

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Prestasi non akademik adalah prestasi atau kemampuan yang dicapai siswa dari kegiatan diluar jam atau dapat disebut dengan kegiatan ekstrakurikuler (Mulyono, 2008). Prestasi non akademik peserta didik sangat beragam dan tidak hanya dalam bidang olahraga dan seni saja. Dimana kegiatan non akademik di sekolah lebih condong pada kemampuan siswa terlepas dari kecerdasan intelektualnya. Pada kegiatan non akademik atau dapat disebut juga kegiatan ekstrakurikuler dapat menjadikan siswa menggali dan mengembangkan bakat dan minat yang dimilikinya (Salsabila, 2022). Tidak ada ukuran kognitif pada pembelajaran non akademik. Kesuksesan siswa pada bidang non akademik dapat terlihat melalui prestasi yang mereka lahirkan sesuai bakat mereka masing-masing.

Prestasi non akademik bisa diperoleh melalui berbagai kegiatan ekstrakurikuler atau organisasi disekolah. Prestasi non akademik juga merupakan perubahan dalam hal kecakapan tingkah laku, ataupun kemampuan yang dapat bertambah selama beberapa waktu selama situasi belajar (Kapitan, 2021). Cakupan prestasi non-akademik jauh lebih luas dari pada prestasi akademik karena kegiatan non-akademik juga sangat beragam. Dan juga bisa diikuti oleh jenjang Pendidikan yang berbeda misalnya ketua organisasi (Osis, MPK, Ekstrakurikuler, BEM, dsb) Lomba keolahragaan (Sea Games, O2SN, PON), Lomba Seni (Drama, menyanyi, pertunjukan),

lomba catur, menghafal kitab suci, Pidato Bahasa Inggris, Magang atau PKL.

Pada pengembangan potensi non akademis, sekolah harus mampu mempertimbangkan berbagai bidang non akademis. Oleh karena itu, diperlukan strategi pelaksanaan yang dapat digunakan untuk pengoptimalan prestasi non akademis peserta didik. Peran guru bimbingan dalam mengembangkan prestasi non akademik siswa, dalam hal ini guru BK berperan aktif dalam mendukung dan memotivasi siswanya agar dapat mencapai target yang diinginkan. Prestasi non akademik sangat berperan penting untuk menunjang karir dan mengembangkan potensi yang dimiliki siswa (Valentino, 2017). Namun yang menjadi faktor utamanya adalah siswa terkadang tidak dapat memperlihatkan keunggulannya, lantaran belum cukup termotivasi apa yang menjadi keinginannya tersebut. Disamping itu, permasalahan yang sering dihadapi oleh peserta didik dalam menorehkan prestasi non akademik biasanya seperti kesulitan mengatur antara jadwal belajar dengan jadwal latihan, kurangnya semangat untuk mengikuti pembelajaran di sekolah, sering mengerjakan tugas rumah di sekolah. Hal ini dikarenakan adanya intensitas latihan yang berlebih dan berbeda pada siswa pada umumnya yang bertujuan untuk menunjang peningkatan prestasinya. Pentingnya keseimbangan jadwal latihan dan jadwal belajar karena disamping siswa tersebut berprestasi non akademik harus bertanggung jawab penuh pada prestasi akademik kognitif di sekolah.

Oleh karena itu, peneliti menekankan pada aspek bahwasanya sekolah harus dapat membantu peserta didik agar dapat mengembangkan bakat dan minat melalui guru bimbingan dan konseling agar selalu bisa memberikan

arahan dan bimbingan kepada siswanya yang memiliki prestasi non akademik, agar masalah dan hambatan yang terjadi bisa diminimalisir sehingga pembelajaran berjalan dengan baik sesuai dengan tujuan yang diharapkan. Selain itu dapat menjadikan peserta didik siap untuk menghadapi kehidupan ke depan dengan bekal potensi bakat minat yang dimiliki.

Sehubungan dengan prestasi non akademik, salah satu pendekatan yang dapat digunakan untuk membantu meningkatkan prestasi non akademik pada siswa adalah *Solution Focused Brief Therapy (SFBT)* atau konseling singkat berfokus solusi. Khoirotul (2019) mendefinisikan bahwa Konseling singkat berfokus solusi adalah sebagai salah satu bentuk pendekatan yang efektif dan efisien karena memerlukan waktu yang singkat dalam penerapannya. Pendekatan ini sangat membantu konseli untuk menemukan solusi untuk memecahkan suatu permasalahan karena pikiran konseli akan dibimbing untuk fokus pada solusi sehingga mengesampingkan masalah. Sedangkan Pratini dan Afifah (2018) menjelaskan bahwa Pendekatan SFBT dapat digunakan untuk memecahkan masalah-masalah seperti meningkatkan pengelolaan diri, mengurangi gairah remaja, membantu orang-orang yang sedang mencari jati diri. Selanjutnya konselor membantu konseli membedakan mana yang menjadi masalah dan mana yang bukan. Konselor memberikan pandangan yang berbeda dan baru memandang masalahnya. Dilanjutkan dengan konselor membantu konseli mengidentifikasi potensi, dan sumber daya internal yang dimiliki konseli untuk mencapai tujuan yang telah diidentifikasi selama sesi konseling berlangsung.

Konseling singkat berfokus solusi mendorong, menantang, dan menetapkan ekspektasi untuk perubahan. Konseling kemudian termotivasi untuk menerapkan apa yang dipelajarinya dan menggunakan kekuatan internalnya sendiri untuk memecahkan masalahnya. Untuk mencapai tujuan

ini, konselor ditugaskan untuk menetapkan dasar bagaimana perubahan akan terjadi baik selama sesi maupun antar sesi. Proses perubahan tidak terjadi. Sebaliknya, ini terjadi dalam serangkaian tahapan yang dinavigasi oleh konseling. Peranan konselor tugas inti bagi konselor dalam konseling singkat berfokus solusi (SFBC) untuk belajar bagaimana mengidentifikasi masalah secara cepat dan sistematis, menciptakan hubungan kolaboratif dengan konseli, dan melakukan intervensi dengan berbagai metode spesifik. Konselor singkat berfokus solusi mengidentifikasi dan memperkuat perubahan yang terjadi pada konseli. Sebagaimana dijelaskan bawasannya konseli memiliki potensi dalam menyelesaikan masalahnya, namun konseli berperan untuk memandu proses perubahan tersebut. Tanggung jawab konselor yakni menciptakan lingkungan yang kondusif untuk perubahan dengan membantu konseli menentukan masalah yang menjadi fokusnya dan bagaimana perubahan harus terjadi (Bhakti, 2015). Secara direktif, konselor singkat berfokus solusi memimpin konseli melalui proses identifikasi apa yang telah berhasil, memberi label, dan memastikan bahwa hal tersebut memiliki kemungkinan tinggi untuk terjadi lebih intensif dengan mendorong dan memuji keberhasilan dan pencapaiannya.

Konseling singkat berfokus solusi digunakan untuk meningkatkan prestasi non akademik karena mengingat prestasi non akademik yang diperoleh dari kegiatan non akademik seperti bola voli berfokus pada kegiatan di lapangan yang mana mengharuskan siswa untuk bisa beradaptasi dengan teman lainnya di luar kelas. Maka dari itu, bagi siswa terutama yang introvert akan merasa mengalami kesulitan untuk beradaptasi sehingga dengan kegiatan konseling singkat berfokus solusi dapat membantu siswa

tersebut mengatasi permasalahan yang sedang dialaminya. Selain itu prestasi non akademik juga sangatlah penting bagi siswa karena jika hanya pembelajaran akademik saja itu tidak akan cukup untuk menunjang masa depan siswa, misalnya di pembelajaran non akademik siswa akan bisa belajar bersosialisasi, bisa mengembangkan kreativitas dan bakatnya sesuai kemauan siswa. Selain itu juga di pembelajaran non akademik siswa bisa mendapat teman teman baru, melatih kemampuan untuk membagi waktu dan kemampuan, serta dapat melatih kemampuan bekerja sama. Maka dari itu prestasi non akademik sangatlah diperlukan.

Melalui konseling singkat berfokus solusi diharapkan siswa yang memiliki partisipasi pada kegiatan non akademik dan bahkan prestasi non akademik rendah, mereka akan mempunyai kemampuan untuk manajemen waktu dengan baik dan seimbang antara kegiatan akademik dan non akademik. Selain itu, ketika siswa mampu untuk berprestasi pada kegiatan non akademik dapat menjadikannya lebih berani untuk selalu bermimpinyang tinggi, memiliki ambisi untuk menang, selalu berusaha keluar dari zona nyaman agar dapat melatih diri untuk menjadi lebih baik, dan selalu memberi yang terbaik dalam setiap kesempatan.

Dengan demikian, pada ruang lingkup kegiatan ilmiah perlu untuk adanya suatu penelitian yang dapat menguji terkait efektivitas konseling singkat berfokus solusi untuk meningkatkan prestasi non akademik siswaSMAN 1 Gondang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan paparan latar belakang diatas, maka peneliti menetapkan rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu :

1. Bagaimana tingkat prestasi non akademik siswa SMAN 1 Gondang?
2. Bagaimana efektifitas konseling singkat berfokus solusi untuk meningkatkan prestasi non akademik siswa SMAN 1 Gondang?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan paparan latar belakang diatas, maka peneliti menetapkan tujuan dalam penelitian ini yaitu :

1. Untuk mengetahui tingkat prestasi non akademik siswa SMAN 1 Gondang
2. Untuk mengetahui seberapa efektifitas konseling singkat berfokus solusi untuk meningkatkan prestasi non akademik siswa SMAN 1 Gondang

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat akademik

Manfaat akademik dalam penelitian ini adalah dapat digunakan sebagai acuan referensi bagi peneliti selanjutnya yang nantinya menggunakan konsep dan dasar penelitian yang sama, yaitu mengenai keefektifan konseling singkat berfokus solusi untuk meningkatkan prestasi non akademik siswa.

2. Manfaat Praktis

Adapun manfaat praktis dalam penelitian ini yaitu dapat diharapkan menggunakan hasil penelitian ini sebagai referensi dalam meningkatkan prestasi non akademik siswa.

E. Asumsi dan Batasan Penelitian

1. Asumsi

Konseling singkat berfokus solusi dapat mendorong, menantang, dan menetapkan ekspektasi untuk perubahan konseli. Sehingga, dengan adanya penerapan. Pendekatan ini sangat membantu untuk meningkatkan prestasi non akademik siswa SMAN 1 Gondang.

2. Batasan Penelitian

a. Ruang Lingkup Objek Penelitian

Ruang lingkup objek peneliti ini merupakan konseling singkat berfokus solusi untuk meningkatkan prestasi non akademik siswa SMAN 1 Gondang.

b. Ruang Lingkup Subjek Penelitian

Subjek peneliti ini merupakan Siswa di SMAN 1 Gondang Kecamatan Gondang Kabupaten Tulungagung.

c. Ruang Lingkup Tempat Dan Waktu

Tempat peneliti ini merupakan di SMAN 1 Gondang Kecamatan Gondang Kabupaten Tulungagung.

F. Definisi Operasional

1. Konseling Singkat Berfokus Solusi (SFBC)

Koseling singkat berfokus solusi adalah sebagai salah satu bentuk pendekatan yang efektif dan efisien karena memerlukan waktu yang singkat dalam penerapannya. Pendekatan ini sangat membantu konseli dalam menemukan solusi untuk memecahkan suatu permasalahan karena pikiran konseli akan dibimbing untuk fokus pada solusi sehingga

mengesampingkan masalah. Prosedur pelaksanaan konseling singkat berfokus solusi untuk meningkatkan prestasi non akademik siswa di SMAN 1 Gondang terdiri dari (1) membangun rapport, (2) mengidentifikasi pola masalah dan menetapkan tujuan (goal setting), (3) mengeksplorasi potensi, (4) Pemanfaatan kekuatan konseli, (5) Penskalaandan pemberian pujian, dan (6) terminasi. Pada penelitian ini, aspek tatap muka dilakukan selama delapan kali pertemuan untuk melakukan konseling singkat berfokus solusi untuk meningkatkan prestasi non akademik siswa SMAN 1 Gondang.

2. Prestasi Non Akademik

Prestasi non akademik adalah prestasi atau kemampuan yang dicapai siswa dari kegiatan diluar jam atau dapat disebut dengan kegiatan ekstrakurikuler. Untuk mengembangkan prestasi non akademik, peneliti akan memaparkan terkait pengertian kegiatan ekstrakurikuler, untuk mengembangkan salah satu bidang pelajaran yang diminati oleh sekelompok siswa, misal olahraga, kesenian, berbagai macam keterampilan dan kepramukaan yang selenggarakan disekolah diluar jam pelajaran. Sehingga besar bentuk ekstrakurikuler cenderung mengutamakan gerak fisik dan meragakan perilaku sesuai Jenis kegiatan yang dilakukan. Harapannya jika kegiatan dilakukan secara berulang-ulang maka akan melekat menjadi pola perilaku peserta didik. Kegiatan ekstrakurikuler juga dapat menjadikan peserta didik memiliki ketrampilan non akademik dan menjadikan peserta didik berkembang sesuai dengan bidang ekstrakurikuler yang disenangi dan dapat melekat pada diri peserta

didik. Kemudian aspek tersebut yaitu : (1) Potensi Siswa, meliputi bakat dan minatnya (2) Motivasi siswa, dorongan semangat yang ada pada diri siswa (3) Aspek internal meliputi jasmani dan kondisinya (4) Aspek Eksternal berasal dari orang tua, sekolah, dan pergaulan. Instrument penelitian ini tentang seberapa penting prestasi non akademik siswa, yang akan diukur menggunakan hasil angket. Angket ini menggunakan skala Likert dengan 4 pilihan jawaban yang terdiri dari sangat setuju (SS), setuju (S), kurang setuju (KS) dan tidak setuju (TS).

3. Siswa

Siswa merupakan individu yang berusia 15-18 tahun yang berada di SMAN 1 Gondang, Kecamatan Gondang, Kabupaten Tulungagung sebanyak 32 siswa. Dimana pada masa ini siswa mengalami perkembangan yang optimal dan mulai menginjak masa pertengahan remaja.