

Keefektifan Bimbingan Kelompok Teknik Problem Solving untuk Meningkatkan Kebiasaan Belajar Siswa SMPN 8 Denpasar

Baiq Isna Maulida Famuji

Universitas PGRI Mahadewa Indonesia

Korespondensi penulis: baiqisnamaulida2001@gmail.com

Putu Agus Semara Putra Giri

Universitas PGRI Mahadewa Indonesia

Alamat: Jl. Seroja No. 57, Denpasar, Bali

Abstract. *Study habits are an important thing to pay attention to because they are one of the main components that support student achievement or learning success. However, quite a few students have poor study habits. This is reflected in the behavior of students who rarely do assignments, are not active in learning activities, do not prepare lesson materials and other behavior that indicates negative study habits. The main aim of this research is to improve the study habits of students at SMPN 8 Denpasar through a problem solving technique group guidance approach. The type of research used is quantitative research with experimental methods. The design used is one-group pretest-posttest. The instruments used are experimental guidelines prepared by researchers and tested by experts and the study habit scale used is adopted by Nawawi (2016). Subject determination uses purposive sampling. The subjects used in this research were eight students who had low study habit scores after a pretest with the study habit scale. The data analysis used is descriptive and inferential analysis in the form of the N-gain Score test and the Wilcoxon test. Based on the results of the pretest and posttest tables, there was an increase in students' study habits scores after being given the intervention, and based on the results of calculations using the SPSS Wilcoxon signed rank test. From this value it is known that $0.012 < 0.05$ which means H_a is accepted. Based on the results of this analysis, it can be concluded that group guidance on problem solving techniques is effective in improving students' learning habits.*

Keywords: *group guidance, problem solving, study habits*

Abstrak. Kebiasaan belajar merupakan hal yang penting untuk diperhatikan karena menjadi salah satu komponen utama yang menunjang prestasi atau keberhasilan belajar siswa. Namun, tidak sedikit peserta didik memiliki kebiasaan belajar yang kurang baik. hal tersebut tercermin dari perilaku siswa yang jarang mengerjakan tugas, tidak aktif dalam kegiatan pembelajaran, tidak menyiapkan materi pelajaran dan perilaku lainnya yang mengindikasikan adanya kebiasaan belajar negatif. Tujuan utama penelitian ini adalah untuk meningkatkan kebiasaan belajar siswa SMPN 8 Denpasar melalui pendekatan bimbingan kelompok teknik *problem solving*. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan metode eksperimen. Adapun desain yang digunakan adalah *one-group pretest-posttest*. Instrumen yang digunakan dalam yaitu pedoman eksperimen yang disusun oleh peneliti dan telah diuji ahli serta skala kebiasaan belajar yang digunakan mengadopsi milik Nawawi (2016). Penentuan subjek menggunakan *purposive sampling*. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini yaitu sebanyak delapan orang siswa yang memiliki skor kebiasaan belajar rendah setelah dilakukan *pretest* dengan skala kebiasaan belajar. Adapun analisis data yang digunakan yaitu analisis deskriptif dan inferensial berupa uji *N-gain Score* dan uji *Wilcoxon*. Berdasarkan hasil tabel *pretest* dan *posttest* terdapat peningkatan skor kebiasaan belajar siswa setelah diberikan intervensi, dan berdasarkan hasil perhitungan menggunakan SPSS uji *wilcoxon signed rank test*. Dari nilai tersebut diketahui bahwa $0,012 < 0,05$ yang artinya H_a diterima. Berdasarkan hasil analisis tersebut dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok teknik *problem solving* efektif untuk meningkatkan kebiasaan belajar siswa.

Kata kunci: bimbingan kelompok, problem solving, kebiasaan belajar

LATAR BELAKANG

Kegiatan belajar merupakan proses pendidikan di sekolah. Ini berarti bahwa berhasil tidaknya pencapaian tujuan pendidikan banyak bergantung kepada bagaimana pencapaian taksonomi pendidikan yang dialami siswa yang mencakup aspek kognitif, afektif dan psikomotorik. Dalam suatu lembaga pendidikan keberhasilan proses belajar mengajar dapat dilihat juga dari prestasi belajar yang dicapai oleh peserta didik. Prestasi belajar tersebut salah satunya dapat dipengaruhi oleh kebiasaan belajar yang dimiliki oleh peserta didik.

Kebiasaan belajar didefinisikan sebagai cara seseorang dalam menerima pelajaran, mengerjakan tugas, membaca buku, serta cara dalam mengatur waktu untuk menyelesaikan kegiatan lainnya (Djali, 2014). Pendapat lain Anurrahman (dalam Siagian, 2015) kebiasaan diartikan sebagai perilaku belajar seseorang yang sudah melekat dalam dirinya yang dapat mencirikan aktivitas belajarnya. Kebiasaan belajar menurut Ardiansyah (dalam Ulfa dkk., 2018) adalah sikap atau perilaku yang ditunjukkan oleh suatu individu dalam mempelajari materi, dalam kegiatan belajar, serta dalam menghadapi ujian secara terus menerus. Menurut Dimiyati & Mudjiono (2009) terdapat beberapa kebiasaan belajar yang kurang tepat seperti tidak tertarik dalam kegiatan belajar yang ditunjukkan dari sikap kurang aktif dalam bertanya maupun berpendapat, tidak melakukan persiapan terhadap materi yang akan dipelajari, tidak bertanggung jawab dalam menyelesaikan PR, mencontek jawaban milik teman, tidak serius dalam belajar, terlambat datang ke sekolah, serta menyia-nyiakan waktu untuk belajar. Penyebab kebiasaan yang kurang tepat tersebut adalah kurangnya pemahaman individu pada arti belajar itu sendiri.

Adapun hasil wawancara yang telah dilakukan dengan salah satu guru di SMPN 8 Denpasar menunjukkan bahwa kebiasaan belajar siswa yang kurang efektif. Hal tersebut tercermin dari perilaku siswa yang jarang mengerjakan tugas, tidak aktif bertanya maupun berpendapat saat pembelajaran berlangsung, kurangnya motivasi belajar. Selain itu, adapun hasil wawancara yang telah dilakukan dengan siswa mengenai kebiasaan belajar yang kurang efektif yang tercermin dari perilaku siswa jarang *mereview* kembali pelajaran yang diperoleh, mengerjakan pekerjaan rumah di sekolah, menyalin tugas teman yang lain, serta mengerjakan tugas-tugas dengan cara *copy paste* langsung dari internet. Oleh karena itu berdasarkan informasi yang telah diperoleh menunjukkan adanya permasalahan terkait kebiasaan belajar siswa. Dengan adanya kondisi demikian akan dapat menimbulkan *learning loss* yang semakin besar. Problematika mengenai kebiasaan belajar siswa tersebut penting untuk mendapat perhatian dari seluruh pihak, khususnya dari konselor mengingat bahwa kebiasaan belajar menjadi salah satu hal penting yang menunjang prestasi atau keberhasilan belajar siswa. Hal

tersebut sejalan dengan yang disampaikan oleh Rana & Kausar (dalam Rosyida dkk., 2016) bahwa kebiasaan belajar yang baik atau teratur menjadi kunci keberhasilan siswa.

Problematika tersebut juga diperkuat dengan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh beberapa peneliti terdahulu yaitu oleh Lutfiah Nurul (2021) menyatakan bahwa sebanyak 10% siswa memiliki kebiasaan belajar yang baik, 25% memiliki kebiasaan belajar sedang dan 65% siswa memiliki kebiasaan belajar negatif. Layanan bimbingan kelompok teknik *problem solving* diyakini mampu mendidik siswa untuk berpikir kreatif tentang masalah. Dalam teknik pemecahan masalah, siswa mampu belajar dan mengembangkan kemampuan dirinya dalam mengenali penyebab masalah hingga solusi dari masalah tersebut. Tahapan dalam teknik *problem solving* sangat efektif untuk meningkatkan kebiasaan belajar siswa saat mereka mendiskusikan masalah kehidupan sehari-hari dalam belajarnya secara berkelompok, lalu kelompok diminta untuk menyelesaikan masalah tersebut sehingga siswa dapat mencari alternatif solusinya secara bersama. Alternatif-alternatif penyelesaian masalah tersebut dapat diterapkan siswa dalam kehidupan sehari-harinya sehingga terbentuklah sikap dan kebiasaan baru yang menjadi tujuan bersama, yang dalam hal ini yakni meningkatkan kebiasaan belajar siswa.

Penelitian tentang teknik *problem solving* telah banyak dilakukan oleh para peneliti sebelumnya. Teknik *problem solving* efektif untuk meningkatkan adaptasi diri siswa yang terisolasi berdasarkan hasil penelitian Rosidah (2016). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Resti, dkk (2023) menunjukkan keefektifan teknik *problem solving* untuk meningkatkan ketercapaian tugas perkembangan peserta didik. Penggunaan teknik *problem solving* dapat digabungkan dengan beberapa teknik lain, seperti ekspositori, tanya jawab, diskusi, dan sinema edukasi. Melalui berbagai teknik tersebut, siswa akan lebih memahami secara mendalam arti belajar dengan mengeksplor pengetahuan dari dalam dirinya maupun dari orang lain.

Berdasarkan uraian di atas, peran konselor sekolah diperlukan untuk membantu siswa memenuhi tugas-tugas perkembangan khususnya dalam bidang belajar. Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang kebiasaan belajar siswa SMPN 8 Denpasar melalui layanan bimbingan kelompok teknik *problem solving*. Oleh karena itu judul penelitian ini adalah “Keefektifan Bimbingan Kelompok Teknik *Problem Solving* Untuk Meningkatkan Kebiasaan Belajar Siswa SMPN 8 Denpasar”.

KAJIAN TEORITIS

Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan yang memanfaatkan dinamika kelompok untuk mencapai sebuah tujuan. Aktivitas yang dilakukan bisa berupa penyampaian informasi dan diskusi antar individu (anggota) yang topik permasalahannya diambil dari kehidupan sehari-hari. Layanan bimbingan kelompok berlangsung dalam situasi kelompok, yakni 6-8 orang serta memanfaatkan interaksi dalam kelompok guna mengembangkan potensi anggota khususnya dalam berinteraksi sosial, mencegah berkembangnya problematika pada diri anggota, serta memantapkan pemahaman anggota terhadap dirinya sendiri dan lingkungannya. Hal ini sejalan dengan pendapat Azhar et al. (2017) yang mengatakan Layanan bimbingan kelompok adalah upaya yang bisa dilakukan dalam rangka mencegah supaya kesulitan yang dirasakan konseli tidak bertambah. Rusmana dalam Sa'adah et al. (2022) menjelaskan terdapat beberapa teknik yang bisa dilakukan dalam bimbingan kelompok, seperti seperti ekspositori, diskusi, sinema edukasi, *problem solving*, permainan kelompok, sosiodrama, dll. Kegiatan yang dilakukan dalam bimbingan kelompok yakni membicarakan suatu topik permasalahan yang umum dengan tujuan mengembangkan potensi dalam diri siswa serta mencegah berkembangnya masalah yang dialami siswa.

Pelaksanaan bimbingan kelompok dilakukan dalam 4 tahap, yaitu pembentukan, peralihan, kegiatan, dan pengakhiran. Pada tahap pembentukan, para anggota saling berkenalan untuk membangun hubungan baik, mengungkapkan tujuan atau harapan yang ingin dicapai, penjelasan tentang bimbingan kelompok serta penetapan kesepakatan aturan dalam kelompok. Di tahap peralihan, keberlangsungan kegiatan bergantung pada pemimpin. Pemimpin kelompok memegang peran penting dan harus memastikan bahwa seluruh anggota siap untuk mengikuti kegiatan. Pada tahap ini, pemimpin bisa melakukan pemanasan seperti *ice breaking* atau jargon. Pada tahap inti kegiatan, pemimpin kelompok mengatur proses kegiatan sesuai dengan rancangan kegiatan dengan melibatkan peran aktif seluruh anggota. Penerapan teknik dilakukan pada tahap ini. Pemimpin kelompok menayangkan materi melalui *power point* dan video edukasi serta memberikan dorongan dan motivasi kepada para anggota supaya pemikiran dan perasaan yang dialami terungkap berkaitan dengan topik pembahasan. Di tahap inti juga, anggota kelompok melakukan diskusi, tanya jawab, dan *problem solving*. Pada tahap pengakhiran, anggota kelompok bersama-sama mengevaluasi dan merefleksi kegiatan yang telah dilakukan sebelumnya, membandingkan apa yang sudah dicapai dengan tujuan dan harapan yang telah dikemukakan, dan menetapkan jadwal pertemuan selanjutnya jika dirasa perlu dilakukan pertemuan lagi. Dalam penelitian ini, bimbingan kelompok dimaksudkan

supaya siswa mampu mengembangkan kebiasaan belajar yang positif dalam dirinya melalui tahap-tahap kegiatan di dalamnya.

Teknik Problem Solving

Teknik *problem solving* adalah rangkaian aktivitas dalam pembelajaran yang menekankan pada proses penyelesaian suatu masalah, berfokus pada kemampuan seseorang dalam menyusun serta merencanakan pemecahan masalah dengan sendirinya. Robert L. Solso dalam Mawaddah & Anisah (2015) berpendapat bahwa proses memecahkan masalah membutuhkan pola pikir langsung yang ditujukan supaya solusi atau hasil dari masalah yang khusus tersebut didapatkan. Di dalam *problem solving*, siswa dituntut untuk berpikir secara mendalam, runtut, dan berkelanjutan serta memutuskan sesuatu dengan pertimbangan informasi yang didapat. Menurut Bransford dan Stein dalam Prasetya et al. (2012) terdapat 5 langkah yang perlu dilakukan, yakni identifikasi masalah, perumusan sebab-sebab masalah, penetapan pemecahan masalah, pengujian poin-poin pemecahan masalah, dan evaluasi atau penilaian. Pada pelaksanaan teknik *problem solving*, siswa akan disajikan sebuah masalah. Kemudian siswa mengumpulkan informasi berkaitan dengan masalah tersebut yang bisa membantu untuk ditemukannya solusi. Setelah informasi terkumpul dan masalah telah diketahui secara mendalam, siswa menentukan alternatif alternatif pemecahan masalah. Alternatif tersebut kemudian diperiksa sisi positif dan negatifnya lalu ditentukan alternatif pemecahan masalah yang paling efektif untuk dilakukan. Setelah alternatif pemecahan masalah dilaksanakan, siswa dapat menilai apakah cara tersebut efektif atau tidak dalam mengatasi masalah yang terjadi. Apabila tidak maka proses pemecahan masalah dapat dilakukan kembali dengan prosedur yang sama. Dalam penelitian ini, teknik *problem solving* berperan menuntun setiap anggota dalam kelompok untuk berpikir mendalam dan menemukan solusi terkait masalah kebiasaan belajar.

Kebiasaan Belajar

Menurut Purwono (2010) kebiasaan belajar adalah cara berperilaku yang telah dibentuk dan menetap serta dapat mencirikan individu tersebut. Kebiasaan merupakan suatu aktivitas yang dilakukan secara berulang kali dalam waktu yang cukup lama dan menjadi aktivitas rutin untuk dilakukan oleh seorang individu. Kebiasaan belajar adalah cara belajar dan gaya belajar siswa yang dilakukan secara rutin. Adapun aspek dalam kebiasaan belajar yang ideal dimiliki menyangkut cara dalam mengikuti kegiatan pembelajaran di kelas, cara belajar mandiri, cara belajar kelompok, cara siswa mempelajari buku pelajaran, dan cara menghadapi ujian. Kebiasaan belajar dapat dibentuk melalui pelatihan dan pengulangan dengan cara membiasakan diri secara konsisten dari waktu ke waktu. Kebiasaan belajar positif dapat

dibentuk, diajarkan, dan ditanamkan pada diri siswa. Slameto (dalam Siagian, 2015) mengungkapkan bahwa kebiasaan belajar penting untuk diperhatikan karena kebiasaan belajar mempunyai pengaruh terhadap proses belajar itu sendiri dalam memperoleh pengetahuan, keterampilan, maupun kecakapan.

METODE PENELITIAN

Rancangan Penelitian

Jenis penelitian yang dipilih oleh peneliti adalah penelitian kuantitatif. Adapun desain penelitian yang digunakan yaitu dengan menggunakan desain penelitian *pre experimental* (eksperimen semu) sehingga hasil eksperimen tidak murni variabel independen namun terdapat variabel dari luar yang memengaruhi variabel dependen. Dalam penelitian ini hanya menggunakan satu kelompok serta pemilihan sampel dipilih secara acak (Sugiyono, 2010). Bentuk *pre-experimental design* yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan desain *One-Group Pretest-Posttest*. Desain penelitian tersebut bertujuan untuk mengetahui perbandingan keadaan sebelum dan sesudah diberi perlakuan tertentu pada kelompok sampel yang sama. Pada awal penelitian, dilakukan pengukuran kebiasaan belajar yang dimiliki oleh siswa sebagai subjek penelitian dengan menggunakan skala kebiasaan belajar. Kemudian akan diberikan perlakuan atau *treatment* dan dilakukan pengukuran kembali mengenai kebiasaan belajar siswa dengan menggunakan alat ukur yang sama.

Populasi dan Sampel

Populasi dapat diartikan sebagai subjek penelitian yang dilihat secara keseluruhan. Bungin dalam Fredik & Dewi (2018) menjelaskan bahwa populasi merupakan sasaran dalam penelitian, dapat diartikan pula dengan serumpunan atau kelompok objek penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah Siswa SMPN 8 Denpasar kelas 9. Sampel adalah jumlah responden yang diambil dari bagian populasi Sugiyono (2016). Pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel dengan mempertimbangkan kriteria tertentu (Sugiyono, 2009).

Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat ukur yang digunakan untuk mengukur suatu fenomena yang sedang terjadi baik fenomena alam maupun sosial (Sugiyono, 2014). Terdapat 2 instrumen yang akan digunakan dalam penelitian ini yaitu skala kebiasaan belajar dan panduan eksperimen. Skala kebiasaan belajar merupakan alat yang ukur yang disusun oleh peneliti untuk melihat tingkat kebiasaan belajar siswa kelas 9 SMPN 8 Denpasar berdasarkan beberapa aspek atau dimensi antara lain menyangkut cara dalam mengatur jadwal belajarnya, cara dalam

membuat ringkasan dan membaca, penyelesaian tugas, sikap dalam mengikuti pelajaran, cara belajar mandiri, cara belajar kelompok, aspek tersebut dikemukakan oleh Sudjana (2014) dan Slameto (2010), dan telah dikembangkan oleh Nawawi (2016) dalam karyanya “Pengaruh Kebiasaan Belajar dan Motivasi Belajar terhadap Hasil Belajar Siswa Kelas V SD Gugus Dewi Sartika dan Gugus Hasanudin Kota Tegal” yang akan diadopsi dan digunakan oleh peneliti sebagai instrumen dalam penelitiannya.

Pengumpulan dan Analisis Data

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan statistik deskriptif dan statistik inferensial. Untuk mengetahui kebiasaan belajar yang dimiliki subjek penelitian sebelum dan sesudah pemberian *treatment* yang diukur melalui *pretest* dan *posttest* dan untuk menguji hipotesis penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi Data

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen dengan bentuk penelitian *pre-experimental* karena bentuk ini belum merupakan eksperimen sungguh-sungguh karena terdapat variabel dari luar yang berpengaruh terhadap variabel dependen. Jadi hasil eksperimen bukan semata-mata dipengaruhi oleh variabel independen. Hal ini terjadi karena tidak adanya variabel kontrol, dan sampel dipilih secara acak (Sugiyono, 2010). Adapun desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *One-Group Pretest-Posttest*. Pada tahap awal sebelum diberikan perlakuan atau traetmen kepada kelompok eksperimen dilakukan pengukuran atau pretest dengan menggunakan skala kebiasaan belajar dengan tujuan untuk memotret kondisi siswa. Selain itu, pemberian pretest juga bertujuan untuk menjaring siswa yang memiliki kebiasaan belajar rendah. Hasil tersebut akan digunakan untuk menentukan siswa yang tergabung ke dalam kelompok eksperimen.

Pretest dilakukan pada seluruh siswa kelas IX sebanyak 220 siswa. Penelitian ini menggunakan delapan subjek penelitian yang diambil berdasarkan hasil kebiasaan belajar rendah setelah dilakukan *pretest* dengan skala kebiasaan belajar. Berikut siswa yang terpilih menjadi subjek penelitian, yakni: (a) subjek AF jumlah skor 53 berada dalam kategori sangat rendah, (2) subjek NS jumlah skor 59 berada dalam kategori sangat rendah, (3) Subjek IA jumlah skor 61 berada dalam kategori sangat rendah, (4) subjek KM jumlah skor 63 berada dalam kategori sangat rendah, (5) subjek CW jumlah skor 64 berada dalam kategori sangat rendah, (6) subjek KE jumlah skor 67 berada dalam kategori sangat rendah, (7) subjek IB

jumlah skor 68 berada dalam kategori sangat rendah, (8) subjek RI jumlah skor 70 berada dalam kategori sangat rendah.

Sajian Data

Subjek-subjek yang telah disebutkan di atas mengikuti pemberian intervensi yang dilakukan mulai tanggal 30 Maret 2024 hingga 21 April 2024 untuk melihat kemajuan atau peningkatan kebiasaan belajar siswa. Untuk mengetahui hasilnya maka dilakukan *posttest* dengan menggunakan alat ukur yang sama yaitu skala kebiasaan belajar kepada delapan subjek penelitian tersebut. Hasil *posttest* tersebut disajikan pada tabel di bawah ini:

Tabel 1. Pretest, Posttest

No Urut	Inisial	Kelas	Skor Pretest	Skor Posttest
1	AF	9	53	109
2	NS	9	59	119
3	IA	9	61	117
4	KM	9	63	115
5	CW	9	64	111
6	KE	9	67	117
7	IB	9	68	109
8	RI	9	70	110

Berdasarkan tabel di atas diketahui perolehan skor *pretest* dan skor *posttest* setelah diberikan intervensi menggunakan bimbingan kelompok teknik problem solving mengalami peningkatan. Peningkatan tersebut dialami oleh seluruh subjek penelitian yang berjumlah delapan orang siswa.

Tabel 2. Skor N-Gain

Kelompok	Pretest	Posttest	Gain	N-Gain	Interpretasi N-Gain
Eksperimen	64,25	112	47,77	0,58	Sedang

Tabel di atas menunjukkan rata-rata nilai *pretest* sebelum diberikan intervensi adalah 64,25. Selanjutnya meningkat menjadi 112 setelah diberikan intervensi dengan menggunakan bimbingan kelompok teknik problem solving. Lebih lanjut *gain* pada kelompok eksperimen bernilai 47,77 sedangkan nilai *N-Gain* pada kelompok eksperimen menunjukkan peningkatan dengan nilai 0,58 berkategori sedang.

Tabel 3. Interpretasi Hasil *Pretest* dan *Posttest*

No Urut	Inisial	Kelas	Skor <i>Pretest</i>	Kategorisasi Skor <i>iPretest</i>	Skor <i>Post test</i>	Kategorisasi Skor <i>Posttest</i>
1	AF	9	53	Rendah	109	Sedang
2	NS	9	59	Rendah	119	Tinggi
3	IA	9	61	Rendah	117	Sedang
4	KM	9	63	Rendah	115	Sedang
5	CW	9	64	Rendah	111	Rendah
6	KE	9	67	Rendah	117	Tinggi
7	IB	9	68	Rendah	109	Sedang
8	RI	9	70	Rendah	110	Sedang

Tabel di atas menunjukkan perolehan skor *pretest* masuk dalam kategori rendah, dan *posttest* setelah diberikan *treatment* ada peningkatan skor rata-rata berada dalam kategori sedang. Dari hasil tabulasi data di atas yang dianalisis dengan menggunakan analisis non parametrik *wilcoxon* menggunakan SPSS versi 24, adapun hasil analisis sebagai berikut:

Tabel 4. Deskriptif Statistik

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pretest	8	53	70	63.25	5.625
Posttest	8	109	119	111.00	6.481
Valid N (listwise)	8				

Pada tabel di atas, diketahui jumlah peserta didik (N) yaitu sebanyak 8. Pada saat pemberian *pretest* skor tertinggi pada kelas eksperimen sebesar 70, dan skor terendah sebesar 53. Kemudian pada saat pemberian *posttest* skor tertinggi yang diperoleh yaitu 119 dan skor terendah yaitu 109. Kemudian pada kolom mean menunjukkan adanya peningkatan skor pada kelas eksperimen berawal dari nilai *pretest* yaitu sebesar 63.25 dan nilai *posttest* meningkat menjadi 111.00. Adapun hipotesis alternatif atau H_a dalam penelitian ini adalah bimbingan kelompok teknik problem solving efektif untuk meningkatkan kebiasaan belajar siswa SMPN 8 Denpasar. Hipotesis alternatif tersebut akan diterima jika nilai (sig) > 0.05 dan sebaliknya apabila nilai (sig) < 0.05 maka hipotesis ditolak. Berdasarkan uji *wilcoxon signed rank test* dapat diketahui bahwa hasil analisis uji *wilcoxon* pada kolom *output ranks* adalah.

Tabel 5. Ranks

Ranks				
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Posttest - Pretest	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
	Positive Ranks	8 ^b	4.50	36.00
	Ties	0 ^c		
	Total	8		

a. Posttest < Pretest
b. Posttest > Pretest
c. Posttest = Pretest

Tabel 6. Test Statistics

Test Statistics ^a	
Posttest -Pretest	
Z	-2.524 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.012

a. Wilcoxon Signed Ranks Test
b. Based on negative ranks.

Seperti yang dapat dilihat pada hasil uji *wilcoxon*, diketahui selisih dari hasil *pretest* dan *posttest* adalah 0, baik itu pada nilai N, *mean rank*, maupun *sum rank*. Artinya bahwa tidak ada penurunan nilai *pretest* ke nilai *posttest*. Positif *ranks* atau selisih positif antara kebiasaan belajar negatif untuk *pretest* dan *posttest* terdapat 8 data positif (N) yang memiliki arti bahwa 8 orang siswa mengalami peningkatan hasil kebiasaan belajar dari nilai *pretest* dan *posttest*. Rata-rata peningkatan tersebut adalah sebesar 4.50 sedangkan nilai *sum of ranks* adalah sebesar 36.00. dan nilai *ties* adalah 0 sehingga dapat dikatakan bahwa tidak ada nilai yang sama antara *pretest* dan *posttest*.

Interpretasi kolom output test statistik^a diperoleh nilai Z (nilai beda) sebesar -2.524^b dan kolom *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar 0,012. Dari nilai tersebut diketahui bahwa $0,012 < 0,05$ yang artinya H_0 diterima karena terdapat perbedaan signifikansi antara hasil *pretest* dan hasil *posttest* setelah diberikan intervensi. Dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok teknik problem solving efektif untuk meningkatkan kebiasaan belajar siswa SMPN 8 Denpasar.

Pembahasan Hasil Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada delapan orang siswa di SMPN 8 Denpasar yang memiliki kebiasaan belajar negatif berdasarkan hasil *pretest* yang telah dilakukan. Siswa yang memiliki kebiasaan belajar negatif tersebut diberi perlakuan berupa bimbingan kelompok teknik problem solving selama lima kali pertemuan dengan tujuan untuk mengubah kebiasaan belajar negatif

menjadi kebiasaan belajar yang lebih positif. Dari hasil penelitian tersebut menunjukkan adanya peningkatan skor kebiasaan belajar siswa SMPN 8 Denpasar yang cukup signifikan.

Teknik *problem solving* merupakan metode pembelajaran yang menuntut kemampuan berpikir yang sistematis. *Problem solving* juga dapat diartikan sebagai cara berpikir yang terstruktur dan secara langsung untuk menetapkan pemecahan masalah tertentu (Robert dalam Mawaddah dkk, 2015). Secara teoritis, teknik *problem solving* terbukti efektif dalam mengembangkan kemampuan kognitif seseorang khususnya dalam berpikir kritis.

Siswa secara berkelompok membahas sebuah masalah yang disajikan dalam bentuk contoh kasus di setiap pertemuannya dan menemukan pemecahan masalah terbaik melalui tahapan teknik *problem solving*. Dalam tahap identifikasi masalah, siswa secara berkelompok saling bertukar pendapat untuk menetapkan satu titik yang menjadi inti permasalahan. Setelah ditemukan inti permasalahan, peneliti membantu siswa menemukan sebab-sebab yang melatarbelakangi masalah tersebut. Seluruh siswa saling berpendapat dan menambahkan informasi. Kemudian siswa kembali berdiskusi untuk menetapkan pemecahan masalah di masing-masing poin penyebab masalah, kegiatan ini tetap dibimbing oleh peneliti supaya pembahasan tetap pada materi layanan. Setelah ditetapkan poin-poin pemecahan masalah, siswa menetapkan satu atau beberapa solusi terbaik yang dianggap efektif untuk dilakukan dengan cara mempertimbangkan sisi positif dan negatifnya. Melalui penggabungan teknik diskusi dan *problem solving* dalam kelompok ini, interaksi antar anggota dapat terjalin dengan baik. Kemampuan komunikatif pada diri siswa dapat bertambah. Ditambah dengan adanya aktivitas bertukar pendapat, siswa dapat melatih dirinya untuk memulai menerapkan kebiasaan belajar yang positif.

Berdasarkan hasil analisis deskriptif, kebiasaan belajar dalam kategori sedang sebanyak 5 orang siswa, kategori tinggi sejumlah 2 orang siswa dan kategori kebiasaan belajar rendah 1 orang siswa. Lebih lanjut *gain* pada kelompok eksperimen bernilai 47,77 sedangkan nilai *N-Gain* pada kelompok eksperimen menunjukkan peningkatan dengan nilai 0,58 berkategori sedang. Hasil uji *wilcoxon* yang menunjukkan nilai Z (nilai beda) sebesar -2.524b dan kolom *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar 0,012. Dari nilai tersebut diketahui bahwa $,012 < 0,05$ yang artinya H_a diterima berdasarkan analisis statistik tersebut, bimbingan kelompok teknik *problem solving* efektif untuk meningkatkan kebiasaan belajar siswa SMPN 8 Denpasar.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat ditarik kesimpulan bahwa bimbingan kelompok teknik problem solving dapat meningkatkan kebiasaan belajar siswa SMPN 8 Denpasar. Hasil tersebut dibuktikan dengan perolehan hasil *pretest* dan hasil skor *posttest* serta hasil uji *wilcoxon* yang telah dilakukan yang menunjukkan adanya perubahan peningkatan kebiasaan belajar siswa.

Berdasarkan hasil temuan penelitian, peneliti mengajukan saran. Konselor sekolah dapat menggunakan bimbingan kelompok teknik problem solving sebagai salah satu alternatif untuk mengatasi masalah kebiasaan belajar negatif karena mudah untuk diterapkan. Untuk peneliti selanjutnya, penelitian ini perlu ditindaklanjuti pada jenjang pendidikan lainnya seperti SMA/SMK, MA dan jenjang lainnya untuk melihat efektivitas secara lebih luas dan menambahkan kelompok kontrol dalam penelitian.

DAFTAR REFERENSI

- Azhar, A. N., Kusnawan, A., & Miharja, S. 2017. Layanan Bimbingan Kelompok dalam Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa. *Bimbingan, Penyuluhan, Konseling, dan Psikoterapi Islam*, 5(1), 1–20.
- Dimiyati, Mujiyono. 2009. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta. Djaali. 2014. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara
- Fredik, T. F., & Dewi, S. I. 2018. Analisis Pengaruh Promosi Melalui Media Sosial Instagram Terhadap Keputusan Pembelian. *Ilmu Sosial dan Ilmu Politik*, 7(2), 84–88. www.publikasi.unitri.ac.id
- Lutfiah, Nurul, 'Hubungan Kebiasaan Belajar Dan Kesulitan Belajar Dengan Prestasi Belajar Peserta Didik', *Tafahus: Jurnal Pengkajian Islam*, 1.2 .2021. 186–202 <<https://doi.org/10.58573/tafahus.v1i2.25>>
- Mawaddah, S., & Anisah, H. 2015. Kemampuan Pemecahan Masalah Matematis Siswa Pada Pembelajaran Matematika Dengan Menggunakan Model Pembelajaran Generatif (Generative Learning) Di SMP. *Pendidikan Matematika*, 3(2), 166–175.
- Nawawi, Khoirul. 2016. "Pengaruh Kebiasaan Belajar Dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Siswa Kelas V Sd Gugus Dewi Sartika Dan Gugus Hasanudin Kota Tegal." *Skripsi* 6.
- Purwono, B. (2010). Kebiasaan Belajar Sumbangan Terbesar Dalam Prestasi Belajar. *Tersedia: http://www.smandapura.sch.id*.
- Resti, D. S., Putra, F., & Chandra, Y. (2023). BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK PROBLEM SOLVING DALAM MENINGKATKAN KETERCAPAIAN TUGAS PERKEMBANGAN PESERTA DIDIK SMA. *Jurnal Bikotetik (Bimbingan dan Konseling: Teori dan Praktik)*, 7(02), 95-103.

- Rosidah, A. 2016. Bimbingan Kelompok Melalui Teknik *Problem solving* Untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa Terisolir. *Fokus Konseling*, 2(2), 136–143. <http://ejournal.stkipmpringsewu-lpg.ac.id/index.php/fokus>
- Sa'adah, N., Samsudin, A., & Alawiyah, T. 2022. Penerapan Teknik Diskusi Kelompok Dalam Bimbingan Kelompok Terhadap Motivasi Belajar Siswa Di Masa Pandemi COVID-19. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 5(4), 327–335. <https://doi.org/10.22460/fokus.v5i4.8497>
- Siagian, R.E.F. 2015. Pengaruh Minat dan Kebiasaan Belajar Siswa terhadap Prestasi Belajar matematika. *Jurnal Formatif*, 02 (02): 122.131.
- Slameto. 2010. *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhi*. Jakarta: Rineka Cipta
- Sudjana, N. 2014. *Dasar-dasar Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Sinar Baru Algesindo.
- Sudjana, Nana. 2014. *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabet.
- Sugiyono. 2010. *Statistik untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Ulfa, M., & Suarningsih, N. K. 2018. Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Melalui Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Kebiasaan Belajar Siswa Kelas Viii Smpn 1 Kapontori. *Psikologi Konseling*, 12(1), 120–132. <https://doi.org/10.24114/konseling.v12i1.12181>