



PERAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENGATASI HAMBATAN KONSENTRASI BELAJAR ANAK SEKOLAH DASAR

Rina Efriyani^{1*}, Leni Murni Hayati²,

¹Pendidikan Guru Sekolah Dasar, STKP Widyaswara Indonesia, Indonesia

²Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, STKP Widyaswara Indonesia, Indonesia

1*rinaeriyani23@email.com, 2Lenihayati29@dinas.belajar.id.

Abstrak

Kemampuan konsentrasi belajar memiliki peran penting dalam menunjang keberhasilan proses pendidikan di jenjang Sekolah Dasar. Konsentrasi belajar didefinisikan sebagai kemampuan siswa untuk memfokuskan perhatian terhadap materi pelajaran dalam waktu tertentu secara berkesinambungan. Namun, pada praktiknya, banyak siswa sekolah dasar mengalami gangguan konsentrasi belajar yang ditandai dengan ketidakmampuan untuk tetap fokus, seringnya terdistraksi oleh lingkungan sekitar, serta rendahnya motivasi belajar. Hambatan konsentrasi ini tidak hanya berdampak pada hasil akademik, tetapi juga memengaruhi perkembangan sosial-emosional siswa di sekolah. Untuk menjawab permasalahan tersebut, layanan bimbingan kelompok hadir sebagai strategi bimbingan yang bersifat preventif dan developmental. Bimbingan kelompok dilaksanakan dalam format interaksi kelompok kecil, yang memungkinkan siswa untuk mengeksplorasi permasalahan secara bersama-sama, berbagi pengalaman, serta mendapatkan dukungan emosional dari teman sebaya dan konselor. Melalui pendekatan diskusi terbimbing, teknik relaksasi, simulasi sosial, permainan edukatif, serta refleksi diri, siswa dibantu untuk mengenali penyebab gangguan konsentrasi mereka dan menemukan solusi yang tepat. Berbagai studi literatur yang menunjukkan bahwa penerapan bimbingan kelompok secara konsisten dan sistematis berdampak signifikan dalam mengembangkan kemampuan konsentrasi siswa. Selain itu, layanan ini juga mampu meningkatkan motivasi intrinsik, mengurangi kecemasan belajar, serta membentuk kebiasaan belajar yang lebih disiplin. Oleh karena itu, integrasi layanan bimbingan kelompok ke dalam program bimbingan dan konseling di sekolah dasar sangat direkomendasikan sebagai upaya untuk mengatasi hambatan konsentrasi belajar yang dialami siswa.

Kata kunci –Bimbingan Kelompok; Hambatan Konsentrasi; Belajar Anak

Abstract

The ability to concentrate during learning plays a crucial role in supporting the success of the educational process at the elementary school level. Learning concentration is defined as a student's ability to focus attention on learning materials continuously for a certain period. However, in practice, many elementary school students experience concentration difficulties, as indicated by their inability to stay focused, frequent distractions from the surrounding environment, and low learning motivation. These concentration barriers not only affect academic achievement but also influence the students' social and emotional development at school. To address this problem, group counseling services emerge as a preventive and developmental guidance strategy. Group counseling is conducted in small group settings that allow students to explore problems together, share experiences, and receive emotional support from peers and counselors. Through guided discussions, relaxation techniques, social simulations, educational games, and self-reflection, students are assisted in identifying the causes of their concentration problems and finding appropriate solutions. Various literature studies show that the consistent and systematic implementation of group counseling has a significant impact on improving students' concentration abilities. In addition, this service can increase

intrinsic motivation, reduce learning anxiety, and foster more disciplined study habits. Therefore, integrating group counseling services into guidance and counseling programs at elementary schools is highly recommended as an effective effort to overcome learning concentration barriers among students.

Keywords - Group Guidance; Concentration Barriers; Children's Learning

PENDAHULUAN

Bagian pendahuluan ini berisikan uraian yang menjelaskan secara singkat dari masalah yang melatarbelakangi sehingga artikel dilakukan, uraian ringkas tentang hasil-hasil pengabdian terdahulu yang relevan. Bagian akhir memuat tentang tujuan dari penulisan artikel. Layanan bimbingan kelompok merupakan salah satu jenis layanan dalam pelaksanaan program BK. Layanan ini memungkinkan sejumlah peserta didik (siswa) secara bersama-sama melalui dinamika kelompok memperoleh berbagai bahan melalui pembahasan dalam bentuk kelompok. Dalam layanan ini para siswa yang terlibat dalam kegiatan kelompok dapat diajak untuk bersama-sama membicarakan topik penting yang diharapkan berguna bagi pengembangan siswa. (Suhertina, 2017) Layanan bimbingan kelompok dimaksudkan untuk memungkinkan siswa secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari narasumber yang bermanfaat untuk kehidupan sehari-hari, baik sebagai individu maupun sebagai pelajar, anggota keluarga dan masyarakat. Fungsi utama layanan ini ialah fungsi pemahaman dan pengembangan. (Sabrina et al, 2024)

Proses belajar mengajar di Sekolah Dasar (SD) tidak lepas dari tantangan yang dialami siswa, salah satunya adalah rendahnya konsentrasi belajar. Konsentrasi yang kurang dapat menyebabkan hasil belajar menurun, ketertinggalan materi, dan bahkan perilaku yang menyimpang. Masalah ini dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti lingkungan belajar yang kurang kondusif, kondisi emosional siswa, maupun kurangnya pemahaman siswa dalam mengatur waktu dan perhatian. (Setiani, 2014). Salah satu bentuk intervensi preventif dan kuratif dalam dunia pendidikan yang dapat digunakan untuk menangani masalah konsentrasi adalah layanan bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok dapat membantu siswa dalam mengenal dan mengembangkan diri, termasuk mengatasi hambatan dalam belajar. Konsentrasi belajar merupakan kemampuan memusatkan perhatian pada pelajaran. Pemusatan perhatian tersebut tertuju pada isi bahan belajar maupun proses memperolehnya. Jika seorang siswa sering merasa tidak dapat berkonsentrasi di dalam belajar, sangat mungkin ia tidak dapat merasakan nikmat dari proses belajar yang dilakukannya.

Konsentrasi merupakan kemampuan individu untuk memusatkan pikiran pada suatu hal aktivitas secara terus menerus dan konsisten. Dalam belajar konsentrasi mempunyai keuntungan, baik bagi individu maupun bagi masyarakat. Bagi individu, kemampuan untuk belajar secara terus menerus akan memberikan kontribusi terhadap pengembangan kualitas hidupnya. Sedangkan bagi masyarakat, konsentrasi belajar mempunyai peran yang penting dalam mentransmisi budaya dan pengetahuan dari generasi ke generasi. Kesadaran siswa harus mulai dibangun sejak usia dini dari hal-hal kecil sehingga pengembangan dapat terlaksana dalam kehidupan mereka. Hal tersebut sesuai dalam Undang-undang RI Nomor 20 tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional dikatakan bahwa pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta keterampilan yang di perlukan dirinya, masyarakat bangsa dan negara. Berbagai masalah terjadi pada proses pembelajaran di kelas pada jenjang usia dini. Seperti konsentrasi siswa dalam pembelajaran masih rendah, sebagian besar siswa tidak dapat menjawab pertanyaan guru dan metode yang digunakan guru hanya terbatas pada metode ceramah dan tanya jawab. Hal ini menjadi sebuah cerminan dalam memperbaiki proses pembelajaran di dalam kelas oleh Guru. (Nu'man, 2023)

(Setiani, 2014) Pentingnya konsentrasi belajar pada siswa sangat menentukan prestasi belajarnya. Konsentrasi belajarnya tersebut dapat dilihat dari fokusnya siswa ketika belajar. Oleh karena itu, agar dapat mengembangkan kemampuan konsentrasi lebih baik perlulah diusahakan beberapa hal seperti

punya motivasi yang tinggi, ada tempat belajar tertentu dengan meja belajar yang bersih dan rapi, mencegah timbulnya kejemuhan/kebosanan, menjaga kesehatan dan memperhatikan kelelahan. Selain itu usaha untuk menyelesaikan masalah-masalah yang mengganggu dan bertekad mencapai hasil terbaik setiap kali belajar juga mempengaruhi usaha untuk mengembangkan kemampuan konsentrasi yang lebih baik.

Untuk meningkatkan konsentrasi siswa dalam proses belajar mengajar perlu adanya bimbingan kelompok yang membantu siswa untuk mampu berbicara di depan orang banyak dalam mengemukakan pendapat, ide, saran, tanggapan, perasaan dan lainnya. Tentunya sulit bagi siswa untuk dapat melakukan hal seperti itu jika mereka tidak berkonsentrasi dengan materi yang ada. Bimbingan kelompok juga bertujuan agar siswa mampu menghargai pendapat orang lain serta bertanggung jawab atas pendapat yang dikemukakannya. Selain itu, dengan adanya bimbingan kelompok siswa mampu mengendalikan diri dan menahan emosi, dapat bertenggang rasa dan menjadi akrab satu sama lainnya. Terdapat topik tugas dalam pelaksanaan bimbingan kelompok yang akan dibahas bersama-sama dengan anggota kelompok yang memerlukan konsentrasi yang maksimal untuk dapat membahas topik tersebut secara tuntas. (Mindari, 2015)

TINJAUAN PUSTAKA

1. PENGERTIAN KONSENTRASI BELAJAR

Dilihat dari asal katanya, konsentrasi atau concentrate (kata kerja) berarti memusatkan, dan dalam bentuk kata bentuk kata benda, concentration artinya pemusatan. Konsentrasi itu sendiri berarti pemusatan pikiran terhadap suatu hal dengan menyampingkan semua hal lainnya yang tidak berhubungan. Dalam belajar konsentrasi berarti pemusatan pikiran terhadap suatu mata pelajaran dengan menyampingkan semua hal lainnya yang tidak berhubungan dengan pelajaran, Sedangkan arti belajar yaitu merupakan perubahan disposisi atau kecakapan manusia yang berlangsung selama periode waktu tertentu, dan perubahan perilaku itu tidak berasal dari proses pertumbuhan.

Konsentrasi belajar merupakan kemampuan memusatkan perhatian pada pelajaran. Pemusatan perhatian tersebut tertuju pada isi bahan belajar maupun proses memperolehnya. Jika seorang siswa sering merasa tidak dapat berkonsentrasi di dalam belajar, sangat mungkin ia tidak dapat merasakan nikmat dari proses belajar yang dilakukannya. bahwa sulitnya berkonsentrasi mungkin dapat terjadi karena seseorang mempelajari pelajaran yang tidak disukai, pelajaran yang dirasakan sulit, pelajaran dari guru yang tidak disukai, atau suasana tempat belajar yang ia pakai tidak menyenangkan. Sering kali masalah konsentrasi pada saat belajar dialami oleh para pelajar terutama di dalam mempelajari mata pelajaran yang mempunyai tingkat kesulitan cukup tinggi, misalnya pelajaran yang berkaitan dengan ilmu pasti, atau mata pelajaran yang termasuk kelompok ilmu sosial. Pentingnya konsentrasi belajar pada siswa sangat menentukan prestasi belajarnya. Konsentrasi belajarnya tersebut dapat dilihat dari fokusnya siswa ketika belajar. Oleh karena itu, agar dapat mengembangkan kemampuan konsentrasi lebih baik perlulah diusahakan beberapa hal seperti punya motivasi yang tinggi, ada tempat belajar tertentu dengan meja belajar yang bersih dan rapi, mencegah timbulnya kejemuhan/kebosanan, menjaga kesehatan dan memperhatikan kelelahan. Selain itu usaha untuk menyelesaikan masalah-masalah yang mengganggu dan bertekad mencapai hasil terbaik setiap kali belajar juga mempengaruhi usaha untuk mengembangkan kemampuan konsentrasi yang lebih baik. (Setiani, 2014)

Konsentrasi belajar sangat tinggi dampaknya terhadap hasil belajar. Konsentrasi Seorang siswa penuh membuat seorang siswa dapat memahami mata pelajaran. di mana dikatakan bahwa konsentrasi adalah mungkin menjadikan seseorang penguasa segalanya dipelajari karena anda memusatkan segalanya. Perhatian tertuju pada apa adanya itu tentu saja ketika konsentrasi siswa meningkat, maka hasil belajarnya juga meningkat. Pemusatan belajar sangat penting untuk menjaga agar siswa tetap fokus pada materi pelajaran yang diberikan oleh seorang guru. mengemukakan bahwa konsentrasi adalah pemusatan perhatian dan pikiran hanya tentang apa yang kita pelajari. Konsentrasi berarti memperhatikan sesuatu yang lain yang tidak ada mengenai pada saat yang sama) berkonsentrasi belajar berarti memusatkan pikiran pada mata pelajaran sambil mengesampingkan segala sesuatu hal lain yang tidak berkaitan dengan pelajaran. Fokus sudah diatur tentang isi bahan pelajaran dan proses pemerolehannya (Nu'man, 2023)

Hambatan konsentrasi belajar dapat muncul dalam bentuk: (1) Sering melamun saat guru menjelaskan. (2) Tidak fokus ketika mengerjakan tugas. (3) Mudah terganggu oleh suara atau gerakan di sekitar. (4) Sulit menyelesaikan tugas tepat waktu.

Faktor penyebabnya bisa bersifat: (1) internal (motivasi rendah, kelelahan, stres). (2) eksternal (lingkungan bising, gangguan teman, penggunaan gadget berlebihan)

2. KONSEP LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK

bimbingan kelompok adalah kegiatan pemberian bantuan oleh guru BK atau konselor kepada sejumlah siswa secara bersama-sama dalam suasana kelompok yang terarah dan terstruktur. Tujuannya untuk membantu siswa dalam menyelesaikan masalah, meningkatkan kemampuan sosial, dan mengembangkan potensi diri.

Layanan bimbingan kelompok dimaksudkan untuk memungkinkan siswa secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari narasumber yang bermanfaat untuk kehidupan sehari-hari, baik sebagai individu maupun sebagai pelajar, anggota keluarga dan masyarakat. Fungsi utama layanan ini ialah fungsi pemahaman dan pengembangan. Layanan konseling kelompok memungkinkan siswa memperoleh kesempatan bagi pembahasan dan pengentasan masalah yang dialami melalui dinamika kelompok. Fungsi utama layanan ini ialah fungsi pengentasan. (Sabrina et al., 2024)

bimbingan kelompok dapat didefinisikan sebagai suatu proses pemberian bantuan kepada individu melalui suasana kelompok yang memungkinkan setiap anggota untuk belajar berpartisipasi aktif dan berbagi pengalaman dalam upaya pengembangan wawasan, sikap dan keterampilan yang diberikan dalam upaya mencegah timbulnya masalah dan dalam upaya pengembangan pribadi. Dari berbagai definisi yang diungkapkan para ahli dapat disimpulkan, bimbingan kelompok merupakan suatu proses pemberian bantuan yang diberikan oleh seorang konselor kepada konseli yang berbentuk dinamika kelompok yang memungkinkan setiap anggota kelompok berpartisipasi aktif dan berbagi pengalaman dalam upaya ilmu dan memperluas wawasan, sikap dan keterampilan yang diperlukan dalam upaya pengembangan pribadi. (Konseling et al., 2023)

Tujuan Layanan bimbingan kelompok merupakan salah satu jenis layanan dalam pelaksanaan program BK. Layanan ini memungkinkan sejumlah peserta didik (siswa) secara bersama-sama melalui dinamika kelompok memperoleh berbagai bahan melalui pembahasan dalam bentuk kelompok. Dalam layanan ini para siswa yang terlibat dalam kegiatan kelompok dapat diajak untuk bersama-sama membicarakan topik penting yang diharapkan berguna bagi pengembangan siswa. Tentang pelaksanaan pelayanan bimbingan kelompok ada empat tahap, tahap pelaksanaan bimbingan kelompok sebagai berikut: (1) Tahap pembentukan. (2) Tahap peralihan. (3) Tahap kegiatan. (4) Tahap pengakhiran. Dalam layanan bimbingan kelompok guru pembimbing langsung berperan sebagai pimpinan kelompok. Artinya bahwa kesuksesan kegiatan ini terletak pada bagaimana guru pembimbing menuntun serta mengatur jalannya kegiatan ini. (Suhertina, 2017)

3. PERAN BIMBINGAN KELOMPOK DALAM MENGATASI HAMBATAN KONSENTRASI

- a. Meningkatkan Kesadaran Diri Siswa: Bimbingan kelompok membantu siswa mengenal kelemahan dan kekuatan diri, termasuk menyadari penyebab mereka sulit berkonsentrasi. Dalam sesi kelompok, siswa diajak menceritakan pengalaman belajar mereka, termasuk saat mereka merasa tidak fokus. Hal ini menumbuhkan pemahaman diri (self-awareness).
- b. Menumbuhkan Motivasi Belajar: Melalui interaksi dalam kelompok, siswa dapat termotivasi dengan melihat teman-teman yang aktif belajar. Konselor dapat memberikan stimulasi motivasional dalam bentuk cerita inspiratif, permainan edukatif, dan penetapan tujuan belajar (Suhertina, 2017)
- c. Meningkatkan Kemampuan Mengelola Diri: Siswa belajar strategi mengatasi gangguan konsentrasi, seperti teknik relaksasi ringan, latihan pernapasan, atau manajemen waktu. Sesi kelompok menyediakan ruang untuk praktik langsung.
- d. Mengembangkan Dukungan Sosial: Anak-anak merasa bahwa mereka tidak sendirian dalam menghadapi kesulitan belajar. Dengan dukungan teman sebaya, anak merasa lebih tenang dan fokus dalam belajar (Yuliana & Hartati, 2020,)

- e. Meningkatkan Strategi Belajar: Dalam bimbingan kelompok, siswa dapat diperkenalkan dengan berbagai metode belajar yang menarik dan menyenangkan, seperti belajar sambil bermain, visualisasi materi, hingga metode SQ3R (Survey, Question, Read, Recite, Review) yang disesuaikan untuk anak SD.
4. TEKNIK-TEKNIK BIMBINGAN KELOMPOK YANG EFEKTIF
- teknik yang cocok untuk siswa SD dalam layanan bimbingan kelompok antara lain:
1. Ice breaking & bermain peran (role play): untuk membangun kedekatan dan keterlibatan.
 2. Diskusi ringan: membahas pengalaman belajar sehari-hari.
 3. Simulasi situasi belajar: misalnya situasi terganggu suara, lalu diskusi cara mengatasinya.
 4. Refleksi akhir sesi: anak diajak menyimpulkan pelajaran yang didapat.
5. IMPLIKASI BAGI GURU DAN KONSELOR
- a. Guru kelas perlu bekerja sama dengan guru BK untuk mengidentifikasi siswa yang mengalami gangguan konsentrasi.
 - b. Guru BK perlu merancang program layanan bimbingan kelompok secara rutin, minimal satu kali dalam sebulan, dengan tema yang relevan dengan masalah siswa.
 - c. Kegiatan bimbingan kelompok perlu dibuat menyenangkan dan tidak membebani, agar siswa merasa nyaman dan tidak terpaksa.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu studi kepustakaan. Studi kepustakaan menurut (Zed, 2008) adalah segala usaha yang dilakukan oleh peneliti untuk menghimpun informasi yang relevan dengan topic atau masalah yang akan atau sedang diteliti. Informasi itu dapat diperoleh dari buku-buku ilmiah, laporan penelitian, karangan-karangan ilmiah, tesis dan disertasi, peraturan-peraturan, ketetapan-ketetapan, buku tahunan, ensiklopedia, dan sumber-sumber tertulis baik tercetak maupun elektronik lain. Penelitian kepustakaan adalah teknik pengumpulan data dengan mengadakan studi penelaahan terhadap buku-buku, literatur-literatur, catatan-catatan, dan laporan-laporan yang ada hubungannya dengan masalah yang dipecahkan Nazir.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian kepustakaan ini adalah dengan metode dokumentasi, yaitu mencari data mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan, buku, makalah atau artikel, jurnal, dan sebagainya. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian kepustakaan ini adalah daftar check-list klasifikasi bahan penelitian berdasarkan fokus kajian dan format catatan penelitian. 1) daftar check-list klasifikasi bahan penelitian adalah daftar check list yang memuat sumber bacaan dan fokus kajian, dengan mengklasifikasikan bahan penelitian yang merujuk pada relevan konten sumber bacaan dengan fokus kajian. Tujuannya adalah agar mempermudah proses pengkajian sumber bacaan dengan fokus kajian. Dengan cara memberikan tanda check-list (v) pada setiap kolom fokus kajian yang terdapat dalam sumber bacaan. Dalam daftar check list ini, fokus kajian menjadi poin penting. Hal ini memberikan batasan mengenai hal yang dikaji dalam penelitian. 2) format catatan penelitian, format catatan penelitian sebagaimana menurut (Zed, 2008) digunakan untuk mencatat bahan penelitian. Catatan penelitian berisi dua hal, yang pertama adalah kolom nomor, yang kedua berisi konten yang relevan dengan fokus kajian, yang ketiga berisi kode buku/jurnal yang dikaji.

Metode analisis isi (content analysis) adalah teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian kepustakaan ini. Dalam analisis isi peneliti akan melakukan proses memilih, membandingkan, menggabungkan, memilah berbagai pengertian, hingga ditemukan yang relevan (Padil & Nashruddin, 2021). Analisis isi digunakan untuk mendapatkan inferensi yang valid dan dapat diteliti ulang berdasarkan konteksnya. Untuk menjaga kekekalan proses pengkajian dan mencegah serta mengatasi informasi (kesalahan pengertian manusiawi yang bisa terjadi karena kurang pengetahuan peneliti atau kekurangan penulis pustaka) maka dilakukan pengecekan ulang antar pustaka dan membaca ulang pustaka.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian sebelumnya dari ditemukan peran pembimbing dalam memberikan layanan bimbingan kelompok untuk mengatasi Hambatan Konsentrasi Belajar Siswa Sekolah Dasar, jika menggunakan arahan yang baik dan metode yang pas, dapat menumbuhkan penanaman disiplin siswa, sehingga siswa menjadi konsentrasi untuk belajar.

Namun, berdasarkan fakta yang ada mengenai pelaksanaan konseling bimbingan kelompok yang dilakukan oleh guru Bimbingan Konseling di sekolah yang lebih mengikuti empat tahap, tahap pelaksanaan bimbingan kelompok.

1. Tahap pembentukan

Tahapan Pembentukan Pada tahap ini ada beberapa aktivitas yang dilakukan oleh guru bimbingan konseling di sekolah seperti mengucapkan salam dan berdoa. Setelah itu guru Bimbingan Konseling mengecek. Pengecekan peserta didik merupakan rutinitas yang dilakukan oleh guru bimbingan konseling pada tahap ini pengecekan tersebut dilakukan oleh guru bimbingan konseling bertujuan untuk memastikan berapa peserta didik yang hadir dan tidak hadir. Setelah pengecekan selesai, guru bimbingan konseling melakukan selingan dengan mengajak peserta didik untuk mengikuti kegiatan dengan penuh perhatian, semangat, dan penampilan dengan melakukan kegiatan berpikir, merasa, bersikap, bertindak dan bertanggung jawab (BMB3) berkenaan dengan materi pelayanan yang akan dibahas. Kegiatan demi kegiatan telah dilakukan dengan baik di tahap ini, maka setelah ini guru bimbingan konseling menyampaikan materi pokok yang akan dibahas tentang pentingnya konsentrasi pada saat belajar dan menyampaikan tujuan pembahasan yaitu: peserta didik mengetahui dan memahami pentingnya konsentrasi pada saat belajar dan dapat focus dalam belajar dan konsentrasi dalam kehidupan sehari-hari, baik di lingkungan sekolah maupun diluar sekolah.

2. Tahapan peralihan

Pada tahap ini ada beberapa hal yang dilakukan oleh guru bimbingan konseling diantaranya sebagai berikut: a). Menanyakan kepada siswa bagaimana pendapatnya tentang konsentrasi. Pertanyaan yang diberikan guru BK pada siswanya adalah "apa itu konsentrasi? Apa saja bentuk konsentrasi di sekolah. b). Meminta respon siswa bagaimana bentuk konsentrasi khususnya sebagai siswa yang baik. Respon siswa disini adalah konsentrasi pada saat guru menjelaskan materi dan konsentrasi pada saat guru berbicara di depan, konsentrasi pada tugas yang di kasih guru c). Meminta siswa mengemukakan tentang bagaimana siswa menerapkan konsentrasi dalam lingkungan sekolah maupun diluar sekolah. Disini siswa mengatakan konsentrasi dimulai dari hal kecil dulu seperti guru menjelaskan materi di depan. Pada kegiatan penjajakan ini guru bimbingan konseling sangat mengharapkan siswa ikut berperan aktif dengan mengemukakan tentang bagaimana siswa menerapkan konsentrasi dalam lingkungan sekolah maupun diluar sekolah.

3. Tahapan kegiatan

Pada tahap ini guru bimbingan konseling membahas materi yang di kemukakan siswa pada tahap kegiatan dengan penekanan-penekanan tertentu mengarah pada materi yang dibahas. Dalam kegiatan ini Siswa di beri kesempatan untuk menanyakan atau merespon materi " Pentingnya konsentrasi " yang telah dijelaskan, pertanyaan dan respon siswa tersebut di jawab dan di berikan ulasan serta penegasan-penegasan yang diperlukan. Seperti: apa dampak buruknya apabila kita tidak konsentrasi? Respon siswa lain, jika kita tidak konsentrasi kita tidak tau apa yang di jelaskan oleh guru dan buruk untuk ujian naik kelas. Guru BK mengatakan akibat buruk dari perilaku tidak konsentrasi adalah menjadikan kita tidak tau materi yang di jelaskan oleh guru didepan dan membuat siswa malas lagi untuk menyakan Kembali kepada guru, dan dapat mengakibatkan kita tidak atau materi dan menurunnya prestasi di sekolah. Oleh sebab itu konsentrasi saat belajar sangatlah penting agar kita bisa melakukan aktifitas sesuai dengan ketentuan dan peraturan yang ada.

4. Tahapan pengakhiran

Pada tahap ini adanya kegiatan yang meliputi penguraian, diskusi, pelatihan pengembangan sikap, pengetahuan dan keterampilan melalui Pelaksanaan Tugas dengan membuat beberapa kelompok dengan pola BPB3.

Dalam kaitannya dengan masalah tidak konsentrasinya peserta didik di sekolah sudah semestinya perlu mendapatkan perhatian dan upaya mengatasinya dari pihak sekolah. Hal ini disebabkan karena sekolah merupakan lembaga pendidikan formal yang secara sengaja dirancang untuk melaksanakan pendidikan, di mana fungsinya di antaranya adalah untuk mempersiapkan anak didiknya sebagai individu, warga masyarakat, warga Negara, dan warga dunia di masa depan yang berpengetahuan, berketerampilan dan berkarakter. Sekolah yang demikianlah yang diharapkan mampu melaksanakan fungsi pendidikan secara optimal, yaitu membentuk peserta didik menjadi pribadi utuh yang di landasi akhlak dan budi luhur.

Dalam kaitan dengan upaya sekolah mengatasi pelanggaran konsentrasi dalam tidak fokusnya siswa saat belajar di Sekolah, berdasarkan hasil wawancara dengan koordinator guru BK di salah satu jurnal dimana beliau menjelaskan bahwa: upaya dalam mengatasi hambatan konsentrasi peserta didik, yang kami lakukan tentu diarahkan atau di fokuskan pada pembinaan dan pencegahan pelanggaran disiplin tata tertib melalui pendekatan pikiran, perasaan, dan perilaku.

Hal ini dilakukan dalam bentuk program yang berkelanjutan. Program ini terintegrasi kedalam program tahunan sekolah di bidang kesiswaan. Operasionalnya di lakukan melalui sejumlah kegiatan yang di padukan terintegrasi dengan program pengajaran pada setiap mata pelajaran yang diberikan oleh masing masing guru yang bersangkutan. Disamping itu juga dilakukan kegiatan layanan bimbingan konseling kelompok khususnya bagi peserta didik yang memiliki kasus atau permasalahan tertentu, seperti pelanggaran disiplin tata tertib. Kegiatan layanan bimbingan konsling ini dilakukan oleh guru BK baik pada peserta didik secara individu maupun kelompok. Hal ini dilakukan melalui program tahunan sekolah secara berkelanjutan, yaitu melaksanakan pembinaan dengan menggunakan pendekatan pikiran, perasaan dan perilaku. Strategi yang di programkan sekolah di laksanakan melalui dua pendekatan yaitu: program sekolah melalui layanan bimbingan konseling, dan program sekolah bidang kesiswaan. Dalam program sekolah melalui layanan bimbingan dan konseling kelompok, dimana materi pendekatan yang di gunakan salah satunya yaitu dengan layanan konseling kelompok kedalam jam pelajaran pada setiap minggu sesuai dengan kurikulum sekolah. Sedangkan untuk program sekolah bidang kesiswaan merupakan kegiatan ekstrakurikuler untuk mengembangkan karakter yang meliputi: bidang olahraga, bidang seni, bidang Agama, bidang akademik atau Karya Ilmiah Remaja (KIR), dan bidang kepramukaan.

Gambaran lebih lanjut mengenai upaya sekolah khususnya guru BK sendiri dalam mengatasi pelanggaran konsentrasi peserta didik tidak focus saat belajar upaya yang dilakukan adalah: membantu peserta didik paham dengan pembelajaran, membantu peserta didik focus dengan situasi, membantu peserta didik memahami diri dan lingkungannya, membantu peserta didik agar mampu mencegah atau menghindarkan diri dari berbagai permasalahan yang dapat menghambat perkembangan dirinya, membantu peserta didik mengatasi masalah yang dialaminya, membantu peserta didik memelihara dan menumbuh kembangkan berbagai potensi dan kondisi positif yang dimilikinya dan membantu peserta didik memperoleh pembelaan atas diri dan kepentingannya yang kurang mendapat perhatian.

Mengenai kegiatan di bidang layanan bimbingan konseling yang berkaitan dengan upaya sekolah dalam mengatasi hambatan konsentrasi disekolah adalah di kelompokkan menjadi dua program kegiatan, yaitu program pembinaan, dan program pencegahan. Aspek pembinaan meliputi: melakukan pendataan atau pencatatan peserta didik yang bermasalah atau memiliki kasus kenakalan disekolah (hambatan konsentrasi), memanggil peserta didik bermasalah tersebut untuk mengklarifikasi kasus atau permasalahannya, menginformasikan permasalahan peserta didik kepada orang tua/wali bersangkutan, melaksanakan layanan bimbingan konseling sesuai dengan kasus atau permasalahannya, melaksanakan pengamatan dilapangan atau dikelas untuk mengetahui perkembangan sikap dan perilaku peserta didik bersangkutan, melaksanakan kunjungan rumah (Home Visit), dan melaksanakan evaluasi serta tindak lanjut. Sedangkan aspek pencegahan kenakalan peserta didik, meliputi kegiatan-kegiatan yang bersifat ekstrakurikuler.

KESIMPULAN

Layanan bimbingan kelompok memiliki peran strategis dalam membantu siswa SD mengatasi hambatan konsentrasi belajar. Melalui kegiatan kelompok yang terarah dan terstruktur, siswa dapat meningkatkan kesadaran diri, motivasi, strategi belajar, serta dukungan sosial. Layanan ini dapat menjadi solusi preventif dan kuratif yang efektif jika dirancang dengan pendekatan yang sesuai dengan perkembangan anak. Upaya-upaya dari layanan bimbingan konseling diharapkan mampu memberikan dampak yang besar bagi peserta didik utamanya untuk kemajuan dirinya dan tujuan sekolah. Atas dasar ini guru BK harus berusaha keras dalam upaya mencapai visi dan misi layanan bimbingan konseling dengan lebih intensif lagi dalam hal kinerja dan pelayanan. Layanan bimbingan konseling sangat ikut andil dalam pembentukan keperibadian peserta didik Layanan konseling ini. Layanan konseling kelompok terkadang dilakukan pada saat jam-jam pelajaran kosong, baik diruangan kegiatan belajar maupun ruang BK sekolah. Pembahasan mengenai proses konseling kelompok senantiasa berkaitan dengan tahap-tahap perkembangan kegiatan kelompok serta karakteristik masing-masing tahap tersebut. Masalah perkembangan kelompok merupakan hal yang penting dalam konseling kelompok. Oleh karena itu guru BK, sebagai pemimpin kelompok harus memahami dengan jelas tahap-tahap perkembangan kelompok. Pemahaman terhadap perkembangan kelompok akan memberikan wawasan kepada guru BK tentang hal-hal yang akan mendukung serta akan menghambat proses kelompok serta dapat mengoptimalkan kemampuannya membenarkan anggota-anggota untuk mencapai tujuannya.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan dan bantuan selama proses penyusunan jurnal ini. Ucapan terima kasih khusus disampaikan kepada: (1) Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya sehingga penulisan jurnal ini dapat diselesaikan dengan baik. (2) Orang tua dan keluarga tercinta atas doa, dukungan, dan semangat yang tiada henti. (3) Dosen pembimbing Ibu LENI MURNI HAYATI, M.Pd. Kons. yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan masukan yang sangat berarti dalam penyusunan jurnal ini. (4) Rekan-rekan dan sahabat yang turut memberikan bantuan, motivasi, serta saran yang membangun selama proses penelitian dan penulisan jurnal ini. Penulis menyadari bahwa jurnal ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, segala kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan demi perbaikan di masa mendatang

DAFTAR PUSTAKA

- Konseling, B., Mathla, U., & Kunci, K. (2023). *Jurnal Penelitian Bimbingan dan Konseling Vol 8 (2) 2023*. 8(2).
- Mindari, T. & Supriyo. (2015). Meningkatkan Konsentrasi Belajar Melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Permainan. *Ijgc*, 4(2), 65–71. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jbk>
- Nu'man, M. (2023). No 主観的健康感を中心とした在宅高齢者における健康関連指標に関する共分散構造分析 Title. *Aleph*, 87(1,2), 149–200. <https://repositorio.ufsc.br/xmlui/bitstream/handle/123456789/167638/341506.pdf?sequence=1&isAllowed=y%0Ahttps://repositorio.ufsm.br/bitstream/handle/1/8314/LOEBLEIN%2C%20LUCINEIA%20CARLA.pdf?sequence=1&isAllowed=y%0Ahttps://antigo.mdr.gov.br/saneamento/proeoes>
- Padil, & Nashruddin. (2021). Implementasi Layanan Bimbingan Kelompok Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa Di Sekolah. *JUBIKOPS: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi*, 25, 25–36.
- Sabrina, S. N., Amaliah, Z. V., & Aliyyah, R. R. (2024). Layanan Bimbingan dan Konseling di Sekolah Dasar. *Karimah Tauhid*, 3(9), 9905–9919. <https://doi.org/10.30997/karimahtauhid.v3i9.14599>
- Setiani, A. C. (2014). Meningkatkan Konsentrasi Belajar Melalui Layanan Bimbingan Kelompok. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 3(1), 37–42. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jbk>
- Suhertina. (2017). Dasar-Dasar Bimbingan Konseling. In *Cv. Mutiara Pesisir Utama* (Vol. 110, Issue 9).
- Zed, M. (2008). *Pdf-Metode-Penelitian-Kepustakaan_Compess.Pdf* (pp. 1–40).