

## LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI DAN PSIKIS MAHASISWA DALAM PROSES PEMBELAJARAN DI MASA PANDEMI COVID-19

<sup>1</sup>Vitria Larseman Dela, <sup>2</sup>Nurhasanah Pardede, <sup>3</sup>Sukatno, <sup>4</sup>Anas Munandar Matondang  
<sup>5</sup>Harun Arrasyd

<sup>1,2,3,4,5</sup> Program Studi Bimbingan dan Konseling, FKIP, Universitas Muhammadiyah Tapanuli Selatan  
vitria.larseman@um-tapsel.ac.id

---

**Abstract:** *This research is based on the problems experienced by students while studying during the Covid-19 pandemic. The Indonesian government has limited activities outside the home such as educational activities that have been carried out online through online learning. The problems in this study are: 1. Many students feel stressed in the learning process during the pandemic because there are many online tasks being done, constrained by insufficient internet quota and inadequate internet network, 2. Many students are lazy, bored and bored in their work. learning process during a pandemic. The research method used was True experimental design in the form of pretest-posttest Control Group Design. With a sample of the experimental class, namely the third semester of 10 students and the control class, namely the first semester of 10 students, the total sample is 20 students. In this study, researchers focused more on guidance and counseling services, especially group guidance services. the results obtained from this study were the pretest results of the experimental group 892, the average of the experimental group was 89.2. The pretest of the control group was 604, the mean of the control group was 60.4. The results of the experimental group from the pretest data were 892, an average of 89.2, and the posttest to the experimental group 911, with an average of 91.1, after being given group guidance services. The results of the pretest and posttest of the experimental group with the results of 89.2 and posttest 91.1, the experimental group experienced an increase of 1.9. Then it can be concluded that the hypothesis is accepted.*

**Keywords:** *Counseling Guidance Services, Motivation and psychic, the Covid-19 pandemic.*

**Abstrak:** Penelitian ini didasarkan atas permasalahan yang dialami oleh para mahasiswa saat pembelajaran di masa pandemi Covid-19. Pemerintah Indonesia telah membatasi kegiatan diluar rumah seperti kegiatan pendidikan yang telah dilakukan secara online melalui pembelajaran online. Permasalahan dalam penelitian ini adalah : 1. Banyak Mahasiswa yang merasa stress dalam proses pembelajaran di masa pandemi karna banyak tugas daring yang dikerjakan, terkendala kuota internet yang tidak mencukupi serta jaringan internet yang tidak memadai, 2. Banyak mahasiswa yang malas, bosan dan jenuh dalam proses pembelajaran di masa pandemi. Metode penelitian yang digunakan *True experimental design* dengan bentuk *pretest-posttest Control Group Design*. Dengan sampel kelas eksperimen yaitu semester tiga sebanyak 10 mahasiswa dan kontrol yaitu semester satu sebanyak 10 mahasiswa sehingga jumlah sampel 20 mahasiswa. Dalam penelitian ini peneliti lebih memfokuskan pada layanan bimbingan dan konseling khususnya layanan bimbingan kelompok. Hasil yang diperoleh dari penelitian ini hasil pretest kelompok eksperimen 892, rata-rata kelompok eksperimen adalah 89,2. Pretest kelompok kontrol 604, rata-rata kelompok kontrol adalah 60,4. Hasil kelompok eksperimen dari data pretest adalah 892, rata-rata 89,2, dan posttest kelompok eksperimen 911, dengan rata-rata 91,1, setelah diberikan layanan bimbingan kelompok. Hasil pretest dan posttest kelompok eksperimen dengan hasil 89,2 dan posttest 91,1 maka kelompok eksperimen mengalami peningkatan sebesar 1,9, Maka dapat disimpulkan hipotesisnya diterima.

**Kata kunci:** Layanan Bimbingan Konseling, Motivasi dan psikis, Masa pandemi Covid-19

---

## PENDAHULUAN

Pada Desember 2019 dilaporkan bahwa virus corona jenis baru atau SARS-CoV-2 pertama kali muncul. Virus yang menyebabkan gangguan pernafasan itu telah menyebar hampir ke semua negara di dunia (Mona, 2020). Penyebarannya begitu cepat, 3 bulan setelah laporan pertama di Wuhan China, virus itu telah masuk ke Indonesia. Melihat sebaran virus corona, organisasi kesehatan dunia WHO telah mendeklarasikan bahwa Covid-19 sebagai pandemi global. Sebagai upaya penghentian laju penyebaran virus, banyak negara yang menerapkan *lockdown* untuk menghentikan segala aktivitas keluar maupun yang akan masuk kedalam negeri.

Covid-19 telah menjadi pandemi, sehingga pemerintah di berbagai negara telah menerapkan *lockdown* atau karantina. Pengertian karantina menurut UU Republik Indonesia Nomor 6 tahun 2018 tentang Kekarantinaan Kesehatan adalah pembatasan kegiatan dan/atau pemisahan seseorang yang terpapar penyakit menular sebagaimana ditetapkan dalam peraturan perundang-undangan meskipun belum menunjukkan gejala apapun untuk mencegah kemungkinan penyebaran ke orang di sekitarnya (UU No 6 tahun 2018) . Pemerintah Indonesia telah menghimbau untuk tetap di dalam rumah dan mengisolasi diri. Pemerintah Indonesia menerapkan aturan PSBB yang merupakan singkatan dari Pembatasan Sosial Berskala Besar yang dibuat dalam rangka penanganan COVID-19 (Mona, 2020). Hal ini dilakukan

dengan harapan virus tidak menyebar lebih luas dan upaya penyembuhan dapat berjalan maksimal. Dalam usaha pembatasan sosial ini pemerintah Indonesia telah membatasi kegiatan diluar rumah seperti kegiatan pendidikan yang telah dilakukan secara online melalui pembelajaran online. Pembelajaran online dilakukan dengan memanfaatkan teknologi khususnya internet. Pembelajaran online dilakukan dengan sistem belajar jarak jauh, dimana Kegiatan Belajar dan Mengajar (KBM) tidak dilakukan secara tatap muka.

Di Indonesia sendiri, meskipun tidak sepenuhnya menerapkan *lockdown*, namun banyak daerah yang menerapkan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) di wilayahnya masing-masing. Masyarakat diminta untuk berdiam diri di rumah dan mengurangi kegiatan diluar rumah. Membatasi diri untuk tetap tinggal di rumah dalam jangka waktu lama tentu menimbulkan banyak sekali akibat. Tujuan utama untuk memutus mata rantai penyebaran virus corona memang tepat sasaran. Namun hal ini juga menimbulkan berbagai dampak negatif, terutama pada sektor perekonomian dan pendidikan di Indonesia. Banyak sekali kerugian yang dialami oleh industri besar, menengah maupun kecil yang berujung pada pemutusan hubungan kerja (PHK) bagi para karyawannya (Mona, 2020).

Pada sektor pendidikan, kegiatan belajar-mengajar terpaksa harus dilakukan dengan menggunakan sistem daring. Pembelajaran dilakukan dengan menggunakan media, baik media cetak (modul) maupun non cetak

(audio/video), komputer/internet, siaran radio dan televisi (Mona, 2020). Pada pembelajaran online, peserta didik dapat menjadi kurang aktif dalam menyampaikan aspirasi dan pemikirannya, sehingga dapat mengakibatkan pembelajaran yang menjenuhkan. Seorang siswa yang mengalami kejenuhan dalam belajar akan memperoleh ketidakmajuan dalam hasil belajar (Noveandini, 2017). Oleh karena itu, diperlukan pendorong untuk menggerakkan menggerakkan siswa agar semangat belajar sehingga dapat memiliki prestasi belajar. Semangat belajar dapat dimiliki dengan meningkatkan motivasi belajar. Motivasi belajar adalah sebuah penggerak atau pendorong yang membuat seseorang akan tertarik kepada belajar sehingga akan belajar secara terus-menerus (Hellen, 2002).

Motivasi yang rendah dapat menyebabkan rendahnya keberhasilan dalam belajar sehingga berdampak pada prestasi belajar mahasiswa. Meskipun belum ada penelitian resmi yang menyatakan seberapa besar efektivitas pembelajaran sistem daring ini dibandingkan dengan pembelajaran secara manual, namun melihat realitas saat ini banyak dari kaum pelajar dan mahasiswa yang mengeluhkan pembelajaran jarak jauh tersebut (Rimbarizky, 2017). Mahasiswa lebih menyukai pembelajaran secara langsung atau *face to face* seperti biasanya. Fenomena ini semakin lama menimbulkan berbagai dampak, terutama pada aspek kejiwaan mahasiswa (Wulandari, 2017). Banyak mahasiswa yang mengeluh dengan pembelajaran online, rasa malas, stress,

bosan, dan jenuh. Mahasiswa juga dituntut agar memenuhi kuota internet, kendala jaringan yang tidak bagus, serta materi yang disampaikan secara online pun tidak dapat dipahami oleh mahasiswa dengan baik. Berdasarkan uraian tersebut, maka peneliti ingin mengkaji dan memahami lebih dalam lagi **“Bagaimana Layanan Bimbingan dan Konseling dalam meningkatkan motivasi dan psikis mahasiswa dalam proses pembelajaran di Masa Pandemi Covid-19”?**

#### **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif eksperimen. dengan jelas sejak awal hingga pembuatan desain penelitiannya. Metode penelitian kuantitatif, sebagaimana dikemukakan oleh (Sugiyono, 2014) yaitu : “Metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan”.

Dalam penelitian ini, maka sampel yang diambil adalah sebagian atau beberapa mahasiswa atau mahasiswi program studi Bimbingan dan Konseling Universitas Muhammadiyah Tapanuli Selatan yang berjumlah 20 orang. Jumlah ini diambil mengingat sekarang masa pandemi. Untuk lebih jelas dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 2. Sampel Penelitian**

Mahasiswa/ i prodi BK Umtapsel	L	P	Jumlah	Keterangan
Semester 1	7	3	10	Eksperimen
Semester 3	5	5	10	Kontrol
Jumlah				20

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *non random sampling* dengan metode sampling purposif (*purposive sampling*). Menurut Sukardi (2003) *sampling purposive* adalah pemilihan sekelompok subyek didasarkan atas ciri-ciri atau sifat-sifat tertentu yang dipandang mempunyai sangkut paut yang erat dengan ciri-ciri atau sifat populasi yang sudah diketahui sebelumnya.

Teknik analisis statistik yang digunakan untuk menguji dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Data test* dan *Kolmogorof Smirnov*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

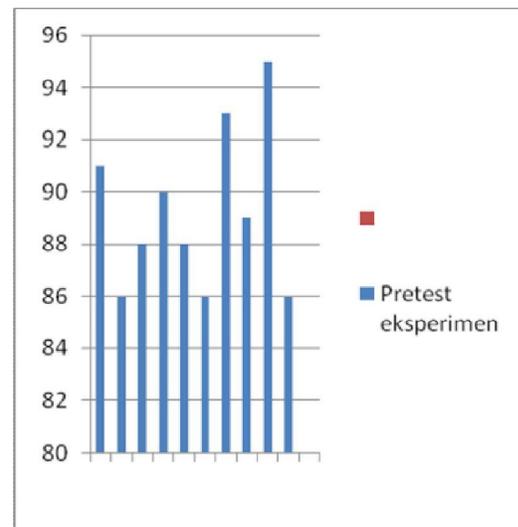
### 1. Hasil data Pretest

Hasil data pretest dan penilain grafik pretest yang diperoleh mahasiswa universitas muhammadiyah tapanuli selatan tertera pada tabel di bawah ini :

**Tabel****Hasil Pretest Kelompok Eksperimen**

Nama Responden	Kelompok Eksperimen
Andi	91
Alfan	86

Citra	88
Indah	90
Kaya	88
Nazrin	86
Nur azizah	93
Rahman	89
Sinar	95
Bintang	86
<b>Total</b>	<b>892</b>
<b>Rata-rata</b>	<b>89,2</b>



Berdasarkan pada grafik pretest eksperimen diatas terdapat pada item pertama atas nama andi memperoleh nilai 91. Dan diperoleh grafik pretest eksperimen pada item kedua atas nama alfan memperoleh nilai 86. Grafik pretest eksperimen pada item ketiga atas nama citra memperoleh nilai 88. Dan grafik pretest eksperimen pada item keempat atas nama indah memperoleh nilai 90. Grafik pretest eksperimen pada item kelima atas nama kaya memperoleh nilai 88. Dan diperoleh grafik pretest eksperimen pada item keenam atas nama

nazrin memperoleh nilai 86. Grafik pretest eksperimen pada item ketujuh atas nama nur azizah memperoleh nilai 93. Diperoleh grafik pretest eksperimen pada item kedelapan atas nama rahman memperoleh nilai 89. Dan diperoleh grafik pretest eksperimen pada item kesembilan atas nama sinar memperoleh nilai 95. Dan diperoleh grafik pretest eksperimen pada item kesepuluh atas nama bintang memperoleh nilai 86.

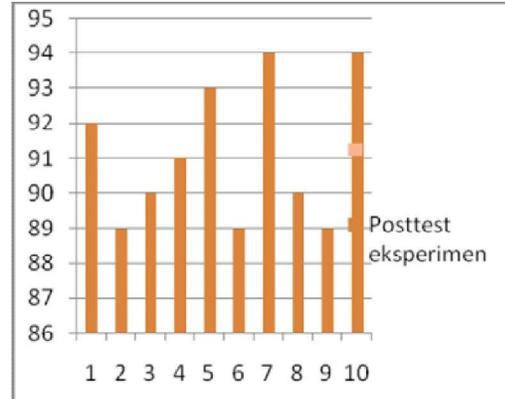
2. Analisis data posttest eksperimen

Hasil data posttest dan penilain grafik posttest eksperimen yang diperoleh mahasiswa dan mahasiswi program studi Bimbingan dan Konseling pada tabel di bawah ini :

**Tabel**

**Hasil Posttest Kelompok Eksperimen**

No peserta didik	Kelompok Eksperimen
Andi	92
Alfan	89
Citra	90
Indah	91
Kaya	93
Nazrin	89
Nur azizah	94
Rahman	90
Sinar	89
Bintang	94
<b>Total</b>	<b>911</b>
<b>Rata-rata</b>	<b>91,1</b>



Berdasarkan pada grafik posttest eksperimen diatas terdapat pada item pertama atas nama abadi memperoleh nilai 92. Dan diperoleh grafik posttest eksperimen pada item kedua atas nama alwan memperoleh nilai 89. Grafik posttest eksperimen pada item ketiga atas nama citra memperoleh nilai 90. Dan grafik posttest eksperimen pada item keempat atas nama indah memperoleh nilai 91. Grafik posttest eksperimen pada item kelima atas nama kaya memperoleh nilai 93. Dan diperoleh grafik posttest eksperimen pada item keenam atas nama nazrin memperoleh nilai 89. Grafik posttest eksperimen pada item ketujuh atas nama nur azizah memperoleh nilai 94. Diperoleh grafik posttest eksperimen pada item kedelapan atas nama rahman memperoleh nilai 90. Dan diperoleh grafik posttest eksperimen pada item kesembilan atas nama sinar memperoleh nilai 89. Dan diperoleh grafik posttest eksperimen pada item kesepuluh atas nama bintang memperoleh nilai 94.

3. Analisis data posttest kelompok kontrol  
 Kelompok kontrol adalah kelompok yang tidak melakukan bimbingan kelompok. Hasil yang diperoleh dari pretest dan posttest

kelompok kontrol dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

**Tabel**

**Pretest dan Posttest Kelompok Kontrol**

Nama Responden	Skor	
	Pretest kontrol	Posttest kontrol
Sariona	61	62
Risna	61	62
Dwiyani	64	65
Wahyuni	68	69
Sulis	58	59
Kamel	62	63
Vianita	56	57
Khodijah	58	59
Dahlan	54	55
Paisal	62	63
<b>Jumlah</b>	<b>604</b>	<b>614</b>
<b>Rata-rata</b>	<b>60,4</b>	<b>61,4</b>

Berdasarkan data diatas dapat diketahui bahwa peningkatan hasil berbeda-beda. Rata-rata hasil dari pretest kontrol adalah 60,4. Rata-rata hasil dari posttest adalah 61,4. Maka dapat disimpulkan bahwa setelah dilakukan posttest hasil rata-rata dengan hasil 1.

### Uji Hipotesis

Uji Hipotesis adalah cabang Ilmu Statistika Inferensial yang dipergunakan untuk menguji kebenaran suatu pernyataan secara statistik dan menarik kesimpulan apakah menerima atau menolak pernyataan tersebut

(Sukardi, 2003). Pembuatan uji hipotesis yang dilakukan adalah penghitungan dari hasil pretest dan hasil posttest lalu dibandingkan antara kedua hasil tersebut apakah terdapat peningkatan yang signifikan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok sebanyak lima kali pertemuan ternyata hasil rata-rata pretest eksperimen adalah 89,2 dan hasil dari posttest eksperimen adalah 91,1. Maka terdapat peningkatan antara pretest dan posttest pada kelas eksperimen dengan hasil 1,9. Sedangkan hasil dari pretest kelompok kontrol adalah 60,4 dan posttest kelompok kontrol 61,4. Maka terdapat hasil antara pretest dan posttest kelompok kontrol dengan hasil 1, dikarenakan kelompok kontrol tidak dilaksanakan bimbingan kelompok. Berdasarkan perbandingan kedua kelas tersebut kelompok eksperimen dilaksanakan bimbingan kelompok maka dari hasil pretest dan posttest kelompok eksperimen ada peningkatan yang signifikan maka hipotesis diterima.

Pembahasan pada hasil penelitian ini, berdasarkan penelitian dilakukan bimbingan kelompok dengan 5 kali pertemuan terhadap mahasiswa program studi bimbingan dan konseling yaitu pada semester 1 dan 3. Pada pelaksanaan pertemuan bimbingan kelompok membahas topik yang berbeda-beda tapi saling memiliki keterkaitan diantaranya dalam meningkatkan motivasi dan psikis dalam proses pembelajaran di masa pandemi covid-19.

Berdasarkan hasil pengamatan setiap pertemuan pertama bimbingan kelompok pada kelas eksperimen yang terdiri dari sepuluh

mahasiswa dengan materi motivasi belajar di saat pandemi yang paling menonjol yaitu ditemukan ada lima mahasiswa yang memiliki keaktifan dan antusias yang baik tapi masih merasa cemas dan takut dengan situasi virus corona saat ini, dan ada tiga mahasiswa yang rajin mengumpulkan tugas secara online, dan dua siswa yang mampu menguasai setiap materi yang disampaikan meskipun disampaikan secara *zoom meeting*. Hasil pengamatan pada pertemuan kedua dengan materi cara atasi rasa takut dan cemas saat pandemi covid-19 yang paling menonjol adalah ada empat siswa yang bisa menetralkan rasa takut dan cemas saat ke kampus untuk mendiskusikan tugas dengan dosen maupun teman. enam siswa merasa masih suka belajar di rumah dan takut untuk berpegi dan berkeliaran di luar rumah. Pada hasil pengamatan pertemuan ketiga dengan materi cara tepat belajar di masa pandemi terdapat tiga siswa interaksi siswa yang mengeluhkan tidak cukupnya kuota saat pembelajaran jarak jauh (daring), ada tiga siswa yang lebih suka dan bersemangat untuk belajar daring karena bisa juga mengerjakan pekerjaan yang lain, dan ada juga empat siswa yang menginginkan perkuliahan atau pembelajaran tatap muka dan daring karena akan lebih banyak mendapatkan materi pembelajaran. Pada hasil pengamatan pertemuan ke empat dengan materi rasa optimis adanya tujuh mahasiswa yang memiliki pemikiran yang positif, dan ada tiga mahasiswa yang mengalami kegagalan yang berlarut-larut. Pada pengamatan yang terakhir dengan materi

Pembelajaran di masa new normal ada enam mahasiswa yang sudah bersemangat untuk menjalani pembelajaran di masa new normal, dan ada empat mahasiswa yang masih belum bisa menyesuaikan diri belajar di masa new normal seperti belum betah memakai masker dan mencuci tangan. Berdasarkan setiap pertemuan pertama sampai pertemuan kelima maka indikator yang diamati oleh peneliti ada siswa yang aktif bertanya, ada juga siswa yang tidak sama sekali bertanya, ada juga siswa yang hanya mendengarkan, dan ada juga siswa yang saling bertukar pendapat, dan siswa-siswi yang saling tolong menolong dalam setiap materi yang disampaikan.

Berdasarkan penghitungan dari hasil pretest diatas yang diadakan pada tanggal 23 Desember 2021 hasil pretest kelompok eksperimen adalah 89,2, rata-rata kelompok eksperimen adalah 89,2. Hasil pretest kelompok kontrol 60,4, rata-rata kelompok kontrol 60,4. Begitu juga dengan hasil dari posttest yang diperoleh pada tanggal 7 Januari 2022 setelah diadakannya bimbingan kelompok, kelas yang mendapat bimbingan kelompok hanya diberikan kepada kelompok eksperimen, dan kelas kontrol tidak diberikan bimbingan kelompok, diperoleh hasil posttest kelompok eksperimen 91,1, dengan rata-rata 91,1. Hasil posttest kelompok kontrol adalah 61,4, dengan rata-rata 61,4. Hasil pretest dan posttest kelompok eksperimen dengan hasil 89,2 dan posttest 91,1 maka kelompok eksperimen mengalami peningkatan sebesar 1,9. Dan hasil dari pretest dan posttest kelompok kontrol

dengan hasil 60,4 dan posttest 61,6 maka kelompok kontrol dengan hasil 1. Maka dari hasil penghitungan terjadi peningkatan motivasi dan psikis pada mahasiswa dan mahasiswi program studi bimbingan dan konseling Universitas Muhammadiyah Tapanuli Selatan setelah melaksanakan diberikan layanan bimbingan konseling dan kelompok selama lima kali pertemuan.

### SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan bertujuan untuk melihat Layanan Bimbingan dan Konseling untuk meningkatkan motivasi dan psikis mahasiswa dalam proses pembelajaran pada masa pandemi Covid-19 adalah:

1. Berdasarkan hasil pengolahan penelitian yang telah dilaksanakan pada bab sebelumnya maka hasil yang diperoleh dari penelitian ini hasil pretest kelompok eksperimen 89,2, rata-rata kelompok eksperimen adalah 89,2. Pretest kelompok kontrol 60,4, rata-rata kelompok kontrol adalah 60,4.
2. Hasil kelompok eksperimen dari data pretest adalah 89,2, rata-rata 89,2, dan posttest kelompok eksperimen 91,1, dengan rata-rata 91,1, setelah diberikan layanan bimbingan kelompok. Hasil pretest dan posttest kelompok eksperimen dengan hasil 89,2 dan posttest 91,1 maka kelompok eksperimen mengalami peningkatan sebesar 1,9.
3. aka dapat disimpulkan hipotesisnya diterima.

Hallen A. (2002). *Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Ciputat Pers. cet-1

Mona. N. (2020). Konsep Isolasi Dalam Jaringan Sosial Untuk Meminimalisasi Efek Contagious (Kasus Penyebaran Virus Corona Di Indonesia). *Jurnal Sosial Humaniora Terapan Universitas Indonesia*.

Noveandini, R., & Wulandari, M. S. (2010). Pemanfaatan Media Pembelajaran Secara Online (E-learning) Bagi Wanita Karir Dalam Upaya Meningkatkan Efektivitas Dan Fleksibilitas Pemantauan Kegiatan Belajar Anak Siswa/i Sekolah Dasar. In *Seminar Nasional Aplikasi Teknologi Informasi (SNATI)*

Prayitno dan Erman Amti. (2009). *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta .

Rimbarizki, R. (2017). Penerapan Pembelajaran Daring Kombinasi Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik Paket C Vokasi di Pusat Kegiatan Belajar Masyarakat (PKBM) Pioneer Karanganyar. *J+ PLUS UNESA*

Sugiyono. 2014. *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: Alfabeta

Sukardi. 2003. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Yogyakarta: Bumi Aksara.

Wulandari, B., & Surjono, H. D. (2013). Pengaruh problem-based learning terhadap hasil belajar ditinjau dari motivasi belajar PLC di SMK. *Jurnal Pendidikan Vokasi*