :

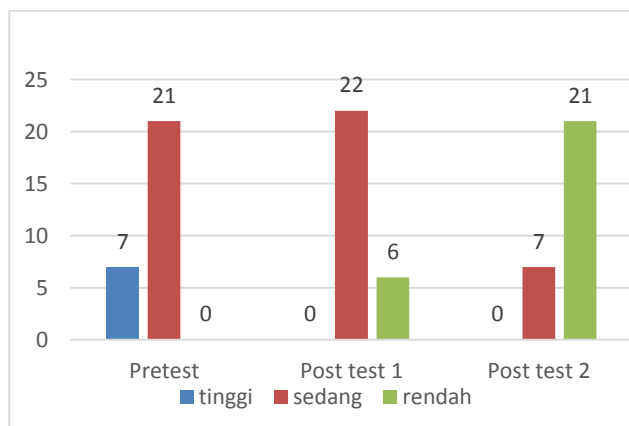
Grafik 1. Perbandingan Skor Rata-rata Skala Kejenuhan Belajar



Grafik 1 menunjukkan skor rata-rata kejenuhan belajar siswa mengalami penurunan dari 128,75 poin pada pretest menjadi 111,67 poin pada post-test I, dan 96,71 poin *post-test II*.

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

Grafik 2. Perbandingan Jumlah Kategori pada Setiap Tes



Grafik 2 menunjukkan terdapat perubahan jumlah pada tiap tes. Pada pretest sebatik 7 siswa masuk dalam kategori tinggi, 21 siswa dalam kategori sedang dan 0 siswa dalam kategori rendah. Pada Post-test I terdapat 0 siswa masuk dalam kategori tinggi, 22 siswa masuk dalam kategori sedang dan 6 siswa dalam kategori rendah. Pada Post-test II terdapat 0 siswa dalam kategori tinggi, 7 siswa masuk dalam kategori sedang dan 21 siswa dalam kategori rendah.

Berdasarkan grafik di atas, pada siklus II jumlah siswa yang masuk dalam kategori rendah adalah 21 dari keseluruhan jumlah 28 siswa. Jika dipersentasekan maka 75% siswa/subjek 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 berada dalam kategori rendah.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, diperoleh kesimpulan bahwa games dapat menurunkan kejenuhan belajar siswa kelas XI Program Keahlian Akuntansi SMK YPKK 2 Sleman. 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 turun menjadi 111,67 yang masuk dalam kategori sedang dan pada siklus ke II skor kembali turun menjadi 96,71 yang masuk dalam kategori rendah. Pada siklus ke II terdapat 21 subjek dari 28 subjek berada pada kategori rendah. Jika dipersentasekan maka telah mencapai 75% dan mencapai target dari yang ditentukan yaitu sebesar 70%.

Saran

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

1. Bagi Siswa

Kejenuhan belajar siswa kelas XI Akuntansi SMK YPKK 2 Sleman telah mengalami penurunan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok teknik games. Disarankan pada siswa yang kejenuhan belajarnya telah menurun, dapat mempertahankan keadaannya.

2. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

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

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.

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.

DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, S. dkk. (2008). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.

_____. (2010). *Penelitian Tindakan*. Yogyakarta: Aditya Media.

Azwar, S. (2013). *Penyusunan skala psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Hakim, T. (2004). *Belajar secara efektif*. Jakarta: Pustaka Pembangunan Swadaya Nusantara.

HeadlineJabar. (2016). *Banyak pelajaran bikin jenuh, Bupati Purwakarta Dedi Mulyadi keluarkan solusi*. Diakses dari <http://headlinejabar.com> pada 15 November 2016 pukul 17.05 WIB.

Monks, F. J. dkk. (2014). *Psikologi perkembangan, pengantar dalam berbagai bagiannya cetakan ketujuh belas*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.

Prihartono, H. (2014). *Siswa jenuh belajar dari pagi hingga malam*. Diakses dari <http://jambi.tribunnews.com> pada 15 November 2016 pukul 16.48 WIB.

Sugihartono, dkk. (2012). *Psikologi pendidikan*. Yogyakarta: UNY Press.

Sugiyono. (2013). *Metode penelitian pendidikan (pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan r&d)*. Bandung : Alfabeta