

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pelaksanaan bimbingan dan konseling di lingkungan sekolah dilaksanakan agar dapat membantu pertumbuhan siswa dalam mengembangkan potensi mereka maupun mencapai perkembangan yang optimal. Proses untuk membangun kompetensi siswa dalam kehidupan memerlukan sistem layanan pendidikan yang komprehensif, sehingga guru BK serta guru mata pelajaran memiliki peranan penting dalam kerja sama menciptakan lingkungan belajar yang nyaman untuk siswa (Amailah et al., 2019). Proses pendidikan di kelas dapat berjalan dengan baik jika ada interaksi yang positif antara siswa dan guru untuk mencapai suatu tujuan yang telah ditetapkan. Partisipasi siswa di dalam kelas dapat menjadi indikator konsentrasi mereka dalam proses belajar. Siswa yang mampu berkonsentrasi dalam pembelajaran biasanya ditandai dengan karakteristik seperti kesiapan, motivasi, kebutuhan, rasa ingin tahu, serta inisiatif untuk belajar secara aktif.

Menurut Rikawati & Sitinjak (2020), terdapat beberapa indikator yang menunjukkan keaktifan siswa dalam kelas, yaitu: 1) Mengikuti pelajaran dengan semangat; 2) Mempunyai keberanian untuk menjawab pertanyaan; 3) Aktif dalam berdiskusi dengan teman-teman; 4) Berusaha untuk menyelesaikan masalah yang ada; dan 5) Berani mengungkapkan pemahamannya di depan

kelas. Namun, tidak semua usaha yang dilaksanakan oleh guru dalam proses pembelajaran dapat berjalan sesuai dengan strategi yang sudah ditetapkan, seperti banyaknya siswa yang mengalami kesulitan mengikuti pelajaran di kelas disebabkan rendahnya konsentrasi serta ketidakperhatian saat guru mengajar. Konsentrasi saat belajar merupakan kemampuan untuk mengarahkan seluruh fokus dan aktivitas pada proses pendidikan (Anggeriani & Ain, 2024). Konsentrasi merupakan bagian dari proses kognitif yang meliputi perhatian, memori, dan kemampuan memproses informasi. Piaget mengemukakan bahwa pertumbuhan kognitif memiliki dampak yang signifikan pada proses pengolahan informasi selama belajar. Ia juga menyatakan bahwa pemikiran dalam aktivitas mental lebih penting daripada sekadar pemahaman. Seiring bertambahnya usia seseorang, pola jaringan saraf semakin kompleks dan kemampuan kognitif juga berkembang pesat.

Proses pengolahan informasi yang terjadi di otak lebih jelas dijabarkan oleh Wilcox, MacMaster, dan Makarenko (2023) dalam buku "Cognitive Neuroscience Foundations for School Psychologists." Dari perspektif kognitif dan neurosains, perhatian bukan hanya sekadar perilaku, tetapi merupakan hasil dari interaksi kompleks berbagai fungsi eksekutif dalam otak, seperti atensi, inhibisi, dan metakognisi yang menjadi fondasi untuk mengembangkan konsentrasi. Fungsi-fungsi ini diatur oleh area otak yang dikenal sebagai prefrontal cortex, terutama bagian dorsolateral dan anterior cingulate. Prefrontal cortex berperan sebagai pengendali utama dalam pemilihan informasi yang relevan, menahan dorongan untuk beralih ke rangsangan yang kurang penting, serta mengevaluasi efektivitas strategi belajar yang diterapkan. Ketika fungsi

area otak ini terpengaruh oleh faktor biologis, psikologis, atau lingkungan, kemampuan untuk berkonsentrasi dapat menurun. Hal ini menjelaskan mengapa siswa yang mengalami masalah perhatian, stres, atau kondisi lingkungan yang tidak mendukung sering kali kesulitan untuk menjaga konsentrasi dalam kegiatan belajar.

Fokus dalam proses belajar merupakan sebuah kemampuan untuk mengarahkan seluruh pikiran dan tindakan, sehingga siswa dapat memahami suatu konsep. Ketika berada dalam kegiatan belajar di kelas, siswa sering kali merasa terganggu oleh beberapa faktor (suara) baik dari dalam maupun luar ruang yang dapat menurunkan fokus belajar mereka. Selama sesi belajar, seringkali tanpa disadari, pikiran tentang masalah masa lalu dan keinginan lain dapat mengalihkan perhatian dari kegiatan belajar. Selain itu, faktor lingkungan seperti kelas yang padat, cuaca panas, dan kebisingan dari luar juga sering menjadi penyebab penghalang konsentrasi bagi siswa.

Siswa kerap mengalami tantangan dalam fokus belajar, terutama saat menghadapi mata pelajaran yang dianggap sulit. Ketika siswa terpaksa mempelajari materi yang kurang mereka sukai, mereka akan semakin kesulitan untuk mempertahankan konsentrasi. Jika siswa mengalami level konsentrasi yang rendah, maka mutu pembelajaran mereka pun akan menurun. Hal ini menyebabkan proses belajar menjadi kurang efektif dan pemahaman siswa terhadap materi juga berkurang. Penurunan yang terjadi dalam konsentrasi belajar ini tidak hanya terlihat dari kurangnya partisipasi aktif di kelas atau kesulitan untuk tetap fokus, tetapi juga dapat diamati jelas dari menurunnya kemampuan akademik dasar mereka. Sebuah studi yang dilakukan oleh Pusat

Asesmen dan Pembelajaran Kemendikbudristek pada tahun 2023 menampilkan bahwa 62% siswa tingkat menengah mengalami kesulitan dalam menyusun paragraf yang baik, sementara 58% kesulitan saat menuangkan ide-ide mereka secara tertulis. Kemampuan ini sebenarnya merupakan keterampilan mendasar yang seharusnya sudah dikuasai sejak di tingkat sekolah dasar. Jika siswa SMP mengalami kesulitan dalam menyampaikan ide atau menulis dengan teratur, maka hal ini bisa menjadi indikasi masalah dalam konsentrasi dan perhatian yang mendukung proses berpikir mereka.

Hasil dari evaluasi diagnostik oleh SEAMEO QITEP pada tahun 2023 di 15 provinsi menunjukkan bahwa 67% siswa SMP mengalami kesulitan dalam menjelaskan fenomena ilmiah sederhana dan menganalisis informasi dalam grafik. Konsep dasar dalam bidang sains, seperti fotosintesis, sistem pencernaan, dan hukum Newton, yang seharusnya bisa dimengerti secara praktis dan kontekstual, masih menjadi hambatan signifikan. Ketidakmampuan untuk memahami informasi dasar ilmiah ini berkaitan erat dengan rendahnya kemampuan siswa dalam berfokus dan memberikan perhatian terhadap stimulasi belajar yang mereka hadapi. Dalam pandangan neurokognitif, berpikir logis, mengorganisir ide, dan memahami informasi ilmiah secara visual memerlukan stimulasi dari fungsi eksekutif otak, khususnya bagian prefrontal cortex, yang berhubungan langsung dengan fokus dan pengaturan perhatian.

Dari informasi yang telah diuraikan, jelas bahwa penurunan kemampuan akademik siswa dalam hal literasi maupun sains tidak hanya karena kurangnya

penguasaan materi, tetapi juga dipengaruhi oleh menurunnya kemampuan konsentrasi yang merupakan pondasi penting dalam seluruh proses belajar. Ada dua faktor utama yang menyebabkan kesulitan siswa dalam berkonsentrasi, yang mungkin bersumber dari faktor internal seperti kurangnya minat dan motivasi untuk belajar, beban pikiran, serta kondisi kesehatan dan psikologis mereka. Di samping itu, faktor eksternal juga berkontribusi, seperti lingkungan pembelajaran yang tidak mendukung, media ajar yang dianggap kurang menarik, dan pengaruh teman sebaya.

Siswa yang memiliki fokus belajar yang kuat menunjukkan performa otak yang sangat baik, terutama di area korteks prefrontal dan hippocampus. Korteks prefrontal bertanggung jawab untuk perencanaan, pengambilan keputusan, kontrol diri, perhatian fokus, dan pengambilan keputusan. Dalam perilakunya, siswa-siswa ini menunjukkan kemampuan dalam mengatasi gangguan serta secara aktif mengatur dan merencanakan langkah-langkah belajar mereka. Mereka juga mampu menetapkan tujuan belajar yang jelas dan menyesuaikan strategi ketika menghadapi rintangan (Hendrizar et al., 2025). Siswa yang fokus belajar tinggi umumnya berada pada tingkat penyelesaian masalah yang lebih tinggi, seperti tingkat 4 atau lebih, menurut kriteria penyelesaian masalah yang diidentifikasi oleh Greene (1987).

Menurut Inventori Tugas Perkembangan (ITP) yang dibuat oleh Sunaryo Kartadinata dkk, salah satu tugas perkembangan untuk siswa SMP adalah mencapai kematangan intelektual. Ini ditunjukkan dengan kemampuan untuk berpikir logis, memiliki rasa ingin tahu, bisa memecahkan masalah, dan membuat keputusan secara rasional. Namun, dari pembahasan keadaan ideal

siswa berkonsentrasi saat proses pembelajaran dan tugas perkembangan tersebut belum sepenuhnya terwujud di lapangan.

Berdasarkan hasil dari observasi dan wawancara yang dilakukan saat Program Asistensi Mengajar di SMP Negeri 1 Sukasada menunjukkan beberapa siswa menghadapi tantangan serius dalam menjaga konsentrasi saat belajar. Seperti mudah terganggu, sering melamun, kurang fokus saat guru menjelaskan, dan cepat merasa bosan. Keadaan ini menyebabkan siswa sulit memahami pelajaran, kurang terlibat dalam belajar, dan belum bisa mengembangkan kemampuan berpikir kritis serta menyelesaikan masalah dengan baik. Selain itu, kurangnya rasa percaya diri, dan kurangnya pengalaman belajar yang menarik juga berpengaruh pada perkembangan intelektual siswa. Akibatnya, kemampuan siswa untuk berpikir dengan rasional dan belajar secara mandiri belum berkembang sesuai dengan tahap perkembangan yang seharusnya. Menurut informasi yang diberikan oleh kepala sekolah kepada Dinas Pendidikan, Pemuda, dan Olahraga (Disdikpora) Kabupaten Buleleng, bahwa hasil *screening* awal bagi siswa yang belum bisa membaca di kelas VII, VIII, dan IX menghasilkan 8 orang siswa terindikasi kesulitan membaca 7 diantaranya didapatkan dari hasil rata-rata skor tes IQ adalah 55 dengan kategori disabilitas intelektual sedang. 6 orang siswa kesulitan dalam membaca beberapa kata dan memaknai sebuah kalimat serta 3 orang siswa kesulitan dalam mengenali huruf dan angka.

Selama masa observasi dan pelatihan bagi siswa yang mengalami kesulitan membaca, Siswa sering kali mengalami kesulitan untuk mengenali dan membedakan huruf yang bentuknya mirip, seperti huruf b dan d, p dan q, atau

m dan n. Beberapa siswa terkadang bingung saat membaca huruf yang bunyinya hampir sama, sehingga kata yang mereka baca tidak cocok dengan yang tertulis sebenarnya. Selain itu, siswa sering membaca dengan terbata-bata karena mereka butuh waktu lebih lama untuk mengenali huruf-huruf dan menghubungkannya dengan suara. Saat membaca, siswa sering kali mengabaikan huruf atau suku kata tertentu. Contohnya, kata “menangis” diucapkan sebagai “menagis”, atau kata “permainan” diucapkan sebagai “mainan”. Sering kali, siswa menambahkan kata, mengubah suara huruf, atau salah membaca suku kata, terutama pada kata-kata yang memiliki konsonan rangkap, atau melewati beberapa bagian kalimat saat membaca teks yang cukup panjang. Keadaan itu membuat bacaan jadi tidak lancar dan sulit dimengerti. Beberapa siswa bahkan perlu menyebutkan huruf satu per satu sebelum mereka bisa membaca sebuah kata secara keseluruhan. Kesulitan dalam membaca ini tidak hanya berhubungan dengan keterampilan teknis membaca, melainkan juga menjadi petunjuk awal adanya gangguan dalam proses berpikir secara umum, khususnya yang berhubungan dengan konsentrasi, pemrosesan informasi, dan pengaturan metode belajar.

Setelah melakukan wawancara dengan guru BK, terungkap bahwa siswa di kelas VII dan VIII tersebut mengalami tanda-tanda kesulitan dalam fokus saat pelajaran berlangsung. Hal ini terlihat dari tindakan seperti gampang terganggu, kesulitan dalam menyelesaikan tugas tanpa bantuan, serta kurangnya pemahaman menyeluruh terhadap materi meskipun telah dijelaskan beberapa kali. Dalam situasi pembelajaran di kelas, siswa sering kali terlihat tidak aktif,

menunjukkan kurangnya partisipasi, serta mengalami masalah dalam mengikuti proses belajar dari awal hingga akhir.

Siswa yang sulit berkonsentrasi saat belajar biasanya gampang teralihkan oleh suara, gerakan, atau hal-hal kecil di sekitarnya. Mereka sering berpikir jauh, tidak mendengarkan penjelasan dari guru, dan merasa kesulitan tetap fokus dalam jangka waktu yang lama. Dalam penelitian Curtis, K. dan Shaver, J.P. dalam Chauhan (2011) dijelaskan bahwa siswa yang lambat belajar cenderung memiliki rentang perhatian yang pendek dan tingkat konsentrasi yang rendah, sehingga mereka sulit mempertahankan fokus pada pembelajaran verbal dalam waktu lama. Selain itu, *Brain Balance Center* menyebutkan bahwa rentang konsentrasi ideal anak berkisar dua hingga tiga menit dikalikan usia mereka. Dengan demikian, anak usia 2 tahun mampu fokus selama 4–6 menit, usia 4 tahun selama 8–12 menit, usia 6 tahun selama 12–18 menit, dan usia 8 tahun sekitar 16–24 menit. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan konsentrasi anak berkembang sesuai usia dan kematangan fungsi otak, sehingga pembelajaran yang terlalu lama tanpa variasi metode dan stimulasi yang menarik dapat menyebabkan siswa kehilangan fokus belajar.

Dalam pandangan neurosains, kondisi ini berhubungan dengan kerja korteks prefrontal yang ada di lobus frontal. Bagian ini memiliki peran penting dalam mengatur perhatian, menjaga fokus, dan menghilangkan gangguan yang datang dari sekitar kita. Saat fungsi korteks prefrontal belum berkembang dengan baik atau terganggu karena stres dan kelelahan mental, kemampuan siswa untuk berkonsentrasi menjadi berkurang. Hal ini membuat siswa lebih mudah kehilangan fokus saat belajar. Ciri lain dari siswa yang memiliki

konsentrasi belajar rendah adalah siswa cepat lupa dengan materi yang baru saja dipelajari, sulit untuk mengingat arahan dari guru, dan perlu mengulang beberapa kali agar bisa memahami suatu materi. Ini berhubungan dengan peran *hippocampus* yang membantu dalam membuat dan menyimpan memori jangka panjang. Dalam belajar, informasi yang kita terima perlu diperhatikan terlebih dahulu sebelum bisa disimpan dalam ingatan. Saat perhatian siswa rendah, *hippocampus* tidak mampu berfungsi dengan baik, sehingga informasi sulit disimpan dengan baik dan siswa cepat lupa tentang materi yang dipelajari.

Selain itu, siswa yang memiliki konsentrasi belajar yang rendah sering kali memerlukan waktu lebih lama untuk mengerti penjelasan dari guru dan menghubungkan informasi yang baru dengan pengetahuan yang sudah mereka miliki sebelumnya. Kondisi ini berhubungan dengan peran *thalamus* sebagai pusat yang menerima dan menyaring informasi dari indra dalam otak. *Thalamus* memiliki tugas untuk mengirimkan informasi dari indra kita ke bagian lain dari otak agar bisa diproses lebih lanjut. Saat perhatian siswa teralihkan atau ada terlalu banyak rangsangan yang datang, proses penyaringan informasi menjadi tidak optimal, sehingga siswa terlihat lambat dalam memahami pelajaran. Selanjutnya pada siswa yang memiliki konsentrasi rendah sering kali merasakan ketakutan, kegugupan, kurangnya percaya diri, dan cepat panik saat belajar saat menghadapi tugas sekolah. Dalam neurosains, kondisi ini berhubungan dengan cara *amygdala* bekerja, yang memiliki peran penting dalam mengontrol emosi dan reaksi terhadap bahaya. Saat siswa merasakan tekanan atau kecemasan, *amygdala* akan aktif dan memicu pelepasan hormon stres seperti kortisol. Hormon ini bisa mengganggu fungsi korteks prefrontal dan *hippocampus*, yang

membuat siswa sulit untuk berpikir dengan jelas, sulit untuk berkonsentrasi, dan kesulitan dalam memahami materi pelajaran.

Karakteristik lainnya adalah siswa yang memiliki konsentrasi belajar yang rendah mengalami kesulitan dalam memahami instruksi yang diberikan secara lisan, merespons pertanyaan dengan lambat, dan juga kesulitan dalam mengungkapkan ide-ide mereka secara lisan. Ini berhubungan dengan peran *Area Wernicke* dan *Area Broca* di dalam otak. *Area Wernicke* berperan dalam memahami bahasa, sementara *Area Broca* berperan dalam menghasilkan bahasa dan berbicara. Jika kedua bagian ini tidak berfungsi dengan baik, siswa akan mengalami kesulitan dalam mengerti penjelasan dari guru dan juga dalam menyampaikan gagasannya selama proses belajar.

Terjadinya permasalahan ini, sekolah telah melaksanakan beberapa langkah untuk mendukung siswa mengatasi tantangan dalam konsentrasi dan pembelajaran. Ini termasuk menyediakan layanan bimbingan klasikal serta konseling baik secara individu maupun kelompok, yang diadakan oleh guru bimbingan dan konseling untuk membantu siswa yang menunjukkan tanda-tanda kesulitan dalam belajar, kurangnya fokus dalam kelas, serta motivasi yang menurun. Selain itu, sekolah juga memberikan program literasi tambahan, seperti literasi membaca dan menghitung. Namun berbagai usaha telah dilakukan, sekolah masih menghadapi tantangan yang cukup serius.

Salah satu masalah utama adalah waktu layanan konseling yang terbatas serta kurangnya model intervensi yang terencana dan spesifik untuk meningkatkan fokus belajar siswa sesuai dengan prinsip neurosains. Dalam

situasi ini, pelaksanaan dalam layanan bimbingan konseling memiliki peranan penting dalam mendukung siswa menghadapi kendala konsentrasi belajar. Dengan layanan yang terencana dan berdasarkan teori, guru bimbingan dan konseling dapat membantu siswa dalam mengidentifikasi faktor yang mengganggu fokus, membangun keterampilan metakognitif, serta melatih fungsi eksekutif yang berhubungan langsung dengan kemampuan berkonsentrasi. Oleh karena itu, pengembangan model konseling yang didasarkan pada neurosains menjadi pendekatan yang relevan dan inovatif untuk menggabungkan pemahaman tentang fungsi otak untuk meningkatkan konsentrasi belajar siswa.

Teori yang ditulis oleh Gabriel Wilcox, Frank B. McMaster, dan Erika Makarenko dalam buku *"Cognitive Neuroscience Foundations for School Psychologists: Brain-Behavior Relations in the Classroom"* adalah salah satu pendekatan yang dapat digunakan dalam model konseling berbasis neurosains dengan teknik *Visual imagery*. Teori ini menekankan pada pemahaman hubungan antara fungsi otak dan perilaku belajar siswa, dampak fungsi eksekutif pada konsentrasi, dan penerapan strategi berbasis neurosains untuk mendukung proses pembelajaran adaptif siswa di kelas. Pemahaman terhadap fungsi eksekutif pada konsentrasi pada siswa dapat membantu mereka dalam mengenali gaya belajar dan meningkatkan kemampuan konsentrasi mereka selama proses pembelajaran berlangsung.

Berbagai studi di bidang pendidikan dan layanan bimbingan telah menerapkan metode neurosains untuk menunjang kemampuan kognitif siswa dengan menggunakan berbagai strategi intervensi. Pertama, Teti Sumiati dan

Septi Gumindari (2022) memanfaatkan pendekatan neurosains dalam pembelajaran bagi siswa yang lambat belajar dan menemukan keefektifannya dalam merangsang fungsi *prefrontal cortex* dengan cara strategi pembelajaran yang menyenangkan. Kedua, Nafi'ah, dkk (2025) serta Muhammad Qori' Hasan, dkk (2022) melakukan penelitian mengenai dampak senam otak (*brain gym*) terhadap peningkatan fokus belajar. Mereka juga menunjukkan bahwa terjadi aktivasi simultan otak kiri dan kanan melalui gerakan-gerakan tertentu seperti PACE. Ketiga, Khilman Rofi Azmi (2018) mengungkapkan urgensi keterampilan mental dan fungsi dari *dorsolateral prefrontal cortex* serta *cingulate cortex* dalam konseling yang berfokus pada aspek kognitif. Keempat, Ismi Fatona (2023) mengeksplorasi penggunaan teknik *visual imagery* untuk mengurangi perilaku menyimpang pada remaja dan membuktikan efektivitas metode ini dalam meningkatkan pengendalian diri dan daya imajinasi dengan cara yang konstruktif.

Dari hasil penelitian terdahulu yang membahas mengenai keterkaitan neurosains dalam membantu peningkatan konsentrasi siswa, belum terdapat studi yang secara khusus menggabungkan teori neurosains kognitif dari Gabriel Wilcox, Frank B. McMaster, dan Erika Makarenko dengan teknik *visual imagery* dalam perancangan model layanan konseling yang ditujukan untuk meningkatkan konsentrasi belajar siswa SMP dalam konteks bimbingan konseling di sekolah reguler. Oleh karena itu, diperlukan kebutuhan melakukan model konseling yang secara sistematis menghubungkan prinsip-prinsip fungsi eksekutif otak dengan aktivitas visual mental yang terorganisir untuk menciptakan perhatian berkelanjutan pada siswa selama proses belajar.

Sudiarsana dkk, (2023) menjelaskan bahwa mengembangkan panduan konseling yang teratur dan terencana dapat membantu guru BK dalam memberikan layanan konseling dengan lebih baik, sehingga dapat meningkatkan konsentrasi belajar siswa. Berdasarkan penjelasan tersebut, peneliti mengembangkan panduan layanan model konseling berbasis neurosains teknik *visual imagery* pada teori yang dikembangkan oleh Gabriel Wilcox, Frank B. McMaster, dan Erika Makarenko dalam buku "*Cognitive Neuroscience Foundations for School Psychologists: Brain-Behavior Relations in the Classroom*," sebagai alat bantu sistematis bagi guru BK dalam memberikan layanan konseling terkait peningkatan konsentrasi belajar siswa yang lebih terstruktur kepada siswa kelas VII dan VIII di SMP Negeri 1 Sukasada. Panduan ini akan memuat langkah-langkah latihan peningkatan konsentrasi dan memori kerja serta perencanaan strategi belajar yang berbasis pada neurosains.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, permasalahan yang dapat diidentifikasi oleh peneliti sebagai berikut:

1. Rendahnya konsentrasi belajar siswa kelas VII dan VIII SMP Negeri 1 Sukasada dalam mengikuti proses pembelajaran baik pada mata pelajaran umum maupun pada saat layanan bimbingan klasikal yang dilaksanakan oleh guru BK.
2. Sebagian siswa tidak memiliki strategi belajar yang sesuai dengan gaya belajar dan ciri-ciri fungsi kognitif mereka. Akibatnya, mereka

menghadapi kesulitan untuk menyerap informasi secara efektif selama pembelajaran.

3. Pelaksanaan layanan konseling oleh guru BK di sekolah yang berkaitan dengan peningkatan konsentrasi belajar, masih sangat terbatas dalam hal metode dan media pendukungnya. Sehingga, siswa tidak mendapatkan pendampingan yang optimal dalam menangani gangguan konsentrasi.

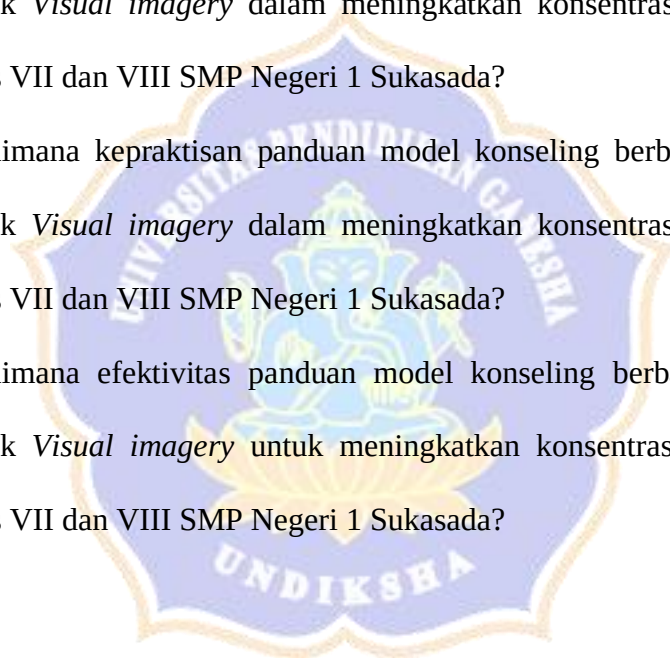
1.3 Pembatasan Masalah

Keterbatasan penelitian ini pada pengembangan panduan model konseling berbasis neurosains yang bertujuan untuk membantu siswa mengenali gaya belajar dan meningkatkan kemampuan konsentrasi mereka selama proses pembelajaran. Panduan ini dirancang sebagai alat bantu bimbingan bagi siswa kelas VII dan VIII SMP Negeri 1 Sukasada dan akan diuji coba dalam layanan konseling dan bimbingan di sekolah. Pengembangan panduan ini berfokus pada teori yang dikembangkan oleh Gabriel Wilcox, Frank B. McMaster, dan Erika Makarenko dalam buku *"Cognitive Neuroscience Foundations for School Psychologists: Brain-Behavior Relations in the Classroom,"* yang menggabungkan konsep fungsi eksekutif (atensi, inhibisi, perencanaan, fleksibilitas kognitif, metakognisi) dengan merancang strategi layanan model konseling Teknik *Visual imagery* yang mendukung peningkatan konsentrasi dan pengembangan keterampilan belajar adaptif.

1.4 Rumusan Masalah

Beberapa rumusan masalah yang melatarbelakangi penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Bagaimana rancang bangun panduan model konseling berbasis neurosains teknik *Visual imagery* dalam meningkatkan konsentrasi belajar siswa kelas VII dan VIII SMP Negeri 1 Sukasada?
2. Bagaimana validitas isi panduan model konseling berbasis neurosains teknik *Visual imagery* dalam meningkatkan konsentrasi belajar siswa kelas VII dan VIII SMP Negeri 1 Sukasada?
3. Bagaimana kepraktisan panduan model konseling berbasis neurosains teknik *Visual imagery* dalam meningkatkan konsentrasi belajar siswa kelas VII dan VIII SMP Negeri 1 Sukasada?
4. Bagaimana efektivitas panduan model konseling berbasis neurosains teknik *Visual imagery* untuk meningkatkan konsentrasi belajar siswa kelas VII dan VIII SMP Negeri 1 Sukasada?



1.5 Tujuan Pengembangan

Berdasarkan penyusunan rumusan masalah yang ada di atas, adapun tujuan pengembangan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Mendeskripsikan rancang bangun panduan model konseling berbasis neurosains teknik *Visual imagery* dalam meningkatkan konsentrasi belajar siswa kelas VII dan VIII SMP Negeri 1 Sukasada.

2. Menganalisis validitas panduan model konseling berbasis neurosains teknik *Visual imagery* dalam meningkatkan konsentrasi belajar siswa kelas VII dan VIII SMP Negeri 1 Sukasada.
3. Menilai tingkat kepraktisan panduan model konseling berbasis neurosains teknik *Visual imagery* dalam meningkatkan konsentrasi belajar siswa kelas VII dan VIII SMP Negeri 1 Sukasada.
4. Menguji efektivitas panduan model konseling berbasis neurosains teknik *Visual imagery* guna meningkatkan konsentrasi belajar siswa kelas VII dan VIII SMP Negeri 1 Sukasada.

1.6 Spesifikasi Produk yang Diharapkan

Harapan dari spesifikasi produk penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Produk yang dikembangkan adalah panduan model konseling berbasis neurosains teknik *Visual imagery*. Panduan ini dirancang untuk membantu siswa dalam meningkatkan konsentrasi belajar mereka secara lebih terstruktur. Panduan ini akan memuat prinsip-prinsip fungsi eksekutif seperti atensi, inhibisi, perencanaan, fleksibilitas kognitif, dan metakognisi yang membantu siswa dalam mengembangkan keterampilan belajar adaptif dan strategi peningkatan konsentrasi yang sesuai dengan karakteristik fungsi kognitif mereka.
2. Panduan yang dikembangkan diharapkan memiliki kualitas yang valid, praktis, dan efektif. Validitasnya akan diuji oleh para ahli agar sesuai dengan kebutuhan siswa, sementara tingkat kepraktisannya disesuaikan

dengan penggunaan bahasa sesederhana mungkin dan ilustrasi yang menarik. Dan dari segi efektivitas, panduan ini diharapkan mampu meningkatkan kemampuan konsentrasi belajar siswa dan membantu guru BK dalam melaksanakan layanan konseling yang lebih sistematis dan berbasis neurosains.

1.7 Asumsi dan Keterbatasan Pengembangan

Pengembangan Panduan layanan konseling belajar berbasis neurosains, terdapat asumsi dan keterbatasan yang mendasari penelitian ini, yaitu :

1.7.1 Asumsi

1. Siswa kelas VII dan VIII SMP berada dalam tahap perkembangan kognitif dan akademik awal yang memerlukan bimbingan dalam mengenali gaya belajar dan meningkatkan konsentrasi selama proses pembelajaran.
2. Teori Gabriel Wilcox, Frank B. McMaster, dan Erika Makarenko dalam buku "*Cognitive Neuroscience Foundations for School Psychologists: Brain-Behavior Relations in the Classroom*," merupakan dasar yang valid dan relevan untuk membantu siswa memahami hubungan antara fungsi otak, gaya belajar, dan kemampuan konsentrasi.
3. Guru Bimbingan Konseling (BK) di sekolah berkontribusi dalam pemberian layanan konseling yang dapat membantu siswa mengatasi gangguan konsentrasi belajar melalui pendekatan yang terstruktur dan berbasis neurosains.

1.7.2 Keterbatasan

1. Panduan ini hanya dikembangkan bagi siswa SMP Negeri 1 Sukasada, belum diuji coba pada jenjang atau lingkungan pendidikan lain. Sehingga hasilnya ke jenjang atau sekolah lain memerlukan kajian lebih lanjut.
2. Pendekatan berbasis neurosains dalam panduan ini berfokus pada aspek peningkatan konsentrasi belajar dan belum mencakup intervensi lain yang berkaitan dengan aspek psikologis yang lebih luas seperti kecemasan belajar dan regulasi emosi secara komprehensif.
3. Efektivitas panduan ini hanya diukur dalam konteks pelaksanaan layanan konseling di sekolah, sehingga belum mencakup pengukuran dampak jangka panjang terhadap hasil akademik siswa secara keseluruhan.

1.8 Definisi Istilah

Untuk mencegah kesalahpahaman mengenai penelitian ini, penggunaan beberapa istilah perlu dijelaskan sebagai berikut :

1. Bimbingan dan Konseling (BK)

Merupakan proses di mana guru pembimbing memberikan bantuan yang berkelanjutan kepada siswa dalam pemahaman mereka mengenai diri sendiri, lingkungan mereka, dan masalah yang mereka hadapi, termasuk mengatasi kesulitan konsentrasi belajar.

2. Neurosains (*Neuroscience*)

Neurosains merupakan cabang ilmu yang mengkaji sistem saraf, termasuk struktur dan fungsi otak. Neurosains digunakan untuk memahami bagaimana proses belajar terjadi di otak dan bagaimana intervensi berbasis fungsi otak dapat meningkatkan kemampuan belajar siswa, termasuk dalam hal konsentrasi.

3. Konseling berbasis Neurosains

Merupakan pendekatan dalam layanan konseling yang mengintegrasikan prinsip-prinsip ilmu neurosains, terutama mengenal fungsi eksekutif otak, ke dalam praktik pemberian bantuan kepada siswa yang bertujuan untuk membantu siswa meningkatkan kesadaran diri, mengembangkan keterampilan belajar adaptif, serta meningkatkan kemampuan perhatian dan konsentrasi.

4. Fungsi Eksekutif

Kemampuan kognitif meliputi atensi, inhibisi, perencanaan, fleksibilitas kognitif, dan metakognisi. Fungsi ini memiliki peran penting dalam pengaturan perilaku, pengambilan keputusan, dan penyelesaian tugas-tugas belajar.