

PENGARUH BIMBINGAN BELAJAR TERHADAP PENGGUNAAN WAKTU LUANG SISWA SEKOLAH MENENGAH PERTAMA

Oleh:
Muh Chotim

Dosen FIP IKIP PGRI Madiun

Abstract: Many students don't spend their spare time to study effectively and efficiently. About 75% students, especially the students of VIII year of SMP Negeri 6 Madiun spend their spare time a little. Therefore, it's needed to solve it through guiding learning by experiment (research) to know the influence of guiding learning forward spare time by comparing between the result before and after giving guidance. The population of research is 245 and the sampling is 40 students by random sampling. The research design uses experiment. The collecting data uses questionnaire. The analyze uses t-test. The result of research is found t-counting $0,451 < 2,022$ (t-table) at standard significant 5%, it means there are not differences significantly in using spare time between before and after giving guidance. The conclusion is guidance learning doesn't influence significantly forward spending spare time at students of SMP Negeri 6 Madiun. It may be the students are conditioned well at school, they are given many task regularly, so the students spend their spare time only to do their tasks.

Keywords: Spending spare time and guiding learning.

PENDAHULUAN

Banyak faktor yang mempengaruhi aktivitas belajar siswa di sekolah, baik yang bersifat internal maupun eksternal. Faktor internal adalah faktor yang ber-asal dari dalam diri individu siswa, baik yang bersifat fisik maupun non fisik (psikis). Faktor yang bersifat fisik pada umumnya dikaitkan dengan kesehatan jasmani. Sedangkan faktor non fisik / psikis (kejiwaan), seperti kecerdasan, kemampuan belajar, motivasi berprestasi dan penggunaan waktu luang untuk belajar. Faktor eksternal adalah faktor dari luar diri individu siswa, seperti perhatian guru bidang studi dan konselor sekolah terhadap siswa. Peneliti memprediksi kuat bahwa penggunaan dan pengelolaan waktu luang besar pengaruhnya terhadap kehidupan perkembangan maupun terhadap pencapaian tujuan pembelajaran di sekolah. Jika siswa dapat memanfaatkan dan mengelola waktu luangnya dengan baik, besar kemungkinan siswa tersebut dapat mencapai perkembangan serta prestasi-prestasi di sekolahnya dengan baik (memuaskan). Sebaliknya apabila siswa tersebut kurang bisa atau bahkan tidak mampu memanfaatkan /mengelola waktu luang yang dimilikinya dengan baik untuk kegiatan-kegiatan yang positif, maka perkembangan hidup dan pencapaian tujuan pembelajaran akan mengalami hambatan.

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan konselor sekolah di SMP Negeri 6 Kota Madiun diperoleh informasi bahwa terdapat sekitar 75% siswa yang masih kurang mampu menggunakan waktu luang untuk tujuan-tujuan positif yang mendukung aktivitas belajarnya. Siswa memiliki kecenderungan menggunakan waktu luang untuk kegiatan-kegiatan yang kurang mendukung perkembangan dan pencapaian prestasi-prestasi di sekolah. Dampaknya adalah bahwa pencapaian prestasi belajar siswa juga terganggu. Masih banyak ditemukan siswa yang kurang menyadari tentang penggunaan waktu

luangnya untuk mencapai perkembangan diri secara maksimal demi mencapai tujuan hidup serta mewujudkan peningkatan prestasi belajarnya.

Bertolak dari uraian di atas maka jelas bahwa masih banyak siswa kelas VIII SMP Negeri 6 Kota Madiun yang bermasalah terhadap bagaimana cara menggunakan waktu luang untuk tujuan-tujuan positif. Siswa perlu segera memperoleh bantuan tentang cara-cara menggunakan waktu luangnya untuk mewujudkan tujuan pendidikan dan pembelajaran di sekolah. Bantuan yang diberikan kepada siswa dalam upaya mengatasi masalah-masalah penggunaan waktu luang menurut hemat peneliti adalah melalui bimbingan belajar. Sesuai dengan tujuannya, bimbingan belajar adalah membantu memecahkan masalah-masalah kesulitan belajar siswa, yang salah satunya adalah berkaitan dengan cara-cara mengisi waktu luang dengan tujuan yang positif.

Penggunaan Waktu Luang

Winkel (1994: 15) secara rinci menjelaskan bahwa penggunaan waktu luang adalah pemanfaatan waktu senggang dengan hal-hal yang positif untuk menyelesaikan tugas-tugas perkembangan, baik sebagai makhluk individu maupun sebagai makhluk sosial. Sebagai makhluk individu, hendaknya siswa menyadari bahwa tugas utamanya di sekolah sebagai pelajar, harus belajar. Sebagai makhluk sosial siswa perlu menyadari bahwa berhasil-tidaknya perkembangan dirinya juga dipengaruhi oleh individu-individu lain di sekolah, seperti: teman sebayanya, teman-teman di kelas, guru bidang studi, dan konselor sekolah.

Djumhur dan Moh. Surya (dalam Vitalis, 2003: 79) menyatakan bahwa salah satu masalah yang dihadapi siswa-siswi di sekolah adalah berkaitan dengan masalah penggunaan waktu luang. Masalah penggunaan waktu luang tersebut banyak dirasakan oleh para siswa di sekolah, terutama dalam mengisi waktu-waktu luang dengan kegiatan-kegiatan positif untuk perkembangan hidup maupun dalam upaya peningkatan prestasi sekolah. Djumhur dan Moh. Surya menyatakan bahwa masalah pokok yang berhubungan dengan waktu senggang ini adalah bagaimana cara-cara siswa memanfaatkan atau mengisi waktu-waktu senggang dengan kegiatan positif, yang ada relevansinya dengan pencapaian prestasi-prestasi, termasuk dalam mewujudkan prestasi belajar di sekolah.

Bertolak dari beberapa definisi dan pengertian di atas, maka peneliti berpendapat bahwa pada prinsipnya masalah penggunaan waktu luang adalah ketidak efektifan seseorang dalam memanfaatkan waktu senggang untuk hal-hal yang positif ketika melakukan aktivitas-aktivitas. Penggunaan waktu luang mengandung pengertian bagaimana kiat-kiat siswa memanfaatkan waktu senggang untuk mempersiapkan diri mewujudkan prestasi sekolah secara optimal.

Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penggunaan Waktu Luang

Menurut Winkel (1994:15) terdapat banyak faktor yang dapat mempengaruhi siswa dalam menggunakan waktu luang, yaitu: (1) Siswa tidak mempunyai hobi. (2) Pengaruh jelek dari lingkungan. Lingkungan siswa dapat berpengaruh positif tetapi juga dapat berpengaruh negatif terhadap siswa. Lingkungan dapat berpengaruh positif apabila lingkungan tersebut ikut dalam memberikan andil dalam memajukan diri ke arah yang baik / positif. Lingkungan juga dapat berpengaruh negatif, apabila lingkungan dimana siswa hidup dan berada itu justru mempengaruhi siswa sebagai individu kepada hal-hal yang bersifat merusak (*destruktif*), apalagi jika siswa sendiri tidak memiliki pedoman hidup yang kokoh dan jelas; (3) Bentuk pengisian waktu yang merugikan. Bentuk pengisian waktu senggang dengan kegiatan-kegiatan yang merugikan diri siswa ini antara lain: minum-minuman keras, bergadang hingga larut malam, mengobrol dengan teman-teman lain sampai tidak mengenal batas waktu, tidak pernah belajar dalam rangka menyiapkan diri sebagai pelajar, ngerumpi yang tidak ada ujung pangkalnya, dan lain-lain; (4) Siswa kurang menyadari statusnya. Telah dikatakan di atas bahwa status siswa di sekolah adalah sebagai pelajar, yang tugas utamanya adalah belajar. Siswa perlu menyadari statusnya itu sehingga siswa dapat mengisi waktu luang untuk mencapai tujuan pembelajaran (pendidikan) secara ideal; (5) Pengaruh buruk dari teman sebaya (*peer-group*). Teman-

teman di sekolah dapat berpengaruh negatif dan juga berpengaruh positif. Namun tekanan penjelasan di sini pada pengaruh negatif dari teman-teman sebaya, seperti: rekreasi yang merugikan, suka ngeluyur, membuang-buang waktu, hidupnya diisi dengan ke-cemburuan, mengembangkan sikap dan sifat bermusuhan, sifatnya kurang simpatik terhadap teman-teman lain di luar kelompoknya.

Kiat Memanfaatkan Waktu Luang Secara efektif dan Efisien

Agar waktu luang dapat dimanfaatkan dengan baik, efektif dan efisien, dapat ditempuh antara lain melalui program layanan bimbingan informasi dengan materi tentang cara-cara belajar yang baik, dan cara-cara menggunakan waktu luang yang efektif dan efisien bagi siswa. Materi bimbingan informasi ini ditempuh melalui bimbingan akademik secara terjadwal. Materi yang dikembangkan dalam bimbingan akademik itu diarahkan kepada kegiatan belajar kelompok. Program bimbingan belajar kelompok dapat dilaksanakan dengan bekerja sama dengan guru mata pelajaran tertentu, sehingga hasilnya efektif dan efisien. Tugas konselor dan guru dalam bimbingan belajar ini adalah memberi informasi tentang cara-cara menggunakan waktu dengan efektif dan efisien. Pemberian informasi dari konselor tersebut juga disertai contoh-contoh konkrit tentang cara-cara mengisi waktu dengan kegiatan positif dan produktif. Konselor sekolah berperan sebagai: (1) nara sumber, khususnya memberikan informasi tentang cara-cara belajar menggunakan waktu secara efektif dan efisien, cara-cara mengisi waktu luang yang efektif; dan (2) koordinator kelas, dapat berpartisipasi secara aktif dalam pelaksanaan diskusi (kelompok). Pelaksanaan diskusi kelompok dapat dilakukan secara terjadwal di bawah bimbingan guru dan konselor sekolah. Bimbingan belajar dilaksanakan secara klasikal, dan dilakukan secara terjadwal, dua kali dalam seminggu selama dua minggu efektif. Pelaksanaannya dilakukan sore hari di luar jam pelajaran, sehingga proses pembelajaran tidak terganggu.

Bimbingan Belajar

Bimbingan belajar pada hakikatnya merupakan bagian dari bimbingan. Oleh karena itu dalam penelitian ini dibahas lebih dahulu mengenai bimbingan dengan aspek-aspek yang menyertainya.

Pengertian Bimbingan

Crow and Crow (dalam Winkel dan Sri Hastuti, 2006: 28-29), mendefinisikan bimbingan sebagai berikut:

“Guidance is assistance made available by personality qualified and adequately men or women to an individual of any age to help him manage his own life activities, develop his own points of view, make his own decisions, and carry his own burdens”.

Definisi tersebut dapat diterjemahkan sebagai berikut: “Bimbingan memerlukan bantuan yang diberikan oleh seorang pembimbing yang berwenang (profesional) kepada individu (siswa) dari segala umur, untuk membentuknya, mengarahkan hidupnya, mengembangkan sudut pandangannya membuat keputusannya, dan memikul bebannya sendiri”).

Muro and Kotman (dalam Agus Mulyadi, 2004:9) menyatakan bahwa bimbingan adalah memberi bantuan kepada individu (peserta didik) yang dilakukan secara berkesinambungan, agar individu dapat memahami dirinya dan sanggup mengarahkan dirinya dan dapat bertindak secara wajar sesuai dengan tuntutan dan keadaan lingkungan. Shetzer and Stone (dalam Winkel dan Sri Hastuti, 2006: 29): “Bimbingan adalah proses menolong individu untuk memahami atau mengenali dirinya sendiri dan sekitarnya”. A.J. Jones (dalam Vitalis, 2003: 63) memberi definisikan bimbingan adalah sebagai berikut:

“Guidance involves personal help given by someone, it is to assist a person to decide where he want to go, what he want to do, or how he can best accomplish his purpose, it assists him to solve problems that arise in this life”.

Bertolak dari beberapa pengertian bimbingan di atas maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa hakikat bimbingan adalah : (a) Proses memberi bantuan kepada konseli (siswa) segala usia, yang diberikan oleh seseorang yang profesional agar konseli atau siswa yang dibimbing memperoleh kebahagiaan dan kesejahteraan dalam hidup, dan dapat memikul bebannya sendiri”. (b) Proses bantuan yang diberikan oleh seseorang yang disebut konselor kepada individu yang disebut konseli.

Prinsip-Prinsip Bimbingan

Achmad Juntika Nurihsan dan Akur Sudio (2005:11) memberi pernyataan bahwa uraian mengenai prinsip-prinsip bimbingan di sekolah ini dibatasi pada prinsip-prinsip khusus, baik yang berkaitan dengan siswa (konseli) maupun berkaitan dengan konselor. (1) Prinsip khusus yang berkaitan dengan siswa: (a) Program bimbingan diberikan kepada seluruh individu; (b) Diperlukan suatu kriteria untuk mengatur prioritas bimbingan kepada individu tertentu; (c) Program layanan bimbingan dan konseling harus berpusat kepada individu; (d) Layanan bimbingan harus dapat memenuhi kebutuhan individu yang dibimbing secara serba ragam dan serba luas; (e) Keputusan terakhir dalam proses bimbingan ditentukan oleh individu sendiri; (f) Individu yang dibimbing harus berangsur-angsur dapat membimbing diri sendiri. (2) Prinsip khusus yang berkaitan dengan konselor: (a) Konselor dalam bertugas harus melakukannya sesuai dengan kemampuan masing-masing; (b) Konselor dipilih atas dasar: kepribadian, pendidikan, pengalaman, dan kemampuannya; (c) Konselor harus mendapat kesempatan mengembangkan diri dan keahliannya melalui berbagai latihan/penataran; (d) Konselor hendaknya selalu menggunakan informasi yang tersedia tentang individu yang dibimbing dan lingkungannya, sebagai bahan untuk membantu klien ke arah penyesuaian diri yang lebih baik; (e) Konselor harus selalu menjaga /menghormati kerahasiaan informasinya; (f) Konselor hendaknya menggunakan berbagai jenis metode dan teknik yang tepat dalam melakukan tugasnya.

Jenis-Jenis Bimbingan

Winkel dan Sri Hastuti (2006:110-118), menjelaskan jenis-jenis bimbingan meliputi: (1) **Dilihat dari bentuknya** (jumlah individu yang dibimbing, terdiri dari bimbingan kelompok dan bimbingan individual. Disebut bimbingan kelompok, jika seorang konselor menghadapi sekelompok siswa); dan disebut bimbingan individu, jika konselor hanya berhadapan dengan seorang siswa; (2) **Dilihat dari Sifatnya** bimbingan dibedakan menjadi: (a) Bimbingan preventif, yaitu pencegahan atau bimbingan yang diberikan sebelum timbul kesulitan atau masalah; (b) Bimbingan kuratif: bimbingan yang bertujuan untuk mengatasi atau memecahkan masalah yang sedang dihadapi siswa. Jadi sifatnya lebih pada penyembuhan atau pemecahan masalah; (c) Bimbingan perseveratif: bimbingan yang diberikan dengan tujuan untuk memelihara keadaan yang sudah baik atau mapan supaya tetap terjaga kebaikannya, bahkan dikembangkan menjadi lebih baik. Jadi sifatnya lebih pada pemeliharaan agar masalah yang telah diatasi tidak muncul lagi; (3) **Dilihat dari ragamnya**, bimbingan dibedakan menjadi: (a) Bimbingan jabatan, yaitu bimbingan dalam memilih lapangan pekerjaan atau jabatan, dalam mempersiapkan diri untuk memasuki dunia kerja dan dalam menyesuaikan diri dengan tuntutan dari pekerjaan tertentu; (b) Bimbingan belajar, yaitu bimbingan dalam hal menemukan cara-cara belajar yang tepat, cara-cara mengatasi kesulitan belajar, memilih jurusan atau studi lanjut, dan menggunakan waktu luang secara efektif; (c) Bimbingan pribadi-sosial (personal-social guidance), yaitu bimbingan dalam menghadapi dan mengatasi masalah kesulitan-kesulitan pribadi; (4) **Dilihat dari fungsinya**, bimbingan dapat dibedakan menjadi: (a) Fungsi penyaluran. Proses bantuan yang ditujukan kepada konseli untuk memperoleh prestasi-

prestasi dan mengembangkan potensinya (talenta) secara maksimal. Bantuan itu dimaksudkan untuk memberikan kesempatan kepada individu untuk menyalurkan bakat dan minat, kemampuan, serta kebutuhan dan kecakapannya. Bentuk kegiatan bimbingan dalam fungsi penyaluran ini berupa penataran, kursus-kursus, kuliah; dan perencanaan karir atau jabatan; (b) Fungsi pemahaman, yaitu mengetahui siapa dan bagaimana siswa dibimbing. Mengetahui siapa dan bagaimana subyek, berarti berusaha mengungkapkan dan memahami masalah dan kesulitan yang dihadapi siswa, termasuk di dalamnya adalah kekuatan dan kelemahan-kelemahannya; (c) Fungsi pencegahan, artinya menciptakan suatu suasana agar pada diri siswa tidak timbul berbagai masalah yang dapat menghambat proses pencapaian perkembangannya; (d) Fungsi adaptif, maksudnya ialah bantuan pada seluruh staf dalam mengadaptasikan program pembelajaran di sekolah; (e) Fungsi pemecahan atau pemberian bantuan kepada konseli dalam mengatasi masalah-masalah, yang antara lain adalah masalah penggunaan waktu luang yang positif, efektif dan efisien di sekolah; (f) Fungsi penyesuaian, yaitu membantu terciptanya penyesuaian antara diri siswa (konseli) dengan lingkungan; (g) Fungsi perbaikan, yaitu berupa: perbaikan kinerja, kerja sama dengan orang lain; menetapkan siswa (konseli) yang terisolasi dalam kegiatan-kegiatan kelompok; (h) Fungsi pengembangan, yaitu pengembangan terhadap segenap potensi, bakat dan minat. Layanan bimbingan diarahkan kepada hal-hal yang dipandang sudah positif dijaga agar tetap dalam kondisi baik, dan jika perlu terus senantiasa dikembangkan seoptimal mungkin.

Bimbingan Belajar

Pengertian Bimbingan Belajar

Dewa Ketut Sukardi (2002: 48-49) menjelaskan bahwa bimbingan belajar adalah bantuan yang memungkinkan sejumlah siswa di sekolah secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari konselor), yang bermanfaat untuk menunjang kehidupan siswa sehari-hari untuk pertimbangan dalam mengambil keputusan. Achmad Juntika N. dan Akur Sudianto (2005: 12) hakikat dari bimbingan belajar adalah membantu siswa dalam menghadapi dan memecahkan masalah-masalah belajar. Salah satu sasaran di dalam bimbingan belajar adalah memecahkan masalah penggunaan waktu luang di sekolah. Winkel dan Sri Hastuti (2006:115): "Bimbingan belajar adalah bantuan yang diberikan kepada peserta didik (siswa) dalam hal menemukan cara-cara belajar yang tepat, mengatasi kesukaran-kesukaran mengenai belajar. Winkel mengisyaratkan bahwa dalam bimbingan belajar ini siswa dibantu dalam menemukan cara-cara mengisi waktu senggang dengan kegiatan yang bermanfaat. Agus Mulyadi (2004:20) memberikan penjelasan tentang bimbingan belajar adalah proses membantu peserta didik untuk mengembangkan kebiasaan belajar yang baik dalam menguasai pengetahuan dan ketrampilan, serta menyiapkan diri untuk melanjutkan ke jenjang sekolah yang lebih tinggi.

Bertolak dari beberapa definisi dan pengertian di atas, maka peneliti menyimpulkan bahwa inti dari bimbingan belajar adalah bantuan yang diberikan kepada siswa sebagai subyek belajar dalam menemukan cara-cara belajar yang tepat, untuk mengatasi masalah-masalah kesulitan atau kegagalan belajar. Secara khusus bimbingan belajar dalam penelitian diartikan sebagai bantuan yang diberikan kepada siswa dalam mengatasi / memecahkan masalah bagaimana cara-cara mengisi waktu senggang dengan kegiatan yang bermanfaat, sehingga menunjang kegiatan dan prestasi belajar di sekolah.

Materi layanan bimbingan kelompok antara lain meliputi:

(a) Pengenalan sikap dan kebiasaan, bakat dan minat, cita-cita serta penyalurannya; (b) Pengenalan kelemahan diri dan cara penganggulannya, penguasaan diri dan pengembangannya; (c) Pengembangan kemampuan untuk berkomunikasi, menerima atau menyampaikan pendapat, bertindak laku dan hubungan sosial, baik di rumah maupun di luar rumah; (d) Pengembangan sikap dan kebiasaan belajar yang baik sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya; (e) Pengembangan teknik-teknik penguasaan

ilmu pengetahuan, teknologi dan seni, sesuai dengan kondisi fisik, sosial, dan budaya; (f) Orientasi dan informasi perguruan tinggi sesuai dengan karir yang hendak dikembangkan; (g) Orientasi dan informasi karir, dunia kerja serta upaya untuk memperoleh penghasilan.

Tujuan dan Fungsi Bimbingan Belajar di Sekolah

Agus Mulyadi (2004:5-6) menyatakan bahwa tujuan bimbingan belajar di sekolah: (a) Membantu siswa yang mengalami kesulitan belajar; (b) Mengembangkan sikap dan kebiasaan belajar yang efektif dan efisien; (c) Membantu siswa dalam menemukan cara belajar yang tepat, yang sesuai dengan keadaan dirinya; (d) Membantu siswa dalam penguasaan materi yang dipelajari.

Ditinjau dari fungsinya, bimbingan belajar disekolah dibedakan menjadi beberapa fungsi (Agus Mulyadi, 2004:5-6): (a) **Fungsi penyaluran**. Setiap siswa hendaknya memperoleh kesempatan yang sama dalam menyalurkan: bakat, minat, kemampuan dan kecakapannya; (b) **Fungsi pemahaman**. Konselor perlu memahami kekuatan dan kelemahan-kelemahan siswa, agar dapat mengembangkannya dengan sebaik-baiknya; (c) **Fungsi pencegahan**, bimbingan dilakukan untuk mencegah timbul berbagai masalah yang dapat menghambat proses belajar dan pencapaian perkembangan secara optimal; (d) **Fungsi adaptif**. Tekanan ban-tuan adalah pada staf sekolah, terutama guru dalam mengadaptasikan program pengajaran; (e) **Fungsi pemecahan masalah**. Fungsi ini merupakan upaya membantu siswa mengatasi masalah-masalah belajar, seperti penggunaan waktu luang; (f) **Fungsi perbaikan**, kegiatan bimbingan belajar ditujukan untuk memperbaiki, antara lain cara-cara mengisi waktu luang yang tepat untuk belajar; (g) **Fungsi pengembangan**. Fungsi pengembangan adalah membantu siswa untuk mengembangkan segenap potensi, bakat dan minat yang dimiliki siswa. Fungsi ini dapat diartikan juga bahwa konselor membantu siswa dalam memelihara dan mengembangkan keseluruhan pribadinya secara mantap, terarah dan berkelanjutan. Hal-hal yang dipandang positif dijaga agar tetap baik, sehingga siswa dapat memelihara dan mengembangkan berbagai potensi dan kondisi yang positif dalam rangka perkembangan dirinya secara mantap dan berkelanjutan.

Orientasi Bimbingan Belajar Kelompok

Winkel (dalam Vitalis, 2003:74) menjelaskan bahwa orientasi bimbingan belajar di sekolah meliputi: (a) Orientasi individu. Dalam proses pendidikan di sekolah, siswa sebagai subyek didik adalah pribadi yang unik yang harus dipahami oleh konselor sekolah maupun staf pendidik lainnya; (b) Orientasi perkembangan. Proses perkembangan siswa dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah faktor yang melekat pada diri siswa, seperti pembawaan dan kematangan. Faktor eksternal yaitu faktor lingkungan. Perkembangan individu akan berhasil baik jika ada kerja sama yang harmonis dari keduanya; (c) Orientasi Permasalahan. Orientasi masalah yang dimaksud dalam penelitian ini adalah masalah yang berhubungan dengan bimbingan belajar. Konselor sebagai pelaksana layanan program bimbingan belajar, wajar jika membantu mengatasi kesulitan belajar yang dialami siswa. Bentuk bantuannya adalah bimbingan belajar untuk mengatasi masalah penggunaan waktu luang yang kurang efektif dan efisien serta kurang bermanfaat dalam belajar.

Bentuk Bimbingan Belajar di SMP Negeri 6 Kota Madiun

Winkel dan Sri Hastuti (2006: 117) menyatakan bimbingan belajar dapat dikategorikan ke dalam ragam bimbingan akademik. Ragam bimbingan akademik dapat disebut bimbingan pendidikan. Ditinjau dari pengertiannya, maka bimbingan akademik adalah bantuan yang diberikan kepada siswa yang memerlukan bantuan mengenai cara-cara belajar yang tepat, yang antara lain berkaitan dengan cara mengisi waktu luang di sekolah. Pengertian tersebut apabila diterapkan pada siswa kelas VIII SMP Negeri 6 Kota Madiun, maka dapat diartikan bimbingan belajar adalah proses memberi bantuan kepada siswa kelas VIII SMP Negeri Kota Madiun, oleh seorang konselor sekolah, yang

beretujuan untuk membantu mengatasi masalah penggunaan atau cara mengisi waktu luang di sekolah.

Bimbingan belajar pada penelitian ini dilaksanakan secara klasikal, dengan materi bimbingan belajar yang ditekankan pada penggunaan waktu luang siswa kelas VIII SMP Negeri 6 Kota Madiun tahun pelajaran 2010-2011.

Kriteria siswa yang mengalami masalah penggunaan waktu luang adalah siswa yang mengisi waktu luangnya dengan kegiatan-kegiatan yang merugikan atau tidak bermanfaat. Misal karena pengaruh buruk dari teman sebaya, seperti: rekreasi yang merugikan, membuang-buang waktu, khususnya di sekolah, dan di luar sekolah pada umumnya. Bimbingan belajar bagi siswa pada penelitian ini lebih diarahkan untuk membantu siswa agar hidupnya diisi dengan hal-hal yang positif, dapat menghindari kecemburuan, sikap dan sifat bermusuhan, suka ngeluyur dan lain sebagainya.

Dewa Ketut Sukardi (2002) memberi pengertian bahwa dalam bidang bimbingan belajar, konselor sekolah membantu siswa dalam mengembangkan diri dan sikap belajar, serta kebiasaan belajar yang baik (di sekolah atau di luar sekolah) untuk menguasai pengetahuan, ketrampilan, dan menyiapkan diri siswa dalam melanjutkan pendidikan yang lebih tinggi. Selanjutnya Dewa Ketut Sukardi (2002: 41) menamakan bimbingan belajar ini dengan istilah bimbingan akademik, yaitu bimbingan dalam hal menemukan cara-cara belajar yang tepat, dan cara mengatasi masalah penggunaan waktu luang dalam belajar yang timbul berkaitan dengan tuntutan belajar di sekolah. Dewa Ketut Sukardi (2002:41) secara tegas menyatakan bahwa bidang bimbingan belajar dapat dirinci sebagai berikut: (a) Pemantapan sikap dan kebiasaan belajar yang efektif dan efisien serta produktif, baik dalam mencari informasi maupun dalam bersikap terhadap guru dan nara sumber lainnya, mengerjakan tugas, mengembangkan ketrampilan, dan menjalani program penilaian; (b) Pemantapan sistem belajar dan berlatih, baik secara mandiri maupun kelompok; (c) Pemantapan penguasaan materi program belajar di sekolah sesuai dengan perkembangan IPTEK dan seni; (d) Pemantapan pemahaman dan penafsiran kondisi fisik, sosial, dan budaya yang terdapat dalam lingkungan masyarakat untuk pengembangan pengetahuan, ketrampilan dan pengembangan diri.

Bentuk bimbingan belajar di sekolah yang dikembangkan dalam penelitian ini adalah: (a) Pemberian informasi tentang cara-cara belajar yang baik dan cara-cara penggunaan waktu luang yang efektif kepada siswa anggota sampel. Pemberian bimbingan belajar dilaksanakan pada setiap hari Jumat, tanggal: 18 dan 25 Maret dan hari Sabtu, tanggal: 19 dan 26 Maret 2011, mulai pukul 14.00–15.00 WIB/ pertemuan; (b) Pemberian bimbingan belajar dengan materi penggunaan waktu luang kepada siswa dilakukan secara bersama-sama antara unsur-unsur: konselor sekolah dan peneliti.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan melibatkan sampel sebanyak 40 siswa untuk dikenai atau diberi bimbingan belajar dengan frekuensi empat kali pertemuan, dengan alokasi waktu 60 menit/pertemuan. Penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 6 Kota Madiun, bulan Februari sampai Maret 2011.

Populasi, Sampel dan Teknik Sampling

Populasi penelitian adalah siswa kelas VIII SMP Negeri 6 Kota Madiun tahun pelajaran 2010–2011 sejumlah 245 siswa, diambil sampel sebanyak 40 siswa (16,3%) dengan menggunakan teknik random sampling.

Pengumpulan Data Penelitian

Data dikumpulkan dengan melibatkan dua seri angket, yaitu angket sebelum dan sesudah siswa diberi bimbingan belajar dengan materi yang sama, yaitu materi penggunaan waktu luang. Angket disusun dalam bentuk pilihan ganda dengan empat alternatif jawaban, yaitu: A, B, C, dan D. Item angket dalam penelitian disediakan 15 butir dan hasil dari kedua angket tersebut kemudian dikomparasikan, untuk mengetahui perbedaan penggunaan waktu luang antara sebelum dan sesudah diberi bimbingan belajar.

Analisis Data Penelitian

Analisis data penelitian menggunakan teknik statistik dengan *t-test*. Adapun rumus banggunya adalah sebagai berikut:

$$t = \frac{M_x - M_y}{SD_{bM}} \quad (\text{Sutrisno Hadi, 2001: 277})$$

Keterangan:

- M_x : Mean dari Sampel X
 M_y : Mean dari Sampel Y
 SD_{bM} : Standar Kesalahan Perbedaan Mean

Hasil Analisis Data

Tabel 1 Rekapitulasi Data Penggunaan Waktu Luang Siswa Anggota Sampel Sebelum (X) dan Sesudah Diberi Bimbingan Belajar (Y)

No.Urt Subyek	X	No.Urt Subyek	Y	No.Urt Subyek	X	No.Urt Subyek	Y
1	52	1	55	21	44	21	45
2	48	2	46	22	48	22	49
3	46	3	47	23	48	23	50
4	58	4	56	24	45	24	47
5	60	5	60	25	57	25	60
6	60	6	59	26	52	26	55
7	60	7	60	27	54	27	52
8	52	8	55	28	56	28	58
9	51	9	52	29	57	29	59
10	54	10	58	30	43	30	44
11	57	11	59	31	60	31	58
12	59	12	60	32	43	32	46
13	56	13	55	33	48	33	49
14	43	14	44	34	47	34	48
15	45	15	48	35	45	35	50
16	48	16	48	36	56	36	60
17	43	17	43	37	55	37	56
18	45	18	49	38	58	38	60
19	58	19	59	39	60	39	58
20	52	20	55	40	52	40	53

Diskripsi Data Penelitian**a. Deskripsi Data Penggunaan Waktu Luang Sebelum Diberi Bimbingan Belajar**

Deskripsi data tentang skor hasil isian angket tentang penggunaan waktu luang sebelum diberi bimbingan belajar bagi siswa SMP, dengan rentangan skor antara 15-60 adalah sebagai berikut: Mean = 51,875; Median = 52; Mode = 52; dan Standar Deviasi (SD) = 5,867. Skor maksimal = 60 dan Skor minimal = 43.

b. Deskripsi Data Penggunaan Waktu Luang Sesudah Diberi Bimbingan Belajar

Deskripsi data tentang skor hasil isian angket tentang penggunaan waktu luang sesudah diberi bimbingan belajar, dengan rentangan skor antara 15-60 adalah sebagai berikut Mean = 53,125 Median = 55; Mode = 60; dan Standar Deviasi (SD) = 5,801. Skor maksimal = 60 dan skor minimal = 43.

Bertolak dari deskripsi data penelitian tentang penggunaan waktu luang siswa anggota sampel antara sebelum dan sesudah diberi bimbingan, maka dapat dianalisis sebagai berikut: (Lihat tabel 1).

Tabel 2 Persiapan Menghitung Perbedaan Penggunaan Waktu Luang Sebelum (X) dan Sesudah (Y) Diberi Bimbingan Belajar

I	X_i	f	fX	fX^2	Y_i	f	fY	fY^2
58 - 60	59	9	531	31329	59	14	826	48734
55 - 57	56	7	392	21952	56	6	336	18816
52 - 54	53	7	371	19663	53	4	212	11236
49 - 51	50	1	50	2500	50	5	250	12500
46 - 48	47	7	329	15463	47	7	329	15463
43 - 45	44	9	396	17424	44	9	396	17424
Σ	--	40	2069	108.331	--	40	2349	124173

Hasil perhitungan selengkapnya adalah sebagai berikut:

$$\begin{array}{ll}
 N = 40 & N = 40 \\
 \Sigma Mx = 2.069 & \Sigma My = 2.349 \\
 SD_x^2 = 17,259 & SD_x^2 = 282,0594 \\
 SD^2_{Mx} = 0,443 & SD^2_{My} = 7,232 \\
 SDb_M = 0,451 & t\text{-hitung} = 0,451 \\
 t\text{-tabel} = 2,022/5\%
 \end{array}$$

Harga t-hitung = 0,451, dan harga t-tabel untuk $N=40 = 2,022/5\%$. Jadi t-hitung lebih kecil dibandingkan dengan harga t-tabel. Berarti tidak signifikan.

PEMBAHASAN

Penggunaan atau pemanfaatan waktu luang untuk kegiatan-kegiatan positif, terutama untuk kegiatan belajar dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor dari dalam diri individu siswa dan faktor dari luar diri individu (lingkungan). Hal ini berarti kerja sama antara keduanya, betul-betul sangat diperlukan dan sama-sama pentingnya. Lingkungan sekolah, misalnya guru bidang studi dan konselor sekolah yang penuh perhatian terhadap siswanya dan individu siswa itu sendiri, misalnya memiliki motivasi dan kemauan yang kuat, dalam arti keduanya dapat bekerja sama dengan baik, maka dapat dipastikan individu siswa tersebut dapat tumbuh berkembang dengan baik, efektif dan efisien. Namun lingkungan tidak akan berarti apa-apa, mana kala individu siswa tidak mau bekerja sama dengan baik, dan sebaliknya individu siswa tidak berarti apa-apa manakala lingkungan juga tidak mau bekerja sama dengan individu siswa. Kerja sama yang baik antara keduanya sangat menentukan, yang dapat digambarkan sebagai hasil kali, bukan hasil tambah. Jika lingkungan memiliki perhatian sepenuhnya terhadap individu siswa dengan skor 10 dan individu siswa memiliki kemauan dan motivasi belajar yang kuat dengan skor 10 misalnya, maka akan diperoleh hasil pertumbuhan /per-kembangan secara optimal (yaitu 100, bukan 10). Jika individu (siswa) mengalami hambatan belajar, tidak mampu memanfaatkan waktu luangnya secara baik, tetapi ada kerja sama yang baik dari semua pihak yang terlibat, maka dapat dipastikan hambatan belajar tersebut akan teratasi dengan baik. Individu siswa akan tumbuh-berkembang dengan baik, mampu memanfaatkan waktu luangnya dengan baik pula, serta mampu mencapai prestasi-prestasi di sekolahnya secara optimal.

Berdasarkan temuan dan hasil analisis data di atas ditemukan t-hitung $0,451 < 2,022$ (t-tabel) pada taraf signifikansi 5%, berarti tidak signifikan, H_0 diterima dan H_a ditolak. Hal ini memberikan pengertian bahwa secara empiris, "tidak ada perbedaan penggunaan waktu luang antara sebelum dan sesudah diberi bimbingan belajar bagi siswa sekolah menengah pertama (SMP Negeri 6 Ma-diun). Tidak adanya perbedaan tersebut

membuktikan, bahwa bimbingan belajar tidak berpengaruh secara signifikan terhadap penggunaan waktu luang siswa SMP Negeri 6 Madiun. Hasil tersebut memberi petunjuk bahwa penggunaan waktu luang siswa di sekolah telah terkondisikan dengan baik, dan besar kemungkinan bahwa siswa di sekolah telah dibebani dengan banyak tugas yang telah diatur secara kurikuler, sehingga secara akademik siswa lebih banyak menggunakan waktu luangnya untuk menyelesaikan tugas-tugas tersebut.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan temuan dan hasil analisis data di atas, dapat disimpulkan bahwa dengan tidak adanya perbedaan secara signifikan penggunaan waktu luang antara sebelum dan sesudah diberi bimbingan belajar, maka secara empiris terbukti, bahwa bimbingan belajar tidak berpengaruh secara signifikan terhadap penggunaan waktu luang bagi siswa SMP Negeri 6 Madiun. Hal ini menunjukkan bahwa masalah penggunaan waktu luang siswa di SMP Negeri 6 Madiun telah terkondisikan dengan baik, dan besar kemungkinan siswa di sekolah telah dibebani banyak tugas yang telah diatur sedemikian rupa secara kurikuler, sehingga secara akademik siswa lebih banyak menggunakan waktu luangnya untuk menyelesaikan tugas-tugas tersebut.

Saran-saran

(a). Disarankan kepada pihak sekolah, untuk senantiasa menyadarkan kepada siswa-siswinya tentang pentingnya penggunaan waktu luang baik di sekolah maupun di rumah, agar siswa mampu mengembangkan diri dan mewujudkan prestasi sekolahnya dengan baik; (b) Disarankan kepada konselor sekolah, agar tetap memperhatikan komponen penggunaan waktu luang sebagai komponen penting ke dalam program bimbingan belajar di sekolah; (c) Disarankan kepada peneliti berikutnya, agar dapat melakukan penelitian lebih lanjut tentang masalah penggunaan waktu luang dengan mengikutsertakan variabel lain, seperti motivasi berprestasi melalui eksperimen dengan melibatkan konselor sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Achmad Juntika Nurihsan dan Akur Sudianto. 2005. *Managemen Bimbingan dan Konseling Di SMA*. Kurikulum 2004. Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Agus Mulyadi. 2004. *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*. Jakarta: Depdiknas, Direktorat Jendral Pendidikan Dasar Dan Menengah Diresktorat Tenaga Kependidikan.
- Departemen Pendidikan Nasional. 2005. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Dewa Ketut Sukardi. 2002. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling Di Sekolah*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Sumadi Suryabrata. 2004. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Sutrisno Hadi, 1992. *Statistik 2*. Yogyakarta. Penerbit Andi Offset.
- Vitalis, DS. 2003. *Perilaku Manusia*. Diktat Mata Kuliah Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan IKIP PGRI Madiun.
- Winkel, WS., 1999. *Psikologi Pengajaran Dan Evaluasi Belajar*. Jakarta Penerbit PT Gramedia.
- Winkel, WS. Dan MM. Sri Hastuti. 2006. *Bimbingan Dan Konseling Di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.