

## Penerapan *Trait and Factor* untuk Meningkatkan Konsentrasi Belajar Daring Kelas XI SMK N 3 Kudus

Nafi' Dyah Ristanti<sup>1</sup>, Arista Kiswanto<sup>2</sup>, Sumarwiyah<sup>3</sup>

Bimbingan dan Konseling, FKIP, Universitas Muria Kudus

Email: [nafidyahristanti@gmail.com](mailto:nafidyahristanti@gmail.com)<sup>1</sup>, [arista.kiswanto@umk.ac.id](mailto:arista.kiswanto@umk.ac.id)<sup>2</sup>, [sumarwiyah@umk.ac.id](mailto:sumarwiyah@umk.ac.id)<sup>3</sup>

### Info Artikel

#### Keyword:

*Trait and Factor*

*Counseling*

*Learning*

*Concentration*

*Online*

*Learning*

### Abstract

This research was motivated by the problem of low learning concentration during online learning in class XI APHP 1 SMK N 3 Kudus which resulted in disruption of the online learning process. The objectives to be achieved in this research are: 1. Finding factors that can affect low learning concentration during online learning in class XI students of SMK N 3 Kudus, 2. Increasing learning concentration during online learning. Trait and Factor Counseling is a trait or trait referring to individual characteristics that can be measured such as the ability, talent, character, traits that cause something to happen. This research uses a case study qualitative research approach. The case study steps are: case data collection, case identification, analysis, diagnosis, prognosis, treatment, and follow-up. Data collection was done by interview, observation, and documentation. Based on the research results, trait and factor counseling can help students improve concentration in online learning.

### Pendahuluan

Dalam bidang pendidikan ini kegiatan pembelajaran di sekolah yang awalnya tatap muka beralih menjadi pembelajaran daring. Kegiatan pembelajaran daring ini menjadi tantangan tersendiri bagi guru, siswa maupun orang tua. Guru harus bisa memberikan suatu pengajaran yang berbeda dibanding biasanya karena ia harus bisa memberikan pembelajaran yang menarik dan menyenangkan bagi siswa dengan menggunakan aplikasi pembelajaran seperti google classroom, microsoft team, dan whatsapp grup, sehingga diharapkan siswa dapat menerima dan menguasai pembelajaran dengan baik. Bagi orang tua dituntut untuk mampu menjadi guru bagi anak-anaknya, dan ini bukanlah hal yang mudah bagi mereka. Karena harus kembali belajar tentang materi pelajaran yang ditengah dipelajari oleh anak. Di tambah lagi dengan tingkat pendidikan orang tua yang kurang dan keterbatasan akses informasi menjadi kendala tersendiri dalam membimbing anaknya (Usman Wakimin: 2020).

Tiarasari (2012 :16) menyatakan bahwa tujuan dari konseling *Trait and Factor*, yaitu:

1. Membantu individu mencapai perkembangan
2. Membantu individu memperoleh kemajuan memahami dan mengelola diri dengan cara menilai kekuatan dan kelemahan diri



3. Membantu individu memperbaiki kekurangan, ketidakmampuan, keterbatasan diri, pertumbuhan, dan integrasi kepribadian

Menurut Williamson (dalam Lutfi Fauzan dan Bisri, 1994: 123 – 125), ada 5 hal pokok mengenai manusia, yaitu manusia membawa potensi baik dan buruk, manusia berkembang ditengah masyarakat, manusia ingin kehidupan yang baik, manusia dihadapan banyak pilihan, hubungan manusia berkaitan dengan konsep alam, Manusia adalah individu yang unik, Manusia mempunyai sifat umum, Manusia bukan penerima pasif pembawaan dan lingkungan.

Menurut Alwisol (2009), trait dibagi menjadi beberapa sifat, yaitu

1. *Common Trait* (Sifat Umum) dan *Unique Trait* (Sifat Khusus)
2. *Surface Trait* (sifat yang tampak) dan *Source Trait* (Sifat asal)

Ekspresi sifat (*trait*) dibagi menjadi 3 menurut Alwisol (2009), yaitu :

1. *Dinamic Traits* (sifat-sifat dinamis)
2. *Ability Traits* (sifat-sifat kemampuan)
3. *Temperament Traits* (sifat-sifat temperamen)

Sikap yang harus dimiliki oleh konselor, sebagai berikut:

1. Konselor bisa menempatkan diri sebagai guru bagi klien
2. Konselor dapat melaksanakan proses konseling secara fleksibel
3. Konselor dapat menerapkan strategi perubahan tingkah laku beserta teknik-tekniknya

Peran yang dapat dilakukan konselor dalam konseling, sebagai berikut:

1. Memberi tahu klien tentang kemampuannya melalui testing dan angket.
2. Konselor secara aktif mempengaruhi perkembangan klien
3. Membantu mencari sebab masalah melalui diagnosis eksternal

Menurut Williamson (dalam Kukuh Jumi Adi, 2013: 44–45), peranan konselor dalam konseling *Trait and Factor*, yaitu:

1. Mempengaruhi klien
2. Memberi Informasi

Teknik–teknik konseling *Trait and Factor* yang dikemukakan oleh Williamson (dalam Lutfi Fauzan dan Bisri, 1994: 145–146) ada lima macam yaitu ;

1. *Establishing rapport* (menciptakan hubungan baru)
2. *Cultivating self-understanding* (mempertajam pemahaman diri)
3. *Advising or planning a program of action* (memberi nasehat atau membantu merencanakan program tindakan)
4. *Carrying out the plan* (melaksanakan rencana)
5. *Referral* (alih tangan)

Konseling *Trait and Factor* memiliki enam tahap dalam proses konseling, yaitu:

1. Analisis
2. Sintesis
3. Diagnosis

4. Prognosis
5. Konseling (*Treatment*)
6. *Follow-Up* (Tindak lanjut)

Menurut Aunurrahman (2014: 180), konsentrasi belajar adalah salah satu aspek psikologis yang tidak mudah untuk diketahui oleh orang lain selain diri individu yang sedang belajar. Hal ini disebabkan apa yang terlihat melalui aktivitas seseorang belum tentu sejalan dengan apa yang sesungguhnya sedang individu tersebut pikirkan. Peserta didik yang mampu berkonsentrasi saat proses belajar mengajar berlangsung ialah peserta didik yang dalam keadaan sedang memperhatikan. Namun, tidak semua peserta didik melakukan hal itu dengan baik. Sering munculnya *off task behavior* di dalam kelas yang menghambat kegiatan belajar peserta didik, yaitu perilaku yang muncul selama mengikuti proses pembelajaran tetapi tidak mendukung kegiatan belajar. Seperti tidak semangat mengerjakan tugas, bicara sendiri selama mengikuti pelajaran, menulis atau menggambar yang tidak relevan pelajaran yang diikuti, melamun ketika mengikuti pembelajaran, dan lain-lain.

Menurut penelitian Diana Aprilia dkk (2014), indikator konsentrasi belajar, yaitu:

1. Perilaku kognitif, ditandai:
  - a. Kesiapan pengetahuan yang dapat segera muncul bila diperlukan.
  - b. Komprehensif dalam penafsiran informasi.
  - c. Mengaplikasikan pengetahuan yang diperoleh.
2. Perilaku afektif, ditandai dengan:
  - a. Perhatian pada materi pelajaran.
  - b. Merespon bahan yang diajarkan.
  - c. Mengemukakan suatu ide.
3. Perilaku psikomotor, ditandai:
  - a. Adanya gerakan anggota badan yang tepat atau sesuai dengan petunjuk guru.
  - b. Komunikasi non verbal

Faktor penyebab konsentrasi belajar ada 2, yaitu faktor pendukung dan faktor penghambat konsentrasi belajar.

#### 1. Faktor Pendukung Konsentrasi Belajar

Menurut Hakim dalam Setiani (2014:21), faktor pendukung terjadinya konsentrasi belajar terdiri dari dua faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal terdiri dari faktor jasmaniah dan rohaniah. Faktor eksternalnya berasal dari lingkungan individu.

#### 2. Faktor penghambat konsentrasi belajar

Beberapa gangguan konsentrasi yang dapat menyebabkan siswa kehilangan konsentrasi belajar, yaitu:

- a. Suasana lingkungan belajar yang tidak kondusif
- b. Kondisi kesehatan siswa
- c. Siswa merasa jenuh

Dalam instansi pendidikan, Kemendikbud menginstruksikan untuk melaksanakan kegiatan belajar mengajar secara *online* atau yang dikenal dengan

istilah belajar di rumah yang tujuannya untuk memutus rantai penyebaran covid-19. Pembelajaran daring adalah suatu sistem pembelajaran yang dapat digunakan sebagai sarana untuk proses belajar mengajar yang dilaksanakan tanpa harus bertatap muka secara langsung antara guru dengan siswa (Andriansyah, 2013).

Rusman (2012: 317-318) pembelajaran daring memiliki karakteristik, sebagai berikut:

1. Memanfaatkan jasa teknologi elektronika agar dapat berkomunikasi dengan mudah
2. Memanfaatkan keunggulan komputer (digital media dan *computer networks*)

Menurut Anugrahana (2020), hambatan pembelajaran daring, yaitu:

1. Ada beberapa anak yang tidak memiliki gawai.
2. Memiliki gawai tetapi terkendala fasilitas gawai dan koneksi internet
3. Keterbatasan koneksi internet, beberapa siswa tidak mempunyai gawai dan jaringan internet tidak baik.

Muslimah (2020) menjelaskan langkah dalam pembelajaran daring yang dapat dilakukan oleh guru yaitu :

1. Guru menyiapkan pembelajaran via daring melalui (*Whatsapp* dan/ atau *Google Classroom*);
2. Guru mengundang peserta didik untuk bergabung
3. Guru melakukan absensi
4. Guru menyampaikan dan menjelaskan materi pembelajaran melalui *Whatsapp* dan *google classroom*;
5. Guru mengirimkan bahan ajar pada peserta didik;
6. Guru memberikan tugas harian
7. Guru memberikan evaluasi dan penjelasan materi yang belum dipahami

### Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kualitatif studi kasus. Menurut Rahardjo dan Gudnanto (2013: 252) langkah – langkah pokok yang perlu dilakukan dalam penelitian studi kasus yaitu:

1. Pengumpulan data kasus atau masalah,
2. Identifikasi kasus,
3. Analisis atau diagnosis,
4. Prognosis,
5. Pemberian *treatment* atau bantuan
6. *Follow-up* atau tindak lanjut

Dalam hal ini data diambil dari guru bk, wali kelas, dan konseli itu sendiri. Subyek penelitian yaitu 2 siswa kelas XI APHP 1. Peneliti menggunakan teknik pengumpulan data wawancara, observasi, dan dokumentasi.

### Hasil dan Pembahasan

Konseli DU adalah anak yang ramah, mudah bersosialisasi, dan aktif dalam berorganisasi. Konseli merasa kurang memiliki pemahaman dalam pembelajaran daring. Banyaknya tugas daring dari guru tanpa ada penjelasan membuat konseli kesulitan mengerjakan tugas. Dalam pembelajaran daring sinyal tidak selalu lancar, sehingga konseli DU kesulitan untuk mengikuti pembelajaran, terkadang kuota habis menjadi hambatan dalam mengerjakan tugas. Hal tersebut menjadi penyebab kurangnya berkonsentrasi dalam pembelajaran daring. Konseling individu yang dilakukan sebanyak 3 kali dengan pendekatan trait and factor dapat membantu siswa untuk lebih berkonsentrasi selama pembelajaran daring.

Konseli KA memiliki masalah konsentrasi belajar selama daring, fisik yang lemah seperti dada sesak ketika berada di lingkungan bising dan ramai menjadi hambatan dalam mengikuti pembelajaran. Konseli merasa kurang kasih sayang orangtua dan kurang memiliki teman. Faktor eksternal konseli KA, yaitu sering mengalami koneksi jaringan buruk sehingga menyebabkan konsentrasinya terganggu. Konseli KA yang berasal dari keluarga broken home yang mengakibatkan konseli kehilangan figur seorang ayah yang sangat ia harapkan. Hal ini menyebabkan konseli selama pembelajaran daring kurang bisa berkonsentrasi dalam pembelajaran daring. Konseling individu yang dilaksanakan 3 kali pada konseli KA dapat membantu untuk lebih berkonsentrasi pada pelajaran.

### Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan diatas, dapat disimpulkan bahwa:

1. Konseli I DU

Faktor Internal yang memengaruhi, yaitu Kurangnya pemahaman akan pembelajaran daring. Sedangkan faktor eksternal Koneksi jaringan buruk dan kuota habis.

2. Konseli II KA

Faktor Internal yang mempengaruhi konseli KA, yaitu fisik yang lemah. Sedangkan Faktor eksternalnya, yaitu koneksi jaringan buruk dan berasal dari keluarga broken home.

Penerapan konseling trait and factor dapat meningkatkan konsentrasi konseli dalam pembelajaran daring. Pertemuan konseling yang dilaksanakan sebanyak tiga kali telah membuat konseli dapat meningkatkan konsentrasi konseli pembelajaran daring.

### Daftar Pustaka

Alwisol. 2009. *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Press

Andriansyah, Ivan. 2013. *Eksplorasi Pola Komunikasi dalam Diskusi Menggunakan Moodle pada Perkuliahan Simulasi Pembelajaran Kimia*. Thesis (tidak diterbitkan). Jakarta: Universitas Pendidikan Indonesia.

- Anugrahana, Andri. 2020. Hambatan, Solusi dan Harapan: Pembelajaran Daring Selama Masa Pandemi Covid-19 oleh Guru Sekolah Dasar. *Scholaria: Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 10 (3). Salatiga: Universitas Kristen Satya Wacana.
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Danim, Sudarwan. 2002. *Menjadi Peneliti Kualitatif*. Bandung: Pustaka Setia.
- Aprilia, Diana, dkk. 2014. Penerapan Konseling Kognitif Dengan Teknik Pembuatan Kontrak (Contingency Contracting) Untuk Meningkatkan Konsentrasi Belajar Siswa Kelas X TKR 1 SMK NEGERI 3 SINGARAJA. Diakses 15 Agustus 2021 dari <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JIBK/article/view/3940>.
- Fauzan, Lutfi dan M Bisri. 1994. *Konseling Trait and Factor*. Malang: Institut Keguruan dan Ilmu Pendidikan Malang.
- Gilbert & Jones, M. G. 2001. E-learning is E-Normous. *Electric Perspectives*, 26 (3).
- Hadi, Sutrisno. 2000. *Metodologi Research Jilid I*. Yogyakarta: Andi Offset.
- [Ristian, Trias, dkk. 2020. Studi Literature: Pendekatan Teori Trait and Factor Dalam Pengambilan Keputusan Karir Siswa SMA. Diakses tanggal 24 Februari 2021 dari https://www.google.co.id/url?q=https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JIBK/article/download/27334/16405&sa=U&ved=2ahUKEwi-7ujy-9vvAhU273MBHS7jBT8QFjABegQICxAB&usq=AOvVaw0eykxX6hQrorqVbK2vcNIO](https://www.google.co.id/url?q=https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JIBK/article/download/27334/16405&sa=U&ved=2ahUKEwi-7ujy-9vvAhU273MBHS7jBT8QFjABegQICxAB&usq=AOvVaw0eykxX6hQrorqVbK2vcNIO)
- Jumi Adi, Kuku. 2013. *Esensial Konseling*. Yogyakarta: Garudhawaca.
- Kasiram, Moh. 2006. *Metodologi Penelitian Refleksi Pengembangan Pemahaman dan Penguasaan Metodologi Penelitian*. Malang: UIN Maliki Press.
- Mahmud. 2011. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Pustaka Setia.
- Mustofa, Mokhammad Ikliil, Chodzirin, Muhammad, dan Sayekti, Lina. 2019. Formulasi Model Perkuliahan Daring sebagai Upaya Menekan Disparitas Kualitas Perguruan Tinggi (Studi terhadap Website pditt.belajar.kemdikbud.go.id) *Walisongo Journal of Information Technology*, 1 (2). Semarang: Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.
- Poerwandari, E.K. 2005. *Pendekatan Kualitatif untuk Penelitian Perilaku Manusia (Edisi Ketiga)*. Depok: LPSP 3 Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.
- Rachman. 2010. Teori Konsentrasi Belajar. Diakses dari <http://repository.upi/s tb 055186 bab ii.pdf/>. Pada tanggal 23 Agustus 2021
- Rahardjo, Susilo dan Gudnanto. 2012. *Pemahaman Individu Teknik Non Tes Edisi Revisi*, UMK: Dita Kurnia.
- Rahardjo, Susilo dan Gudnanto. 2013. *Pemahaman Individu Teknik Nontes (Edisi Revisi)*. Jakarta: Kencana Prenadamedia Group.
- Rahayu, lin Tri dan Ardani, Tristiadi Ardi. 2004. *Observasi dan Wawancara*. Malang: Bayumedia Publishing.

---

[Ristian, Trias,dkk. 2020. Studi Literature: Pendekatan Teori Trait and Factor Dalam Pengambilan Keputusan Karir Siswa SMA. Diakses](#)

- Rusman. 2012. *Belajar dan Pembelajaran Berbasis Komputer*. Bandung: Alfabeta.
- Sarwono, Jonathan. 2012. *Metode Riset Skripsi Pendekatan Kuantitatif (Menggunakan Prosedur SPPS): Tuntunan Praktis dalam Menyusun Skripsi*. Jakarta: PT. Elex Media Komputindo.
- Setyani, Mutia Rahma & Ismah. 2018. *Analisis Tingkat Konsentrasi Belajar Siswa Dalam Proses Pembelajaran Matematika Di Tinjau dari Hasil Belajar*. Di akses tanggal 24 Februari 2021, dari [https://www.google.co.id/url?q=https://journal.uhamka.ac.id/index.php/senamku/article/download/2653/777/&sa=U&ved=2ahUKEwjQmO6KulLvAhVV73MBHV6IDIYQFjAAegQICRAB&usg=AOvVaw37UyEBqmqmPnpPd-WN\\_odla](https://www.google.co.id/url?q=https://journal.uhamka.ac.id/index.php/senamku/article/download/2653/777/&sa=U&ved=2ahUKEwjQmO6KulLvAhVV73MBHV6IDIYQFjAAegQICRAB&usg=AOvVaw37UyEBqmqmPnpPd-WN_odla)
- Sugiharto, D. (2006). *Pendekatan Konseling Trait and Factor*. Semarang.
- Sugiyono. 2011. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- [Sugiyono. 2012. Metode Penelitian Pendidikan \(Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D\). Bandung : Alfabeta](#)
- [Sukardi. 2008. Metodologi Penelitian Pendidikan: Kompetensi dan Praktiknya. Jakarta: Bumi Aksara.](#)
- Sukmadinata, Nana Syaodih. 2005. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: PT. Rosdakarya.
- Utami, Yuliza Putri dan Cahyono, Derius Alan Dheri. 2020. Study at Home: Analisis Kesulitan Belajar Matematika pada Proses Pembelajaran Daring. *Jurnal Ilmiah Matematika Realistik*, 1 (1). Bandar Lampung: Universitas Teknokrat Indonesia.
- Wakimin, Usman. 2020. *Merancang Strategi Pembelajaran di Masa Pandemi Covid-19 Esai dan Opini Pilihan Guru Hidayatullah se-Jawa Tengah*. Grobogan: CV. Hanum Publisher.
- Walgito, Bimo. 2005. *Bimbingan dan Konseling (Studi & Karir) Edisi Revisi*. Yogyakarta: CV Andi Offset.