

New Gen New System (NGNS) sebagai Upaya Pengembangan Kepribadian dan Sistem Pembelajaran Siswa

Adila Shabira Nurfaizah^{1*)}, Ayda Zaqiyatunnisa²⁾, Qurrotu Aini³⁾, Richa Nur Chasanah⁴⁾, Roudhotul Firdausyi⁵⁾, Sevilla Andina Budi⁶⁾, Shelva Dian Alevia⁷⁾, Dwi Rukma Santi⁸⁾

^{1,2,3,4,5,6,7,8} Program Studi Psikologi, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

Email: adilasn18@gmail.com¹⁾; aydazaqiyatunnisa@gmail.com²⁾; qurrotu.aini.004@gmail.com³⁾; rikachasanah9@gmail.com⁴⁾; firdadausyi14@gmail.com⁵⁾; sevillaandinabudi@gmail.com⁶⁾; Levialeviavi@gmail.com⁷⁾; dwirukmasanty@uinsby.ac.id⁸⁾

Cara Mensitasi Artikel ini:

Nurfaizah, A.S., Zaqiyatunnisa, A., Aini, Q., Chasanah, R.N., Firdausyi, R., Budi, S.A., Alevia, S. D., & Santi, D. R. (2024). New Gen New System (NGNS) sebagai upaya pengembangan kepribadian dan sistem pembelajaran siswa. *ABDIMASY: Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat*, 5(1), 13-26. <https://doi.org/10.46963/ams.v5i1.1470>

DOI

<https://doi.org/10.46963/ams.v5i1.1470>

Sejarah Artikel

Diterima: 20/04/2024

Direvisi: 06/05/2024

Diterbitkan: 30/06/2024

*) Corresponding Author

adilasn18@gmail.com

Editorial Address

Kampus Panam (Parit Enam)
STAI Auliaurasyidin, Jl.
Gerilya No. 12 Tembilahan
Barat, Riau, Indonesia, 29213
abdimasy@stai-tbh.ac.id

Kata Kunci:

Kepribadian; Sistem
Pembelajaran; Community-
Based Research (CBR);
Cognitive-Behavioral
Therapy (CBT).

Keywords:

Personality; Learning system;
Community-Based Research
(CBR); Cognitive-Behavioral
Therapy (CBT).

© Authors (2024) under
license [CC BY SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

Abstract: Students' personality can be influenced by the school environment, especially through learning interactions and a conducive classroom atmosphere. The purpose of this service is to develop students' personalities and learning systems at MINU Tambak Sumur, Sidoarjo, East Java, using the Community-Based Research (CBR) method and Cognitive-Behavioral Therapy (CBT) techniques, rewards, and development of learning processes and aspects. The results showed positive developments in student attitudes and improvements in the learning process, although these were not permanent in the classroom and participants were not fully compliant with the techniques provided. Reinforcement of behavior and adherence is essential to sustain such progress.

Abstrak: Kepribadian siswa dapat dipengaruhi oleh lingkungan sekolah, terutama melalui interaksi pembelajaran dan suasana kelas yang kondusif. Tujuan dari pengabdian ini adalah mengembangkan kepribadian dan sistem pembelajaran siswa di MINU Tambak Sumur, Sidoarjo, Jawa Timur, dengan metode Community-Based Research (CBR) dan teknik Cognitive-Behavioral Therapy (CBT), reward, serta pengembangan proses dan aspek pembelajaran. Hasilnya menunjukkan perkembangan positif pada sikap siswa dan peningkatan dalam proses pembelajaran, meskipun tidak bersifat permanen di kelas dan partisipan tidak sepenuhnya patuh pada teknik yang diberikan. Penguatan perilaku dan kepatuhan sangat penting untuk mempertahankan perkembangan tersebut..



This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License ([CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/))

PENDAHULUAN

Kepribadian menjadi hal yang karena dapat menjadi penilaian bagi baik buruknya individu. Kepribadian dari setiap individu berbeda-beda. Kepribadian didefinisikan sebagai sikap, sifat, pola pikir, emosi, dan serangkaian nilai yang memengaruhi individu tidak terkecuali siswa dalam berperilaku sesuai dengan lingkungannya. Dalam buku Filsafat Pendidikan Islam, kepribadian siswa merupakan hasil dari proses kehidupan yang pernah dilaluinya. Setiap siswa mengalami proses kehidupan yang berbeda-beda sehingga kepribadian yang terbentuk pun berbeda-beda pula. Kepribadian siswa mencakup bagaimana cara mereka berpikir, berperilaku, bergerak, merasakan, dan berinteraksi dengan individu lain dalam kesehariannya. Sekolah Dasar (SD) merupakan titik awal proses pendidikan yang menanamkan beragam nilai dan karakter positif pada diri siswa. Namun, tidak semua siswa mempunyai sifat yang baik. Dapat dilihat bahwa banyak permasalahan yang terjadi di lingkungan Sekolah Dasar di mana guru banyak menghadapi tantangan ketika mengajar siswa. Hal ini disebabkan oleh kenakalan siswa dan sulitnya mengajar anak Sekolah Dasar (Gularso & Indrianawati, 2022). Peran penting sekolah dalam pendidikan adalah menciptakan lingkungan sekolah yang nyaman di mana siswa dapat belajar dengan baik di sekolah, tidak terjadi kenakalan, dan tidak adanya perkelahian antar siswa.

Siswa merupakan bagian yang penting dalam dunia pendidikan agar suatu proses belajar mengajar dapat

berjalan. Oleh karenanya, siswa menjadi objek penting yang perlu diperhatikan lebih dalam perkembangan kepribadiannya. Dalam perkembangan karakter anak di sekolah, orang tua dan guru perlu memberikan bimbingan dan pertimbangan agar anak mempunyai karakter yang baik dan tidak melakukan perilaku yang menyimpang. Namun, pada kenyataannya masih banyak anak-anak yang memiliki sikap dan perilaku yang menyimpang. Sikap yang diberikan orang tua kepada anak sangat berpengaruh terhadap perkembangan anak (Sitorus et al., 2020). Kepribadian atau karakter siswa juga dapat ditentukan melalui lingkungan sekolah. Dalam penelitian Dewi dkk. (2018), interaksi pembelajaran dalam kelas, pembinaan melalui ekstrakurikuler, serta penataan suasana kelas yang kondusif menjadi hal krusial dan perlu diperhatikan lebih dalam guna membangun karakter siswa yang positif.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan di MINU Tambak Sumur, pihak Madrasah mengungkapkan bahwa kasus *bullying* seperti perundungan verbal, kekerasan fisik berupa pukulan, dorongan, dan gigitan terhadap temannya masih sering terjadi. Di samping itu, Pihak Madrasah juga telah melakukan beberapa pencegahan seperti penempelan poster *anti-bullying* di berbagai sudut lingkungan Madrasah, sosialisasi *bullying* di setiap kelas, serta pemanggilan orang tua/wali siswa yang bersangkutan dengan tujuan “konseling”. Namun, serangkaian upaya pencegahan tersebut masih belum menunjukkan hasil yang signifikan. Parahnya, kasus *bullying* tersebut menyebabkan beberapa siswa yang

menjadi korban enggan untuk bersekolah dikarenakan takut bertemu dengan pelaku.

Hasil observasi yang telah dilakukan juga menemukan beberapa masalah dalam sistem pembelajaran seperti suasana kelas yang ramai saat guru sedang mengajar, sistem penataan kursi yang membelakangi guru sehingga mengakibatkan siswa kurang fokus dalam pembelajaran di kelas, dan metode pembelajaran yang membosankan. Pihak Madrasah mengungkapkan bahwa pelatihan dalam bentuk *workshop* guna menggaungkan pendidikan tanpa hukuman fisik serta meningkatkan kualitas mengajar para guru MINU Tambak Sumur pernah dilakukan sebelumnya. Pelatihan tersebut sedikit membantu para guru dalam meningkatkan kefokusannya dan nilai siswa. Namun, peningkatan tersebut baru berhasil dalam rentang waktu yang cukup lama. Tidak hanya itu, metode mengajar para guru senior juga terlihat belum berubah secara signifikan. Metode pembelajaran merupakan proses yang sistematis dan teratur guna mewujudkan pembelajaran yang terarah, maksimal, dan tidak membosankan. Setiap pengajar memiliki metode yang berbeda-beda sesuai dengan kebutuhan setiap siswa. Namun, hal ini akan dirasa membosankan jika dalam pemilihan metode tidak sesuai dengan kebutuhan siswa (Ariviani et al., 2015).

Berdasarkan pemaparan di atas, diperlukan adanya metode pembelajaran yang tepat untuk meningkatkan minat dan semangat siswa saat pelajaran berlangsung. Pemilihan metode pembelajaran yang tepat dapat meningkatkan motivasi belajar siswa.

Motivasi belajar yang baik dapat memengaruhi kuantitas dan kualitas hasil belajar siswa (Pratama, 2021). Selain itu, diperlukan pula pendekatan bagi pelaku *bullying* untuk meningkatkan kesadaran terkait sikap peduli antar teman serta mencegah terulangnya perilaku *bullying*. Pelaku *bullying* menunjukkan karakter yang tidak baik dan jika perilaku tersebut dilakukan secara berkelanjutan, maka akan menjadi kebiasaan yang tidak baik dan merugikan individu lain. Tidak hanya pada pelaku *bullying* saja, tetapi korban *bullying* juga membutuhkan pendekatan agar tidak mengalami trauma, depresi, kecemasan yang berlarut-larut, dan kecenderungan untuk bunuh diri (Yunistita et al., 2022).

METODE

Kegiatan pemberdayaan psikologis dilaksanakan di MINU Tambak Sumur, Sidoarjo, Jawa Timur pada 18 September – 9 November 2023 pada pukul 08.00 – 12.00 WIB. Kegiatan pemberdayaan ini menggunakan teknik atau metode *Community-Based Research* (CBR) dengan melibatkan seluruh siswa, para guru, dan Bimbingan Konseling. Metode CBR adalah metode partisipatori yang dikembangkan untuk mendorong kerja sama antara fasilitator dengan subyek yang diberdayakan – untuk menerima serta mengembangkan penemuan menjadi perubahan yang sifatnya praktis (Widnyani et al., 2023). Dalam penggunaan metode CBR memungkinkan adanya kerja sama antara fasilitator dengan komunitas dalam melaksanakan tiap prosesi penelitian; mulai dari *designing* awal pengabdian, *collecting*

and analysis data, pelaksanaan aksi pemberdayaan, hingga implementasi hasil. Tujuan utama metode ini yakni untuk memberdayakan masyarakat dengan upaya menciptakan tatanan sosial yang mana masyarakat menjadi pelaku sekaligus penentu usaha pembangunan di lingkungannya (Firdaus & Ma'ruf, 2021).

Berikut ini rincian tahapan-tahapan metode CBR, antara lain:

Peletakan Dasar (Laying the Foundation)

Pada tahap awal ini, dilakukan sebuah inkulturasi berupa pengenalan dan pemahaman tentang budaya yang ada di lingkungan subyek yang diberdayakan. Melalui *Focus Group Discussion* (FGD), fasilitator menemukan permasalahan yang terjadi dalam lembaga, kemudian dibuatlah rancangan pemberdayaan psikologis terkait pengembangan kepribadian dan pembelajaran siswa. Berikutnya akan dilakukan perencanaan dengan komunitas yang disertai pembahasan terkait tujuan penelitian serta pembagian *jobdesk* untuk menjalankan perannya masing-masing. kegiatan ini dilaksanakan untuk mencapai tujuan dengan mengorganisir berbagai pihak yang terlibat, memperjelas setiap peran, serta menentukan *output* pemberdayaan.

Perencanaan Penelitian (Research Planning)

Pada tahap ini, fasilitator dan subyek yang diberdayakan telah memiliki kesepakatan dan menyimpulkan pemahaman yang sama terkait cara merancang pemberdayaan dalam upaya pengembangan kepribadian dan restrukturisasi pembelajaran siswa. Pihak

terkait telah membentuk kesepakatan prosesi kegiatan dan prioritas utama perilaku yang akan diteliti berlandaskan pada analisis potensi komunitas, kemampuan tiap individu, adat dan budaya yang berkembang, serta sumber daya lain yang dimiliki oleh komunitas dengan memperhitungkan waktu serta biaya yang telah disepakati bersama.

Pengumpulan dan Analisis Data (Information Gathering and Analysis)

Tahapan ini merupakan proses pemaknaan dan pembelajaran dengan mengumpulkan, menganalisis, kemudian menginterpretasi data yang didapat melalui metode observasi, wawancara mendalam, dokumentasi, dan FGD.

Aksi atas Temuan (Action on Findings)

Tahapan ini merupakan proses untuk memobilisasi pengetahuan subyek yang diberdayakan terkait beragam temuan hasil riset. Dalam tahapan ini, peneliti sekaligus fasilitator bersama komunitas menetapkan kegiatan untuk mewawancarai beberapa siswa-siswi yang menjadi pelaku dan korban *bullying*, tidak patuh, dan berperilaku nakal guna memperoleh informasi terkait alasan siswa-siswi melakukan tindakan-tindakan tersebut. Selanjutnya, fasilitator melaksanakan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) pada beberapa siswa-siswi untuk meminimalisir terulangnya permasalahan tersebut. Fasilitator kemudian melakukan monitoring saat pelaksanaan terapi telah usai.

Di sisi lain, fasilitator turut mengadakan kegiatan untuk para terkait pengembangan sistem pembelajaran di kelas. Kegiatan tersebut tidak lain adalah

sosialisasi terkait pembaruan teknik belajar mengajar dan aspek pembelajaran. Setelah sosialisasi dilaksanakan, kegiatan dilanjutkan dengan sesi monitoring.

Terakhir, kegiatan untuk meningkatkan kepatuhan siswa-siswi MINU Tambak Sumur dilaksanakan dengan sosialisasi kegiatan rutin “Kelas Terpatuh” yang nantinya akan diadakan setiap seminggu sekali di mana nominasi diumumkan setiap hari Senin setelah apel pagi bersama di lapangan Madrasah Ibtidaiyah. Pengumuman mengenai “Kelas Terpatuh” juga diikuti dengan pemberian *reward* berupa piala bergilir.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengembangan kepribadian dan akademik siswa merupakan kegiatan yang memerlukan waktu dan teknik yang tepat. Target perilaku yang ingin diubah dari dalam diri siswa pun harus jelas. Pengembangan kepribadian dan akademik siswa dianggap penting karena akan memengaruhi kualitas hidup anak di masa depan. Hal-hal yang dapat memengaruhinya, antara lain; keluarga, pengaruh teman, ekonomi, dan lain sebagainya (Badaruzzaman, 2023). Hal ini selaras dengan penelitian Febriantina dkk. (2021) yang mengungkapkan bahwa pendidikan dapat diasosiasikan dengan pembentukan karakter siswa. Dikatakan demikian karena di dalam proses belajar, siswa akan berinteraksi dengan individu lain serta lingkungannya. Lingkungan akan memunculkan stimulus pada individu, kemudian individu akan memberikan respons terhadap lingkungan. Alur tersebut dianggap sebagai proses dari interaksi yang

mewujudkan terjadinya perubahan tingkah laku.

Upaya pemberian *support* serta perwujudan lingkungan yang kondusif dapat diterapkan melalui teknik *reinforcement* tipe *reward* (Astrini, 2021). Nasrudin (2015) mengungkapkan bahwa *reward* menjadi suatu wujud pelestarian sekaligus peningkatan motivasi siswa untuk melakukan usaha yang lebih besar guna meraih tujuan yang diharapkan. *Reward* diberikan saat siswa melakukan suatu hal yang baik dan berhasil mencapai suatu target. *Reward* dapat diwujudkan dalam beragam bentuk seperti cinderamata, penghargaan, atau imbalan.

Oleh karena itu, dilaksanakanlah sosialisasi “Kelas Terpatuh” pada seluruh siswa-siswi MINU Tambak Sumur dengan *reward* piala bergilir setiap minggunya. Sosialisasi disampaikan oleh fasilitator didampingi oleh para guru di halaman sekolah pada pagi hari sekitar pukul 07:30 WIB setelah pembacaan Asmaul Husna dan doa belajar secara bersama-sama. Sosialisasi “Kelas Terpatuh” menjadi suatu bentuk upaya untuk meningkatkan sopan santun dan sikap patuh siswa khususnya saat pembelajaran.



Gambar 1. Sosialisasi “Kelas Terpatuh”

Adapun dalam (Irham et al., 2023) disebutkan bahwa tantangan

pembentukan kepribadian siswa semakin kompleks dengan adanya pengaruh dari teknologi dan media sosial. Oleh karena itu, pendidikan karakter juga harus memperhatikan perkembangan teknologi dan media sosial, sehingga siswa dapat menjadi pribadi yang mampu menyesuaikan diri dengan transformasi zaman tanpa mengesampingkan berbagai nilai moral yang ada. Dalam (Ahmad, 2019), *Cognitive Behavior Therapy* menjadi metode yang dapat diterapkan untuk menangani kemarahan pada pelaku *bullying* di sekolah. CBT menekankan pada kegiatan psikoedukasi, pengembangan *skill*, *homework*, pengelolaan agenda, dan pemantauan kemajuan. Bagi korban *bullying* di Sekolah Dasar, CBT juga terbukti efektif untuk mereduksi tingkat kecemasan (Damaiyanti & Putri, 2021).

Maka dari itu, fasilitator merancang kegiatan intervensi CBT yang dilaksanakan secara perorangan antara fasilitator dengan siswa-siswi bermasalah. Kegiatan ini dimulai dengan proses penggalan data dan masalah dari masing-masing siswa, pada Senin, 23 Oktober 2023. Dalam upaya pengumpulan dan analisis data, fasilitator meminta Wakil Kepala Kurikulum untuk memilih beberapa siswa-siswi yang dinilai memiliki masalah kepribadian dan akademik. Secara spesifik, Wakil Kepala Kurikulum memilih 16 siswa-siswi dengan jenjang pendidikan yang beragam selaku subjek yang akan diberdayakan, sebagaimana detailnya tercantum pada tabel berikut:

Tabel 1. *Karakteristik Siswa*

Jenis Kelamin	
Laki-laki	14 Siswa
Perempuan	2 Siswi
Jenjang Pendidikan	
Kelas 1	2 Siswa
Kelas 2	2 Siswa
Kelas 3	2 Siswa, 1 Siswi
Kelas 4	1 Siswa
Kelas 5	2 Siswa, 1 Siswi
Kelas 6	5 Siswa

Setelah memahami masalah yang tengah dihadapi siswa-siswi tersebut, fasilitator kemudian melakukan intervensi CBT dengan metode konseling sesuai dengan masalah masing-masing siswa-siswi secara perorangan, pada Kamis, 26 Oktober 2023. Akhir dari prosesi ini adalah kegiatan monitoring perkembangan kepribadian siswa yang dilakukan seminggu setelah intervensi, tepatnya pada Kamis, 2 November 2023, di mana penggalan data kembali dilakukan dengan metode observasi dan wawancara mendalam pada siswa-siswi bermasalah, Wakil Kepala Kurikulum dan guru Bimbingan Konseling.



Gambar 2. *Intervensi CBT*



Gambar 3. Sesi Monitoring

Hasil perkembangan kepribadian dan akademik subjek pada tabel 2 di bawah ini:

Tabel 2. Perkembangan Hasil Intervensi

Subjek	Pra-Intervensi	Pasca-Intervensi
AT	1. Jahil pada teman 2. Sering diam di kelas	1. Tidak jahil lagi pada teman 2. Berani meminta maaf jika bersalah 3. Mau memaafkan teman yang lain 4. Mendengarkan guru yang mengajar di kelas
ML	1. Dijahili oleh teman 2. Dikucilkan oleh teman	1. Tidak dijahili oleh teman 2. Telah diajak bermain oleh teman 3. Masih terdapat kesulitan untuk menceritakan kondisinya
RH	1. Kurang memperhatikan guru yang mengajar di kelas 2. Tidak mengerjakan pekerjaan rumah (PR) 3. Dijahili teman	1. Mau mendengarkan guru yang mengajar di kelas 2. Mau menulis Pelajaran 3. Tidak mudah menangis ketika dijahili teman
RA	1. Melakukan kekerasan verbal dan fisik pada teman 2. Tidak mengerjakan tugas sekolah 3. Tidak mendengarkan guru yang mengajar di kelas 4. Malas menulis	1. Masih bertengkar bila ada teman yang mengejek 2. Mau mengerjakan tugas sekolah 3. Mendengarkan guru yang mengajar di kelas 4. Tidak malas menulis
DF	1. Melakukan kekerasan verbal dan fisik pada teman 2. Mengacak-acak kelas.	1. Masih menjahili teman namun intensitasnya sudah berkurang 2. Masih merasa bosan dengan pembelajaran di kelas
DB	1. Sangat pendiam 2. Kesulitan untuk diajak bicara 3. Dikucilkan teman 4. Menerima kekerasan	1. Masih sangat pendiam 2. Masih kesulitan untuk diajak bicara

	secara verbal dan fisik	
	5. Tampak cemas	
AB	1. Tidak mendengarkan guru yang mengajar di kelas 2. Melakukan kekerasan verbal pada teman 3. Tidak mengerjakan PR	1. Mendengarkan guru yang mengajar di kelas 2. Ucapan lebih lembut pada teman 3. Masih tetap tidak belajar di rumah.
AL	1. Sangat aktif 2. Sering mengobrol ketika guru mengajar di kelas 3. Melakukan kekerasan verbal pada teman (sembari mempraktikkan gerakan memukul)	1. Sikap lebih tenang 2. Tidak melakukan kekerasan fisik pada teman
AD	1. Tidak mengerjakan PR 2. Melakukan kekerasan fisik pada teman 3. Terlambat datang ke sekolah	1. Mau belajar, mengerjakan PR dan mendengarkan guru yang mengajar di kelas 2. Tidak melakukan kekerasan fisik pada teman 3. Masih sering terlambat dengan alasan ketiduran
WD	1. Menerima kekerasan verbal dan fisik oleh teman 2. Kurang memperhatikan guru yang mengajar di kelas 3. Mengisi waktu kosong dengan bermain.	1. Mau memaafkan teman 2. Mendengarkan guru yang mengajar di kelas 3. Belajar dan mengerjakan PR sebelum bermain
HF	1. Tidak mendengarkan guru yang mengajar di kelas 2. Ramai di kelas 3. Bosan dengan pembelajaran di kelas	1. Mendengarkan guru yang mengajar di kelas 2. Mulai tidak ramai di kelas 3. Belajar di malam hari
RZ	1. Jika teman berbuat buruk, subjek diam atau ikut-ikutan 2. Banyak bermain <i>game</i>	1. Bertindak mengingatkan teman berbuat buruk 2. Mengurangi menjahili teman 3. Mengurangi bermain <i>game</i> .
IH	1. Melakukan kekerasan verbal dan fisik pada teman 2. Melakukan kenakalan berupa merokok	1. Mengurangi kekerasan fisik dan verbal pada teman 2. Masih melakukan kenakalan berupa memanjat pagar sekolah untuk membeli jajan
RZ	1. Menerima dan melakukan kekerasan fisik pada teman 2. Kerap bermain ponsel 3. Pernah tidak pulang selama 3 hari karena ponselnya	1. Masih melakukan kekerasan fisik pada teman 2. Masih tidak belajar 3. Membantu ibu mencuci baju dan menyapu

	disita oleh sang ibu.	4. Mengurangi bermain ponsel 5. Memisahkan teman yang bertengkar
RK	1. Melakukan kekerasan verbal dan fisik pada teman 2. Tidak mendengarkan guru yang mengajar di kelas 3. Mudah terprovokasi, membela teman dengan melakukan kekerasan fisik 4. Malas mengerjakan tugas sekolah	1. Masih melakukan kekerasan fisik pada teman 2. Mulai berusaha mendengarkan guru yang mengajar di kelas 3. Melindungi teman secara verbal bukan kekerasan 4. Mau bertanya pada teman jika tidak paham dengan pelajaran
FH	1. Melakukan kejahatan berupa mengambil barang teman	1. Tidak melakukan kekerasan verbal pada teman 2. Masih melakukan kenakalan berupa memanjat pagar untuk membeli jajan di luar

Berdasarkan FGD dengan Wakil Kepala Kurikulum dan Bimbingan Konseling, sikap-sikap di atas tidak bertahan lama, kepatuhan yang ditunjukkan tidak selalu berlaku ketika di kelas. Dalam hal ini, penguatan perilaku dinilai sangat perlu guna mempertahankan perkembangan kepribadian dan akademik siswa-siswi MINU Tambak Sumur. Selain itu, metode CBT yang diberikan hanya sekali menimbulkan hasil yang kurang maksimal, sehingga mungkin akan lebih efektif bilamana dibersamai dengan metode lain atau dilakukan lagi dalam beberapa kali sesi.

Di samping itu, pendidik turut memiliki peran yang krusial dalam membentuk karakter anak di sekolah. Melalui proses pembelajaran, ilmu pengetahuan disalurkan kepada siswa-siswi agar nantinya mampu diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Perlu diketahui bahwa proses pembelajaran mampu berjalan secara efektif jika serangkaian faktor pendukung dapat

terpenuhi. Berbagai faktor pendukung tersebut meliputi pendidik, sarana dan pra-sarana, finansial, pemberian tugas, serta metode belajar. Nasution (2017) mengungkapkan bahwa proses pembelajaran di sekolah harus *disupport* dengan metode belajar yang sesuai terutama untuk pembelajaran di kelas. Penentuan metode belajar perlu disesuaikan dengan kebutuhan siswa-siswi agar mampu mewujudkan kegiatan belajar-mengajar yang lebih menyenangkan, menumbuhkan kualitas, dan menjaga fokus belajar. Salah satu metode belajar yang dinilai efektif untuk diterapkan oleh pendidik yaitu Metode “Pomodoro”.

Metode “Pomodoro” merupakan metode belajar yang dicetuskan oleh Francisco Cirillo dan teruji efisien untuk memudahkan pendidik dalam mengelola waktu belajar (Bastomi et al., 2022). Kisno (2020) mengungkapkan bahwa metode “Pomodoro” adalah suatu metode belajar dengan mengelola waktu atau

time-management yang mampu membantu siswa-siswi untuk fokus dalam jangka waktu tertentu. Contohnya, siswa harus fokus selama 25 menit, setelah itu siswa diharuskan beristirahat atau dapat pula diisi dengan *ice breaking* selama 5 menit (Tarwiyah, 2021). Ritme tersebut dapat dilaksanakan sebanyak 4 babak, setelah itu siswa dapat memperoleh istirahat lebih lama sekitar 15-30 menit. Metode “Pomodoro” yang berbasis *setting* waktu belajar dan istirahat mampu menjadi suatu alternatif guna menumbuhkan hasil belajar yang lebih baik.

Selain itu, penataan kelas turut menjadi masalah utama yang dihadapi pendidik dalam proses pembelajaran. Keterampilan pendidik dalam menata kelas akan berpengaruh pada suasana belajar yang kondusif (Santia et al., 2022). Fuadah et al. (2020) mengungkapkan bahwa formasi tempat duduk termasuk dalam salah satu upaya untuk menata kelas guna menumbuhkan suasana kelas yang kreatif dan hidup. Salah satu formasi tempat duduk yang dapat diterapkan yaitu formasi “chevron” dengan bentuk seperti huruf V. Formasi “chevron” dinilai mampu meminimalisir jarak antara siswa-siswi dengan pendidik sehingga keduanya memiliki pandangan yang lebih baik pada lingkungan kelas serta aktif saat pembelajaran.

Di sisi lain, dalam proses pembelajaran dibutuhkan konsentrasi dan fokus yang tinggi. Peningkatan konsentrasi dan fokus dalam belajar mampu dicapai dengan banyak cara, salah satunya dengan pembiasaan makan pagi atau sarapan (Arifin & Prihanto, 2015).

Sarapan memiliki peran krusial bagi anak usia sekolah sebagai wujud pemenuhan gizi di pagi hari. Sarapan pagi menjadi pemasok energi terbaik untuk otak agar siswa-siswi mampu berkonsentrasi dan fokus saat pembelajaran berlangsung. Kebiasaan sarapan akan menyumbangkan pengaruh positif pada kecerdasan kognitif sehingga prestasi belajar siswa-siswi juga akan meningkat ke arah yang lebih baik.

Dalam rangka mewujudkan tujuan di atas, maka dilaksanakanlah sosialisasi terhadap seluruh guru di MINU Tambak Sumur pada Kamis, 2 November 2023 tepatnya pukul 9:00 – 10:00 WIB dengan tema “Teknik dan Aspek Pembelajaran” yang di dalamnya membahas mengenai “Metode Belajar Pomodoro”, “Penataan Kelas dengan Formasi Chevron”, dan “Pentingnya Sarapan”. Sebelum menyampaikan materi, Kepala Sekolah terlebih dahulu membuka kegiatan sosialisasi dengan memberikan sedikit sambutan kemudian dilanjutkan oleh pemateri. Kegiatan ditutup dengan *follow up* sosialisasi mengenai nominasi “Kelas Terpatuh” melalui pemberian *reward* piala bergilir bagi siswa-siswi MINU Tambak Sumur, penyampaian terima kasih dan permohonan maaf, serta sesi foto bersama.



Gambar 4. Sosialisasi Guru



Gambar 5. *Follow Up Sosialisasi "Kelas Terpatuh"*

Kegiatan monitoring kemudian dilakukan pada Kamis, 9 November 2023 guna melihat perkembangan restrukturisasi pembelajaran siswa di kelas. Selain itu, dilaksanakan pula sesi monitoring terkait penerapan nominasi "Kelas Terpatuh" guna melihat perkembangan sopan santun

dan sikap patuh pada siswa-siswi MINU Tambak Sumur. Metode yang digunakan dalam kedua monitoring tersebut yaitu wawancara dan FGD dengan Wakil Kepala Kurikulum dan Bimbingan Konseling.



Gambar 6. *Sesi Monitoring*

Hasil perkembangan proses pembelajaran di kelas serta sopan santun dan sikap patuh pada siswa-siswi sebagai berikut:

Tabel 3. *Perkembangan Hasil Sosialisasi*

Jenis Kegiatan	Pra-Sosialisasi	Pasca-Sosialisasi
Sosialisasi "Kelas Terpatuh"	1. "Unggah-unggah" tidak diterapkan 2. Banyaknya kenakalan dan <i>pembullying</i> di setiap kelas	1. Piala bergilir telah berjalan dan dinilai efektif 2. Terdapat perubahan pada sikap siswa sekitar 80%
Sosialisasi Pembelajaran	1. Suasana kelas ramai 2. Proses pembelajaran monoton 3. Siswa tidak fokus pada Pelajaran	1. Teknik pembelajaran "Pomodoro" telah diterapkan 2. <i>Ice breaking</i> saat pembelajaran telah diterapkan dan dinilai efektif 3. Penataan kelas tetap menggunakan formasi konvensional dan <i>letter U</i> 4. Waktu ± 10 menit untuk sarapan mulai diterapkan sebelum pembelajaran dimulai

Berdasarkan hasil FGD dengan Wakil Kepala Kurikulum dan Guru Bimbingan Konseling, para guru yang mulai menerapkan teknik pembelajaran "Pomodoro" melihat adanya peningkatan pada daya fokus dan daya tanggap siswa karena *ice breaking* di tengah

pembelajaran telah diterapkan secara perlahan. Hal ini menjadikan siswa tidak mudah merasa jenuh saat digempur pelajaran sedari pagi hingga siang hari.

Namun, hal tersebut belum mampu membuat daya fokus siswa bertahan lama karena *ice breaking* yang diterapkan oleh

para guru pun sangat beragam sehingga penting untuk melakukan *trial and error* beberapa kali untuk dapat menentukan *ice breaking* yang cocok untuk siswa-siswi MINU Tambak Sumur. Selain itu, penerapan teknik “Pomodoro” juga perlu diiringi dengan teknik-teknik pembelajaran lain yang sesuai dengan iklim sekolah agar perubahan yang dihasilkan mampu bertahan dalam jangka waktu yang lama.

SIMPULAN

Dari banyak masalah yang diketahui serta dianalisis, cara yang tepat untuk membantu permasalahan tersebut ialah menggunakan intervensi *Cognitive Behavior Therapy* (CBT). CBT diberikan kepada siswa-siswi sesuai permasalahannya dan dilanjutkan dengan kegiatan monitoring untuk menilai perkembangan kepribadian dan akademik subjek. Hasilnya menunjukkan peningkatan positif dalam perilaku dan sikap siswa. Namun, metode CBT yang dilakukan hanya satu kali sesi memberikan hasil yang kurang maksimal sehingga akan lebih efektif jika digabungkan dengan metode lain atau dilakukan kembali dalam beberapa sesi. Program pemberian piala bergilir untuk kelas-kelas yang taat dan patuh juga memberikan hasil yang signifikan serta dinilai efektif. Sosialisasi yang diadakan kepada seluruh guru mengenai proses dan aspek pembelajaran serta kegiatan monitoring pasca sosialisasi menunjukkan adanya peningkatan yang positif dan dinilai efektif terhadap aktivitas pembelajaran di kelas.

Diharapkan penelitian selanjutnya dapat menemukan metode yang lebih

tepat dengan waktu yang cukup maksimal untuk melakukan aksi atas temuan. Selain itu, diharapkan pula agar aksi tersebut turut memperhatikan keterlibatan dan konsistensi guru dalam metode pembelajaran yang diterapkan. Tidak hanya itu, penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penulisan penelitian terdahulu agar lebih mudah dipahami serta tidak membosankan bagi para pembaca.

DAFTAR PUSTAKA

- Arifin, A. L., & Prihanto, J. B. (2015). Hubungan sarapan pagi dengan konsentrasi siswa di sekolah. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 3(1), 201–207. <http://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/article/view/13512>
- Ariviani, H., Claretta, D., & Achmad, zinal abidin. (2015). Peningkatan Kualitas Belajar Siswa Dengan Teknik Pomodoro. *Analisis Standar Pelayanan Minimal Pada Instalasi Rawat Jalan Di RSUD Kota Semarang*, 3(November), 103–111.
- Astrini, S. R. (2021). Penggunaan Modifikasi Perilaku Tipe Reward Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Anak Usia Dini. *Jurnal Golden Age, Universitas Hamzanwadi*, 5(2), 104–110.
- Bastomi, M., Aisya, A. A., Chayrun Nisa’I, UDiah Putri Suhartatik, Iis Rahmawati, Nanik Fauziah, Nikmatul Hidayah, Rifky Amalya, & Vincencia Carolina Salim. (2022). Penerapan Metode Pomodoro Dan Cornell Notes Guna Meningkatkan Kualitas Belajar Siswa di MI Al-Marhamah. *Dinamis: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*,

- 2(2), 62–66.
<http://ejournal.feunhasy.ac.id/dinamis>
- Dafiq, N. D., Claudia Fariday Dewi, Nai Sema, & Sahrul Salam. (2020). Upaya Edukasi Pencegahan Bullying Pada Siswa Sekolah Menengah Atas Di Kabupaten Manggarai Ntt. *Randang Tana - Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(3), 120–129.
<https://doi.org/10.36928/jrt.v3i3.610>
- Damaiyanti, S., & Putri, M. (2021). Group Cognitive Behavior Therapy (CBT) terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan pada Korban Perilaku Kekerasan (Bullying) di Sekolah Dasar. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 8(2), 68–73.
<https://doi.org/10.22146/jkr.50642>
- Dewi, S., Lukman, N., & Nana, H. (2018). Strategi Pendidikan Nilai Sebagai Pembentuk Kepribadian Siswa Di Sekolah. *Jurnal Bidang Pendidikan Dasar (JBPD)*, 3(2), 39–46.
- Febriantina, S., Riswono, D. A., Aprilia, L., Sabrina, & Ukhfiya, S. (2021). Implementasi Pendidikan Karakter pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pedagogik Pendidikan Dasar*, 8(1), 16–26.
<https://doi.org/10.17509/jppd.v8i1.31503>
- Firdaus, M. R., & Ma'ruf, M. F. (2021). Partisipasi Masyarakat Melalui Program Gerakan Membangun Masyarakat Sehat Pada Pelayanan Kesehatan Di Posyandu (Gerbangmas Siaga) Di Kabupaten Lumajang (Studi Kasus Pada Gerbangmas Bougenville Rw 20 Kelurahan Citrodiwangsan, Kabupaten Lumajang). *Publika*, 9(1), 215–226.
<https://doi.org/10.26740/publika.v9n1.p215-226>
- Fuadah, Z., Afifulloh, M., & Zakaria, Z. (2020). Penerapan variasi tempat duduk pada pembelajaran tematik di kelas iv MI Tarbiyyatul Arifin Lowoksuruh. *JPMI: Jurnal Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah*, 2(3), 168–175.
- Gularso, D., & Indrianawati, M. (2022). Kenakalan Siswa Di Sekolah Dasar. *Taman Cendekia: Jurnal Pendidikan Ke-SD-An*, 6(1), 54–63.
<https://doi.org/10.30738/tc.v6i1.12205>
- Kisno. (2020). Pomodoro Technique For Improving Students' Reading Ability During COVID-19 Pandemic. *Journal Educatuion and Development*, 8(3), 1–6.
<https://doi.org/10.37081/ed.v8i3.1753>
- Nasrudin, F. (2015). Pengaruh pemberian reward dan punishment terhadap motivasi belajar siswa kelas vi SD Negeri di Sekolah Binaan 02 Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes. In *UNNES Repository*.
<https://lib.unnes.ac.id/20269/1/1401411296-s.pdf>
- Nasution, M. K. (2017). Penggunaan metode pembelajaran dalam peningkatan hasil belajar siswa. *STUDIA DIDAKTIKA: Jurnal Ilmiah Bidang Pendidikan*, 11(1), 9–16.
- Pratama, A. P. (2021). *Pengaruh Pembelajaran Daring Terhadap Motivasi Belajar Siswa SD*. 2(1), 88–95.
- Santia, V., Misdalina, M., & Noviati, N. (2022). Pengaruh Penataan Tempat Duduk Terhadap Hasil Belajar IPA

- Kelas IV SDN 10 Palembang.
Indonesian Research Journal On Education, 3(1), 89–95.
<https://doi.org/10.31004/irje.v3i1.63>
- Sitorus, F., Rahmawati, F., Niawati, S., Atika, P., & Pandia, S. (2020). Perkembangan Kepribadian Anak Usia Sekolah Dasar di SDN Socah 2. *Prosiding Nasional Pendidikan: LPPM IKIP PGRI Bojonegoro*, 1(1), 135–141.
- Tarwiyah. (2021). Pelatihan Pembelajaran dengan Metode Pomodoro bagi Siswa SMK Immanuel. *Jurnal Publikasi Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 10–13.
- Yubilia Keysinaya, E. (2022). Peran UNICEF Indonesia Menangani Perundungan di Sekolah Melalui Program Roots. *Online) Sospol: Jurnal Sosial Politik*, 8(2), 207–224.
<https://doi.org/10.22219/jurnalsospol.v8i2.22258>
- Yunistita, Ratna, Sihotang, H. N. J., & Sembiring, E. P. B. D. B. (2022). Penyuluhan Pada Siswa SD Negeri 024868, Binjai Barat Mengenai Pencegahan dan Cara Menghadapi Bullying di Sekolah. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bestari*, 1(4), 161–166.
<https://doi.org/10.55927/jpmb.v1i4.827>