

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Teori Tentang Variabel

1. Teknik *Mind Mapping*

a. Pengertian

Buzan (2011:4) menyatakan “*Mind mapping* ialah cara unik, praktis dan efisien untuk mencatat berita saat anda menerimanya dan mengekstrak ide dari otak anda dengan memetakannya. atau pemikiran untuk membantu otak dengan mudah mencatat dan mengingat informasi yang diterima dengan lebih baik”.

Sementara Edward (2009:63), menyatakan “*Mind mapping* ialah strategi yang efisien, efektif dalam mengimpor, mengingat, serta mengeksport berita yang masuk atau keluar dari otak”. Terdapat perbedaan dengan rangkuman yang biasa dibuat yang berbentuk padat dan panjang, kerangka ini lebih fokus mengarahkan seseorang untuk berpikir dengan mengimajinasikan sebuah topik yang memiliki kaitan antara satu dengan yang lain.

Shoimin (2014: 105) “*Mind mapping* didefinisikan sebagai cara dengan menggunakan semua sistem saraf seseorang dengan memanfaatkan gambar yang nyata serta sarana prasarana lainnya untuk menciptakan sesuatu yang dapat diingat”.

Sedangkan Martin (dalam Trianto, 2009: 158) menyatakan “*Mind mapping* merupakan gambar dengan bentuk spesifik untuk menunjukkan

seperti apa suatu ide dikaitkan dengan gagasan yang berbeda dalam kategori yang serupa”.

Peneliti dapat menarik simpulan berdasarkan teori keempat ahli bahwa *mind mapping* ialah cara meringkas yang kreatif, efektif, efisien untuk mengakomodir cara kerja otak dengan cara memetakan ide atau pikiran memanfaatkan gambar nyata peralatan untuk menjelaskan alur suatu ide pokok yang dikaitkan dengan ide tunggal lain dengan tema yang tidak berubah.

b. Kegunaan

Buzan (2011:6), mengemukakan bahwa kegunaan teknik ini, adalah:

- 1) Merencana; membantu seseorang mengaktifkan sistem fungsional otak, baik otak kiri maupun kanan, untuk merencanakan ide atau gagasan alternatif atas informasi yang sulit atau membingungkan.
- 2) Berkomunikasi; membantu seseorang berkomunikasi lebih aktif ketika mengungkapkan pikiran atau gagasan, bukan secara verbal.
- 3) Menjadi lebih kreatif; gunakan peta pikiran kreatif untuk menyajikan dan mengelola informasi penting dari sebuah konsep. Misalnya penggunaan bentuk grafis seperti gambar, kata kunci, dan frase kunci secara tidak langsung akan mempertajam kreativitas pengguna.
- 4) Menghemat waktu; dengan membuat peta konsep yang terstruktur dan rapi, meninjau materi yang telah dipelajari sebelumnya akan lebih mudah dan hemat waktu. Jadi waktu yang tersisa bisa digunakan untuk mempelajari berbagai materi.

- 5) Menyelesaikan masalah; teknik *mind mapping* membantu seseorang untuk menyelesaikan masalah yang dialami saat proses belajar, dengan memberikan alternatif cara termudah dan kreatif.
- 6) Memusatkan perhatian; teknik *mind mapping* membantu seseorang untuk fokus secara mendalam terhadap informasi yang diperoleh sehingga lebih mudah untuk dipahami.
- 7) Menyusun dan menjelaskan pikiran-pikiran; teknik *mind mapping* membantu memetakan dan menjelaskan pemikiran atau informasi yang kompleks agar lebih sederhana dan mudah dipahami.
- 8) Mengingat dengan lebih baik; dengan menggunakan *mind mapping* akan memudahkan seseorang dalam mengingat dan menemukan gambaran yang lebih besar dari suatu informasi tanpa harus khawatir melupakan suatu poin penting dari informasi yang dipelajari.
- 9) Belajar lebih cepat dan efisien; *mind mapping* sangat berguna dalam proses pembelajaran karena akan membantu mengorganisasikan dan mengelompokkan informasi penting dari konsep atau gagasan pokok mata pelajaran sehingga otomatis fokus pembelajaran meningkat.
- 10) Melihat gambar keseluruhan; *mind mapping* membantu seseorang melihat informasi atau konten secara keseluruhan, sehingga tidak ada yang terlewatkan atau membingungkan.

c. Tahapan pelaksanaan

Santoso & Sasmito (Nurhidayatullah, 2021:46) menjelaskan bahwa, penerapan teknik *mind mapping* dibagi ke dalam lima tahap, yaitu:

- 1) Rasionalisasi, merupakan tahap mengemukakan secara garis besar hal-hal yang dilakukan selama proses berlangsung terkait tujuan kegiatan, membuat kesepakatan waktu kegiatan, serta langkah-langkah yang akan dilakukan selama kegiatan
- 2) Pemberian materi *mind mapping* dan latihan membuat *mind mapping* tahap I berdasarkan materi yang diberikan.
- 3) Latihan membuat *mind mapping* tahap II
- 4) Latihan membuat *mind mapping* tahap III
- 5) Refleksi dan evaluasi, merupakan tahap penilaian yang berkaitan dengan hasil yang diperoleh setelah kegiatan berlangsung.

2. Bimbingan Kelompok

a. Pengertian

Prayitno (2012:149), menyatakan

Bimbingan kelompok ialah sebuah kegiatan yang dijalankan suatu kelompok menggunakan dinamika kelompok, dimana dibahas macam-macam topik yang bermanfaat untuk mengembangkan diri serta penuntasan persoalan orang-orang yang berpartisipasi dalam kegiatan tersebut.

Nurihsan (2012:23), mengatakan bahwa "Bimbingan kelompok dimaksudkan sebagai pertolongan kepada seseorang, diberikan ketika kita menyatukan fakta dan aktivitas kelompok tentang pembelajaran, karier, dan kepribadian."

Sukardi (2007: 64), mengatakan

Bimbingan kelompok ialah layanan pendidikan yang diberikan kepada beberapa murid bersama-sama menerima materi yang berbeda terutama tutor, berguna untuk membantu keseharian siswa, dan sebagai bahan perhitungan saat membuat putusan.

Hartanti (2022:11), menyatakan “Bimbingan kelompok ialah kegiatan bimbingan dan konseling yang diselenggarakan secara berkelompok yang mencapai pemahaman baru bagi anggota kelompok sehingga pemahaman anggota kelompok lebih optimal”. Kegiatan ini berupa penyampaian informasi serta mencari solusi dari persoalan pembelajaran, profesi, individu, dan social.

Berlandaskan pada pendapat pakar maka dapat dibuat simpulan bahwa bimbingan kelompok ialah layanan diberikan kepada seseorang, dilakukan dalam suasana kebersamaan untuk mendapatkan berbagai berita dari sumber-sumber tertentu serta membahas berbagai isu utama yang menjadi perhatian semua peserta kegiatan.

b. Tujuan

Prayitno (2012:150), mengatakan bahwa terdapat dua tujuan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok yaitu:

1) *General purpose*

Tujuan umum layanan ini adalah membantu anggota mengasah dan menumbuhkan kemampuan teristimewa keahlian dalam menjalin hubungan dengan peserta lain dan juga merupakan layanan yang membantu mengembangkan keterampilan sosialisasi siswa, termasuk keterampilan komunikasi.

2) *Special purpose*

Kegiatan ini memiliki tujuan khusus yakni mendiskusikan hal-hal spesifik, didalamnya memuat kejadian nyata (kekinian) sekaligus menarik minat anggotanya.

c. Komponen

Prayitno (2012: 153) mengemukakan, layanan bimbingan kelompok terdapat dua pihak yang berperan yakni:

1. *Group leader*; merupakan seorang guru BK terlatih, mempunyai wewenang untuk melakukan kegiatan dalam lingkup ilmunya. Pada saat kegiatan berlangsung, pemimpin kelompok memiliki fungsi memandu jalannya kegiatan sampai mencapai tujuan yang diinginkan.

2. *Members of group*

Anggota dalam kegiatan bimbingan kelompok terbatas, pada beberapa orang atau individu saja. Tidak semua orang dapat menjadi peserta dalam kelompok. Banyaknya peserta kegiatan serta keseragaman dan pluralitas bisa mengurangi performa anggotanya.

- a) *Group size*

Grup dengan anggota yang tidak banyak misalnya dua atau tiga individu, maka dapat menurunkan tingkat efektivitasnya. Sedangkan terlalu banyak anggota pada saat kegiatan tidak cukup baik, disebabkan besarnya kapasitas orang menyebabkan keikutsertaan individu sangat tidak dinamis.

b) Group Homogenety/Heterogenety

Dalam kegiatan kelompok membutuhkan banyak peserta untuk bertindak sebagai pusat daya dalam mendiskusikan sebuah ide/membereskan suatu perkara yang dimaksudkan adalah peserta dalam kelompok yang sama akan tidak maksimal ketika membimbing kelompoknya. Melainkan, apabila pesertanya beragam akan mempunyai banyak daya yang sangat berlimpah untuk mencapai target yang ditentukan.

d. Asas-asas

Menurut Prayitno (2012:162), terdapat beberapa asas yakni:

1) Rahasia

Pada saat kegiatan berlangsung baik pemimpin kelompok maupun anggota kelompok diwajibkan untuk menjaga rahasia setiap anggota dengan tidak menyebarkan informasi ke orang lain. Setiap peserta harus memiliki kesadaran penuh untuk menaatinya.

2) Kesukarelaan

Sejak kelompok dibentuk oleh guru BK, anggota kelompok sudah bersedia mengikuti kegiatan dari awal hingga berakhir tanpa paksaan dari pihak manapun. Kegiatan bimbingan kelompok yang dijalani dengan rasa sukarela akan mendorong pesertanya mewujudkan tujuan masing-masing sesuai yang diinginkan.

3) Keterbukaan

Dalam kegiatan kelompok anggota diharapkan memiliki sifat terbuka menerima setiap proses dinamika tanparasa *insecure*, cemas, atau tidak percaya diri. Manfaat dari kegiatan ini akan terasa apabila pesertanya berpartisipasi secara aktif.

4) Kekinian

Ketika mengutarakan topik diskusi secara benar, peserta diharapkan mampu menyatakan peristiwa secara langsung atau sedang terjadi. Kejadian yang sudah berlalu dipahami kemudian dihubungkan dengan hal yang terjadi saat ini dan memiliki sebuah nilai tertentu. Hal-hal di masa depan dapat direncanakan berdasarkan kondisi saat ini.

5) Asas kenormatifan

Prinsip ini menyangkut sarana komunikasi, cara berpartisipasi dalam kegiatan kelompok dan penyajian isi diskusi.

e. Tahap-tahap

Prayitno, (2012:170) mengemukakan terdapat lima tahap yaitu:

1. Pembentukan; pada tahap ini pemimpin kelompok mengumpulkan beberapa orang kedalam sebuah kelompok dan mengarahkan anggota untuk menjalin hubungan, membangun suasana yang meriah untuk meraih keinginan setiap orang.
2. Peralihan; merupakan tahap dimana pemimpin kelompok mencoba menuntun anggota dari kegiatan awal menuju kegiatan selanjutnya dengan teratur.
3. Kegiatan; adalah tahap yang penting dimana merupakan inti dari kegiatan karena mulai mendiskusikan masalah-masalah dan tema yang dikemukakan oleh anggota.
4. Evaluasi; pada tahap ini pemimpin meninjau lagi hal-hal yang sudah dikerjakan dan diperoleh anggota kelompok, kemudian meminta mereka membuat penilaian berkaitan dengan kegiatan yang sudah diikuti.
5. Akhir; merupakan bagian terakhir dari serangkaian kegiatan bimbingan kelompok, dimana pemimpin dan anggota mulai menyepakati tentang kegiatan lanjutan, kemudian ditutup dengan ucapan selamat dan salam.

f. *Mind Mapping* sebagai teknik dalam Layanan BK

Bimbingan kelompok dalam hal ini demi mengubah kebiasaan belajar siswa. Dalam mengatasi masalah siswa membutuhkan kreativitas agar dapat memberikan pandangan secara keseluruhan terhadap inti permasalahan. Mengubah kebiasaan belajar siswa dapat dilakukan dengan menerapkan teknik *mind mapping*.

2. Kebiasaan Belajar

a. Pengertian

Djaali (2018: 128) menyatakan “Kebiasaan belajar adalah pola perilaku yang tinggal dalam pribadi murid ketika mendengarkan guru mengajar, memahami literatur, menyelesaikan pekerjaan rumah, juga mengatur jadwal dalam menuntaskan aktivitas”. Kegiatan ini juga dikatakan sebagai hal yang rutin dilakukan juga secara berkepanjangan di kehidupan sehari-hari dan dikerjakan dengan cara konstan untuk mencapai target dan menambah ilmu serta meraih prestasi di kelas.

Selanjutnya, Yusuf (2006:116) menyatakan “Kebiasaan belajar adalah tindakan dalam proses pembelajaran yang menetap dalam diri sebab dilakukan secara teratur baik kiat, ataupun taktik saat proses berlangsung”

Muhibbin (2017:121) menyatakan “Kebiasaan belajar dimaksudkan adalah proses untuk membentuk kebiasaan yang lebih modern atau memperbaiki cara sebelumnya yang sudah dilakukan”.

Selanjutnya, Sulaiman (Achyanadia, 2013:5) menyatakan

Kebiasaan belajar bisa dipahami sebagai suatu upaya yang digunakan siswa secara konsisten ketika menyerap materi yang diberikan, memahami catatan, menyelesaikan pekerjaan serta ketika mengatur waktu pada saat menuntaskan suatu kegiatan terutama dalam proses pembelajaran.

Dari pendapat keempat ahli di atas dapat ditarik simpulan bahwa kebiasaan belajar dimaksudkan sebagai pola tingkahlaku yang tertanam dalam diri siswa terkait strategi maupun pendekatan pada saat siswa mendengarkan materi, menyelesaikan pekerjaan, mengatur waktu pada saat proses pembelajaran berlangsung.

b. Dimensi

Djaali (2018:128), mengatakan bahwa terdapat dua dimensi kebiasaan belajar yaitu: Pertama, Menghindari penundaan; bagian ini mengacu pada pola belajar siswa ketika menggarap suatu pekerjaan akademik tepat waktu, menghindari sesuatu yang bisa menunda penuntasan kegiatan, juga menghapus pengaruh yang kiranya menghambat proses yang sedang dijalani. Hal ini dapat dikatakan juga sebagai kewaspadaan saat belajar. Kedua, Metode kerja; adalah pola tingkah laku individu mengacu pada pemakaian metode (proses) pembelajaran yang efektif dan efisien pada saat belajar maupun mengerjakan tugas.

c. Aspek

Slameto (2010:82-91), mendeskripsikan aspek kebiasaan belajar adalah sebagai berikut:

- 1) Membuat roster belajar serta pelaksanaannya
Roster dikatakan sebagai sebuah agenda yang ditulis secara teratur sebagai pedoman seseorang mengerjakan aktivitasnya setiap hari. Jadwal yang dibuat dapat mempengaruhi kegiatan seseorang terutama saat belajar sehingga kegiatannya boleh terlaksana dengan sukses. Ketika seseorang mengikuti program yang ditetapkan maka ia dapat meluangkan kesempatan untuk melakukan hal lain yang dirasa perlu. Maka dari itu harus mempunyai kesadaran saat menjalankan tugas agar hasil belajar dapat meningkat.
- 2) Membaca dan membuat catatan
Menelaah buku mempunyai efek yang baik terhadap pembelajaran. Secara garis besar proses pembelajaran adalah memahami bacaan. Jika ingin sukses saat belajar sekiranya seseorang harus menelaah bacaan sebaik mungkin sebab telaah literatur adalah faktor yang penting. Agar siswa dapat memahami catatan secara efektif, siswa harus mempunyai kebiasaan membaca yang baik.
- 3) Mengulangi bahan pelajaran
Pengulangan berpengaruh pada proses pembelajaran, karena dengan pengulangan maka materi pembelajaran yang belum dikuasai akan dikuasai sebaik mungkin. Pengulangan bisa diterapkan caranya yaitu mempelajari kembali materi yang telah dipelajari. teknik ini bisa dilakukan dengan cara merangkum, kemudian mengulanginya, cukup belajar dari ringkasan tersebut atau bahkan mempelajari soal dan jawaban yang diberikan.
- 4) Konsentrasi
Selama proses pembelajaran berlangsung, tingkat konsentrasi seseorang mempunyai pengaruh yang sangat penting. Hal ini karena seseorang perlu memfokuskan daya pikir pada sesuatu. Memfokuskan pikiran adalah kebiasaan yang bisa dipelajari, tidak berdasarkan pada potensi serta kemampuan alami seseorang. Memusatkan pikiran dapat dilakukan dengan cara mengacuhkan sesuatu yang tidak ada hubungan langsung dengan apa yang sedang kita kerjakan sehingga memperoleh hasil yang efisien.
- 5) Mengerjakan tugas
Menyelesaikan suatu pekerjaan dapat dilakukan dengan cara mengerjakan tugas yang diberikan pengajar ataupun dari bahan bacaan yang berisi pertanyaan-pertanyaan. Supaya mendapat hasil yang memuaskan, seseorang harus mampu menyelesaikan tugasnya sampai tuntas. Mereka yang tidak terbiasa mengerjakan sesuatu secara rutin akan mudah

mengeluh ketika diberikan pekerjaan rumah. Masih ada siswa yang mengerjakan tugas dengan menjiplak hasil orang lain. Kesuksesan dalam belajar juga ditandai dengan ketepatan waktu siswa menuntaskan tugas. Membiasakan diri menunda-nunda pekerjaan yang diberikan merupakan hal buruk dalam proses pembelajaran.

d. Pentingnya Kebiasaan Belajar

Laird (Utami, 2022:23) menyatakan bahwa pentingnya menerapkan kebiasaan belajar yakni:

1) Menghemat waktu

Alur belajar yang baik dapat membantu seseorang meminimalkan banyak kesempatan untuk melakukan hal lain. Dengan membiasakan diri mengatur waktu maka kesempatan mengulang bahan pelajaran semakin banyak.

2) Meningkatkan efisiensi

Membiasakan diri melakukan sesuatu sampai beres akan membantu seseorang melakukan kepentingan lain di waktu yang bersamaan.

3) Menjadikan individu semakin cermat

Kebiasaan belajar yang sudah ada dan tersimpan dalam ingatan dan diulang terus menerus akan membantu individu menjadi pandai.

4) Menjadikan individu semakin ajeg

Kegiatan yang terorganisir secara baik akan membuat situasi, perasaan, minat dan kondisi psikologis tetap stabil.

B. Hasil Penelitian Terdahulu yang Relevan

- 1) Nurhidayatullah (2021) dengan judul Penerapan Teknik *Mind Mapping* untuk Meningkatkan Kebiasaan Belajar Siswa.

Tujuannya adalah untuk meningkatkan kebiasaan belajar siswa dengan menggunakan teknik *mind mapping*. Pendekatan kuantitatif adalah jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini. Angket digunakan sebagai teknik pengumpulan data. Jenis penelitian yang digunakan adalah deskripsi kuantitatif dengan desain *one-group pretest-posttest*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kebiasaan belajar siswa yang diberi perlakuan dengan teknik *mind mapping* meningkat. Hal ini terlihat pada angka rata-rata (median) sebelum perlakuan sebesar 66,75 dan setelah perlakuan meningkat menjadi 110,67. Maka dari itu, ditarik simpulan teknik *mind mapping* terbukti meningkatkan kebiasaan belajar siswa.

- 2) Penelitian yang dilakukan oleh Bancin (2022), terkait penerapan model pembelajaran *mind mapping* terhadap kreativitas dan hasil belajar siswa pada materi pembelajaran sistem gerak. Tujuannya adalah mengetahui kreatifitas siswa menggunakan teknik pemetaan pikiran pada materi pembelajaran sistem gerak. Penelitian yang digunakan adalah jenis deskripsi kuantitatif dan menerapkan model penelitian *one group pretest–posstest*. Dalam kajian ini 20 siswa menjadi sampel. Peneliti menggunakan rumus *N-gain* dan *Uji t* pada saat menganalisis data dan membuat persentase. Penelitian ini menunjukkan bahwa teknik yang digunakan efektif karena aktifitas siswa belajar di kelas semakin kreatif dibuktikan dengan perolehan

skor rata-rata 86,45 dengan $t_{hitung} > 1,729$ dengan demikian H_a diterima dan H_0 ditolak.

- 3) Utami (2022) dengan judul Penerapan Teknik *Mind Mapping* untuk Meningkatkan Kebiasaan Belajar Siswa di SMP Negeri 5 Parepare.

Tujuan yang ingin dicapai yaitu, pertama mendeskripsikan seperti apa kebiasaan belajar siswa, kedua mendeskripsikan penggunaan teknik, ketiga menumbuhkan kebiasaan belajar siswa. Untuk mencapai hasil yang diinginkan peneliti menggunakan jenis penelitian *pra-eksperimental* dengan subjek berjumlah dua belas orang. Sampel penelitian ditentukan menggunakan *simple random sampling* adapun data dikumpulkan dengan menggunakan alat pengumpul data yaitu angket dan pengamatan secara langsung. Hasil yang didapat dianalisis menggunakan statistik *deskriptif* serta *uji Wilcoxon*. Hasil uji *Wilcoxon* adalah *pretest* (N=12, Mean =75, Z = -3.072b, Asymp.sig= 0,002) dan *posttest* (N=12, Mean =110,67) yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Hasil yang diperoleh yaitu pada saat belum menerima perlakuan kebiasaan belajar siswa tidak maksimal dan setelah teknik diterapkan menunjukkan peningkatan yang signifikan.

- 4) Penelitian yang dilakukan oleh Naqiah (2019), tentang penerapan teknik *mind mapping* dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan manajemen waktu belajar di rumah.

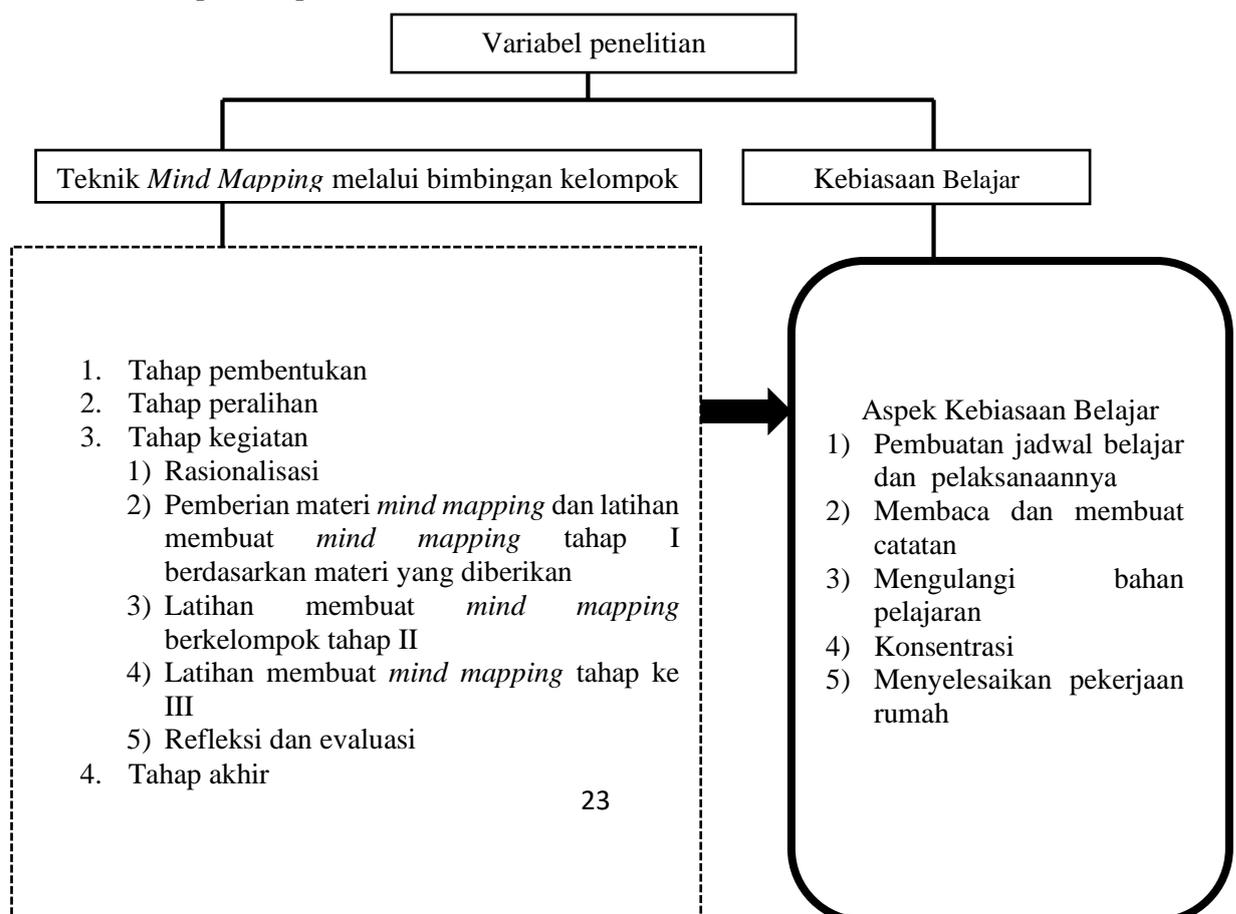
Tujuan penelitian adalah apakah penggunaan teknik tersebut sukses digunakan ketika pembelajaran terutama untuk mengatur waktu belajar di rumah. Jenis yang digunakan pada saat meneliti adalah kuantitatif dengan

desain *single group pre-posttest design*. Sampelnya berjumlah 7 orang ditentukan secara purposif. Alat pengumpul datanya adalah kuesioner. Analisis data yang dipakai adalah *sign-rank test*. Pada penelitian menunjukkan hasil yang memuaskan dengan kenaikan yang tinggi pada aspek pengaturan waktu belajar siswa dengan perolehan hasil secara *asimtotik.sig* (dua sisi) adalah $\rho = 0,018$.

C. Kerangka Konseptual

Sekaran (Sugiyono 2019:108) mengemukakan bahwa kerangka konseptual sebagai konsep berpikir mengenai teori satu dengan lainnya yang masih memiliki keterkaitan dengan segala hal yang diketahui sebelumnya. Kerangka konseptual yang menjelaskan dengan benar hubungan antara dua variabel dalam penelitian maka sah digunakan dalam suatu penelitian.

Berpedoman pada penjelasan tersebut maka dapat disusun kerangka konseptual seperti di bawah ini:



Santoso & Sasmito (Nurhidayatullah, 2021:46),
Prayitno (2012:120)

Slameto (2010:82-91)

Bagan 2.1 Kerangka Konseptual

Keterangan:

 = Variabel X (teknik *mind mapping*)

 = Variabel Y (kebiasaan belajar)

 = Garis yang menunjukkan efektivitas variabel X (teknik *mind mapping*) terhadap variabel Y (kebiasaan belajar)

D. Hipotesis Penelitian

1. Hipotesis

Menurut Sugiyono (2019:115), “Hipotesis adalah tanggapan sesaat untuk menjawab permasalahan yang kalimatnya berbentuk pertanyaan”. Terdapat 2 jenis hipotesis penelitian yang selalu digunakan yakni H_0 dan H_a

Lebih lanjut Arikunto (2013:112-113), menjelaskan bahwa hipotesis kerja (H_a) merupakan hipotesis yang menjelaskan terdapat pengaruh variabel X terhadap variabel Y. Sementara itu hipotesis nol/nihil (H_0)

merupakan hipotesis yang menjelaskan tidak terdapat pengaruh variabel X terhadap Variabel Y.

Hipotesis penelitian ini adalah:

1. Ho: penerapan teknik *mind mapping* melalui bimbingan kelompok tidak efektif mengubah kebiasaan belajar siswa
2. Ha: penerapan teknik *mind mapping* melalui bimbingan kelompok efektif mengubah kebiasaan belajar siswa