

## Profil Teknik Homeroom Sebagai Strategi Jitu dalam Bimbingan Kelompok

Anisa Putri Nastiti<sup>1</sup>, Galang Surya Gumilang<sup>2</sup>

Universitas Nusantara PGRI Kediri<sup>1,2</sup>

[anisaputrin18@gmail.com](mailto:anisaputrin18@gmail.com)<sup>1</sup>, [galang\\_konselor@unpkediri.ac.id](mailto:galang_konselor@unpkediri.ac.id)<sup>2</sup>

### ABSTRACT

In group guidance, group activities and dynamics must be realized to discuss various things that are useful for the development or problem solving of individuals (students) who are service participants. One of the group guidance techniques used is the homeroom technique, in which this technique is carried out to create a school or classroom condition like at home so as to create a condition that is free, fun and not under pressure. The reason for using the home room technique is so that students can feel a new atmosphere, train students to be confident and also to avoid mental tension when studying. By doing group guidance with the homeroom technique, students can be more open in expressing their problems because students feel comfortable in the group and students will feel more relaxed as if they were with their families at home. Things like this can motivate students to be better.

**Keywords:** group guidance, homeroom technique, kinship

### ABSTRAK

Dalam bimbingan kelompok, aktivitas dan dinamika kelompok harus diwujudkan untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan atau pemecahan masalah individu (siswa) yang menjadi peserta layanan. Salah satu teknik bimbingan kelompok yang digunakan ialah teknik homeroom, yang mana teknik ini dilakukan untuk menciptakan suatu kondisi sekolah atau kelas seperti di rumah sehingga tercipta suatu kondisi yang bebas, menyenangkan dan tidak tertekan. Alasan menggunakan teknik home room yaitu agar siswa dapat merasakan suasana baru, melatih siswa untuk percaya diri dan juga untuk menghindari ketegangan mental saat belajar. Dengan dilakukannya bimbingan kelompok dengan teknik homeroom, siswa dapat lebih terbuka dalam mengemukakan masalahnya karena siswa merasa nyaman dalam kelompok tersebut dan siswa akan merasa lebih santai seperti saat mereka bersama keluarganya di rumah. Hal-hal semacam ini yang dapat memotivasi siswa untuk menjadi lebih baik.

**Kata Kunci:** bimbingan kelompok, teknik homeroom, kekeluargaan

## PENDAHULUAN

Berdasarkan kemendikbudristek nomor 262 tahun 2022 tentang perubahan Kemendikbud Nomor 56 Tahun 2022 Tentang Pedoman Penerapan Kurikulum Dalam Rangka Pemulihan Pembelajaran, bahwa pengembangan kurikulum satuan pendidikan mengacu pada kurikulum merdeka untuk pendidikan anak usia dini, pendidikan dasar, dan pendidikan menengah secara utuh. Perubahan kurikulum SMK/MAK diawali dengan penataan ulang spektrum keahlian smk/mak. Spektrum keahlian adalah daftar bidang dan program keahlian SMK yang disusun berdasarkan kebutuhan dunia kerja yang meliputi: dunia usaha dunia industri, badan usaha milik negara/badan usaha milik daerah instansi pendidikan atau lembaga lainnya serta pengembangan ilmu pengetahuan teknologi seni dan budaya. Spektrum keahlian smk/mak ini merupakan acuan penyusunan struktur kurikulum serta pembukaan dan penyelenggaraan bidang program keahlian pada SMK. Struktur kurikulum mengatur beban belajar untuk setiap muatan atau mata pelajaran dalam jam pelajaran (JP) tahunan. Alokasi waktu mata pelajaran kelas 10 11 12 SMK/MAK yaitu sebanyak 36 Minggu per tahun dan 1 JP sama dengan 45 menit. Setiap harinya siswa akan menerima pelajaran sekitar 8 jam pelajaran perhari dan juga 5 hari sekolah yakni senin-jumat. Hal itu membuat banyak sekali siswa yang mengeluh karena merasa jenuh, bosan, capek, dan juga stres. Hambatan dalam proses pembelajaran salah satunya yaitu kejenuhan dalam belajar atau burn out study. Primita & Wulandari (2014) mengemukakan pendapat bahwa burnout merupakan suatu masa seorang individu yang ditandai rasa lemas fisik mental dan juga emosional yang menyebabkan self-reward rendah dan juga tenaga terbuang sia-sia. Pines & Aronson (2015) yang mendeskripsikan bahwa kejenuhan belajar merupakan kondisi emosi seseorang ketika merasa lelah dan jenuh secara mental maupun fisik sebagai akibat tuntutan dari pekerjaan ataupun terkait dengan belajar yang meningkat. Berawal dari permasalahan itulah perlu adanya sebuah tindakan yang dirasa sesuai, maupun dapat digunakan oleh guru BK kepada siswa untuk mengurangi tingkat kejenuhan belajar. Oleh karena itu, guru BK sekolah sangat berperan aktif dalam penanganan maupun pengentasan untuk siswa. Salah satu usaha untuk membantu para siswa agar mampu meningkatkan kreativitasnya yaitu dengan layanan bimbingan kelompok. Tohirin (2008) menyebutkan bahwa Bimbingan kelompok adalah suatu cara memberikan bantuan kepada individu (siswa) melalui kegiatan kelompok. Dalam bimbingan kelompok, aktivitas dan dinamika kelompok harus diwujudkan untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan atau pemecahan masalah individu (siswa) yang menjadi peserta layanan. Secara umum bimbingan kelompok bertujuan untuk pengembangan kemampuan bersosialisasi, khususnya kemampuan berkomunikasi peserta layanan (siswa). Ada beberapa teknik yang dapat digunakan dalam bimbingan kelompok, seperti yang disebutkan oleh Tohirin (2013) ada beberapa jenis metode bimbingan kelompok yang dapat

diterapkan dalam pelayanan bimbingan kelompok yaitu, antar lain program homeroom, karyawisata, diskusi kelompok, kegiatan kelompok, organisasi kelompok, sosiodrama, psikodrama, pengajaran remedial. Salah satu teknik bimbingan kelompok yang digunakan ialah teknik homeroom, yang mana teknik ini dilakukan untuk menciptakan suatu kondisi sekolah atau kelas seperti dirumah sehingga tercipta suatu kondisi yang bebas, menyenangkan dan tidak tertekan. Teknik homeroom bertujuan untuk lebih memahami, mengadakan hubungan yang lebih akrab, serta membantu kesulitan atau kebutuhan siswa. Alasan menggunakan teknik home room yaitu agar siswa dapat merasakan suasana baru, melatih siswa untuk percaya diri dan juga untuk menghindari ketegangan mental saat belajar. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Hakim (2009) yang memaparkan beberapa cara untuk mengatasi kejenuhan belajar yaitu antara lain: belajar dengan cara/metode/teknik yang variatif, melakukan perubahan di ruangan belajar, menciptakan suasana baru di ruang belajar, melakukan aktivitas hiburan, dan menghindari adanya ketegangan mental saat belajar.

## PEMBAHASAN

### a. Pengertian Homeroom

Menurut Pietrofesa (2006), teknik homeroom adalah teknik untuk mengadakan pertemuan dengan sekelompok siswa diluar jam-jam pelajaran dalam suasana kekeluargaan, dan dipimpin oleh guru atau konselor. Diharapkan penggunaan lebih teknik efektif homeroom membantu permasalahan siswa. Karena, dengan teknik homeroom guru dapat memberikan layanan tentang kebiasaan sehari-hari dalam belajar, cara-cara belajar seperti cara mempelajari buku, membuat rangkuman, karangan membaca kamus, juga masalah kelanjutan studi, pekerjaan dan cita-cita. Dengan dilakukannya bimbingan kelompok dengan teknik homeroom, siswa dapat lebih terbuka dalam mengemukakan masalahnya karena siswa merasa nyaman dalam kelompok tersebut dan siswa akan merasa lebih santai seperti saat mereka bersama keluarganya di rumah. Hal-hal semacam ini yang dapat memotivasi siswa untuk menjadi lebih baik.

### b. Tujuan Teknik Homeroom

Teknik homeroom bertujuan untuk lebih memahami, mengadakan hubungan yang lebih akrab, serta membantu kesulitan atau kebutuhan siswa. Dengan dilakukannya bimbingan kelompok dengan teknik homeroom, siswa dapat lebih terbuka dalam mengemukakan masalahnya karena siswa merasa nyaman dalam kelompok tersebut dan siswa akan merasa lebih santai seperti saat mereka bersama keluarganya di rumah. Hal-hal semacam ini yang dapat memotivasi siswa untuk menjadi lebih baik.

### c. Pelaksanaan Teknik Homeroom

Teknik ini dilakukan di sekolah dan madrasah (didalam kelas) di luar jam pelajaran untuk membicarakan beberapa hal yang dianggap perlu. Program ini dilakukan dengan menciptakan suatu kondisi sekolah atau kelas seperti di rumah; sehingga tercipta suatu kondisi yang bebas dan menyenangkan. Dengan kondisi tersebut para siswa dapat mengutarakan perasaannya seperti dirumah. Komunikasi yang dibangun antara guru dengan siswa adalah komunikasi seperti di rumah sehingga timbul suasana keakraban. Keuntungan teknik homeroom menurut Pietrofesa (2006) antara lain yaitu :

- 1) Karena siswa mengikuti kegiatan homeroom yang dipimpin oleh guru atau konselor tertentu selama satu tahun atau lebih, maka kontinuitas dan kemajuan kegiatan bimbingan dapat direncanakan dengan baik.
- 2) Waktu yang lama dalam mengikuti kegiatan homeroom memungkinkan untuk membina kepercayaan dan kohesivitas kelompok, yang merupakan elemenelemen penting untuk bimbingan kelompok yang efektif.
- 3) Bila kegiatan homeroom diorganisasikan sesuai dengan tingkat kelas siswa, maka dapat diprogramkan kegiatan-kegiatan bimbingan kelompok yang sesuai dengan tingkat perkembangan siswa.
- 4) Apabilah struktur kegiatan homeroom dilaksanakan di seluruh sekolah, maka program kegiatan bimbingan yang terkoordinasi dapat dilaksanakan. Berdasarkan hal tersebut bahwa teknik homeroom sangat menguntungkan diantaranya dapat membina kepercayaan dan dalam pelaksanaannya dapat diprogramkan dengan baik.

#### **d. Kajian Hasil Penelitian Terdahulu**

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Dewi, Tria Ratna (2012) dapat disimpulkan bahwa adanya peningkatan kepercayaan diri siswa dalam bidang akademik setelah diterapkannya layanan bimbingan konseling kelompok teknik homeroom di SMK Kartika 2 Surabaya. Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan oleh Kuswantoro (2020) menunjukkan perbedaan yang signifikan antara kondisi efikasi akademik siswa sebelum dilakukan layanan bimbingan kelompok (pretest) dengan nilai rata-rata 76,13 dan setelah dilakukan layanan bimbingan kelompok (posttest) rata-rata efikasi akademik siswa naik menjadi 98,00 dengan nilai tertinggi 112 dan nilai terendah 92. Sehingga dapat disimpulkan bahwa teknik homeroom terbukti efektif dapat meningkatkan efikasi akademik siswa. Berdasar penelitian yang dilakukan oleh Wiendy Dwi Nugroho (2014) Bahwa layanan bimbingan kelompok teknik homeroom efektif terhadap motivasi belajar siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Rakit Kabupaten Banjarnegara. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Maulana, Yusuf; Indrayana, Endang (2014) terdapat pengaruh yang signifikan antara bimbingan kelompok dengan teknik homeroom untuk meningkatkan kreativitas siswa diterima. Penelitian yang dilakukan oleh

Nafiah, Ainun; dkk (2012) memberikan pengaruh yang positif dan signifikan dalam menurunkan perilaku agresif siswa dan fokus pada siswa yang berperilaku agresif.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil dari pembahasan dan juga meninjau dari beberapa hasil penelitian yang telah dipaparkan mengenai teknik homeroom, dapat disimpulkan bahwa teknik homeroom merupakan strategi jitu dalam bimbingan kelompok. Untuk penggunaan teknik homeroom disarankan supaya lebih kreatif dalam mengaplikasikannya dalam bimbingan kelompok supaya lebih efektif dalam penggunaannya.

## DAFTAR RUJUKAN

- Kuswantoro, D. Y. (2020). Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik Homeroom Untuk Meningkatkan Efikasi Akademik Siswa . *Jurnal Fokus Konseling*, 102-107.
- Nugroho, W. (2015). *Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Homeroom Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas Viii Di Smp Negeri 1 Rakit Kabupaten Banjarnegara*. Yogyakarta: Jurnal Bimbingan dan Konseling.
- Romlah, T. (2006). *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Saptanti, A. C. (2012). Peningkatan Motivasi Belajar Siswa Melalui Bimbingan Kelompok Pada Siswa VIII C SMP N 2 Pabelan Kabupaten Semarang Tahun Ajaran 2011/2012. . *Jurnal Bimbingan dan Konseling*.
- Sugiono. (2010). *Metodologi Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: Alfabeta.
- Yusuf Maulana, E. I. (2014). *Efektivitas Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Homeroom Untuk Meningkatkan Kreativitas Siswa Kelas Viii Di Smp Terbuka 17 Bekasi*. Bekasi: Universitas Islam As-Syafi'iyah.