

Upaya Dosen Bimbingan Konseling Meningkatkan Kemampuan Kognitif Mahasiswa

Ananda Maha Putri¹ & Try Velina²

¹Universitas Putra Indonesia YPTK Padang, Sumatera Barat, Indonesia.

²Sekolah Tinggi agama Islam Sangatta, Kalimantan Timur, Indonesia.

*Penulis Korespondensi: anandamahaputri@gmail.com

Informasi Artikel

Kata Kunci:

Guidance and Counselling,
Student, Cognitive Abilities.

ABSTRAK

Students' cognitive abilities are a benchmark for improving their academic achievement. High cognitive abilities will influence the student's learning achievement and achieve cum laude grades. If students' cognitive abilities increase, students will easily be active and creative in class and outside of class. Therefore, various methods are used to improve students' cognitive abilities. One of them is by providing counseling services to students through information services. In information services, a number of cognitive activities are carried out so that apart from increasing knowledge and insight, students also develop cognitive abilities. Based on these assumptions, the author conducted research with a focus on observing improving students' cognitive abilities through information services. The author conducted this research involving 45 students. Based on the results of data analysis, it is clear that cognitive abilities have increased significantly before being provided with information services and after being provided with information services. In this way, lecturers can provide information services to improve students' cognitive abilities both in class and outside of class.

PENDAHULUAN

Proses pengembangan diri pada setiap individu melakukan percobaan dari waktu ke waktu, dari bidang satu ke bidang lainnya, dari suatu tempat ke tempat lainnya. Tingkat kematangan berpikir individu dimulai pada masa remaja. Pada masa itu, remaja biasanya mulai menyadari pentingnya mengembangkan potensi yang ada pada dirinya, dan melakukannya di berbagai ruang dan waktu, seperti di rumah, sekolah, juga pada lingkungan masyarakat. Terdapat beberapa aspek yang penting dan aktif berkembang yaitu perkembangan fisik, perkembangan psikis, perkembangan sosial, perkembangan kemampuan kognitif, dan perkembangan kestabilan emosi (Kusumawardhani & Burhanuddin, 2020; Sandha et al., 2012; Wahyuni, 2013). Setiap aspek perkembangan satu sama lain tentunya saling mempengaruhi (Solihin et al., 2013).

Pada masa ini, individu juga memiliki tugas untuk mampu bertanggung jawab atas tindakan yang diambil. Untuk dapat bertindak, tentunya setiap individu didahului dengan adanya aktivitas berpikir (Destrianti & Harnani, 2022). Kegiatan berpikir ini ditentukan dengan adanya atau rendah dan tingginya kemampuan kognitif individu tersebut (Desmawati & Farida, 2018). Di asumsikan, individu yang memiliki kemampuan kognitif yang baik akan mampu mengambil tindakan tepat dan mampu untuk dipertanggungjawabkan (Ulya & Rahayu, 2018). Proses kognitif mengacu pada tingkat kecerdasan yang mencirikan individu dengan minat yang berbeda, terutama berpikir dan belajar karena semua orang berpikir dengan kecerdasannya. Pernyataan tersebut sesuai dengan pendapat Desmita bahwa keterampilan kognitif adalah bagian dari pengembangan terkait pengetahuan individu itu sendiri (Desmawati & Farida, 2018).



Menurut Himmatul Ulya Kognitif mengacu pada karakteristik individu dalam menanggapi, memproses, menyimpan, berpikir, dan menggunakan informasi untuk menanggapi suatu tugas atau berbagai jenis situasi lingkungan (Ulya & Rahayu, 2018). Himmatul Ulya mengidentifikasi Ada 3 tipe gaya kognitif yaitu : Field Dependent (FD), Field Intermediate (FDI), dan Field Independent (FI). Individu FD cenderung bekerja dengan motivasi eksternal, yaitu mencari bimbingan dan petunjuk dari orang lain. Individu FDI cenderung memiliki kemampuan seperti mahasiswa FD atau FI karena FDI terletak di antara keduanya. Individu FI memandang persoalan secara analitis, mampu menganalisis dan mengisolasi rincian yang relevan, mendeteksi pola, dan mengevaluasi secara kritis suatu persoalan. Karakteristik dari gaya kognitif yang berbeda-beda tersebut dapat mempengaruhi kemampuan belajar mahasiswa. Untuk mendorong perkembangan kognitif mahasiswa, salah satunya adalah dengan cara meningkatkan kemampuan kognitif. Pada hakikatnya perkembangan kognitif tujuannya adalah agar mahasiswa dapat menjelajahi dunia sekitar dengan akal sehatnya.

Proses kognitif adalah cara mendapatkan wawasan yang berupa kecerdasan, sensasi, serta mencoba mengetahui hal yang dialami mahasiswa. Kognitif sangat berkaitan terhadap inteligensi, dengan mencirikan minat ganda dalam berpikir belajar. Kognisi adalah potensi seorang mahasiswa atau kekuatan dalam mempelajari suatu hal. Akal dapat merealisasi atau manifestasi dari kekuatan atau potensi ini dalam bentuk aktivitas atau perilaku. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Sujiono dan Yuliani Nurani kognisi merupakan proses berpikir individu dengan menghubungkan kekuatan atau kemampuan diri dalam sesuatu yang terjadi serta mengevaluasi dan berpikir (Sujiono et al., 2014).

Bimbingan konseling memiliki pelayanan yang dapat dimanfaatkan oleh berbagai kalangan, efektif pada usia anak-anak, remaja, dewasa hingga usia lanjut. Bimbingan dan konseling berupaya menjadikan kehidupan efektif sehari-hari terganggu menjadi kehidupan yang efektif (KES-T menjadi KES). Dalam hal perkembangan kemampuan kognitif ini, bimbingan dan konseling dapat memberikan kontribusi positif melalui layanan-layanan yang dimiliki, salah satunya melalui layanan informasi. Layanan informasi dapat memberikan pemahaman kepada individu atau kelompok sehingga mahasiswa mampu mencegah diri dari kondisi negatif dan mengembangkan serta memelihara kondisi positif yang terdapat di dalam diri mereka (Marisa & Putri, 2017). Selain itu, dengan adanya pemahaman yang dimiliki, mahasiswa mampu memaknai dan mengatasi permasalahan yang sedang dialami. Lebih jauh lagi, mahasiswa memahami hak-hak pribadi yang mereka miliki sehingga memiliki kepercayaan diri dan keyakinan untuk menggunakan hak-hak pribadinya tersebut. Dengan adanya pemberian layanan informasi, mahasiswa menjadi memiliki locus of control dalam menentukan tindakan yang akan diambil dan dipertanggungjawabkan.

Kemampuan akademik mahasiswa bisa meningkat jika mahasiswa tersebut memiliki tingkat kognitif yang tinggi. Kemampuan kognitif yang meningkat akan mempengaruhi prestasi belajar mahasiswa di kelas dan tidak dipungkiri akan mendapat nilai yang memuaskan dan menjadikan mahasiswa tersebut berprestasi serta mendapatkan kategori mahasiswa cumlaude. Saat ini penulis memfokuskan untuk meningkatkan kemampuan kognitif mahasiswa dengan cara pemberian layanan bimbingan konseling. Salah satu layanan konseling yang dapat digunakan dalam meningkatkan kognitif mahasiswa adalah layanan informasi. Menurut I N Krisnayana, dkk (2014) menyatakan bahwa restrukturisasi kognitif berakar pada penghapusan distorsi kognitif atau kesimpulan yang salah, pikiran, keyakinan irasional, dan mengembangkan kognisi baru dengan pola respon yang lebih baik atau sehat. Berdasarkan permasalahan yang dipaparkan di

atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian guna mengetahui efektifitas layanan informasi dalam meningkatkan kognitif mahasiswa dalam belajar.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan eksperimen dengan the one group pretest-posttest design. Subyek pada penelitian ini adalah mahasiswa pada usia 18-23 tahun. Peneliti menggunakan teknik purposive sampling, sehingga besaran subyek dalam penelitian ini sebanyak 45 mahasiswa. Untuk mengukur kemampuan kognitif remaja, baik sebelum maupun sesudah layanan konseling informasi, kami menggunakan skala kemampuan kognitif dengan indikator pengetahuan, keterampilan, terapan, kajian, keterpaduan, dan penilaian.

Tahapan pada penelitian ini adalah : (1) pengukuran kemampuan kognitif mahasiswa tahap awal (pre-test), (2) pemberian layanan informasi sebagai perlakuan, (3) pengukuran kemampuan kognitif mahasiswa tahap akhir (post-test). Para mahasiswa diminta untuk mengisi skala kemampuan kognitif tersebut secara sukarela dan terbuka. Kemudian, hasil pengukuran dianalisis untuk diketahui seberapa tinggi kemampuan kognitif mahasiswa tersebut. Selanjutnya, para mahasiswa diberikan perlakuan berupa pemberian layanan informasi yang memberikan pengetahuan baru yang kemudian dimaknai sehingga memberikan pemahaman, contoh-contoh penerapan, kemampuan menganalisis situasi, mensintesis hingga mengevaluasi. Terakhir, para mahasiswa diberikan skala mengenai kemampuan kognitif kembali untuk kemudian hasilnya dibandingkan dengan hasil pre-test.

Data yang diperoleh baik pre-test maupun post-test dianalisis dengan statistik deskriptif, dan kemudian dilakukan pengujian hipotesis. Statistik deskriptif yang dimaksud adalah nilai rerata, nilai maksimum, minimum, dan standar deviasi. Kemudian pada data tersebut dilakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang menggunakan cara one simple t-test. Data diolah dan dianalisis dengan menggunakan aplikasi SPSS versi 20.0.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi data ini merupakan deskripsi data statistik dari hasil perhitungan atas penelitian yang dilakukan untuk mengukur variabel, kemampuan kognitif mahasiswa sebelum diberikan layanan informasi dan setelah pemberian layanan informasi. Hasilnya sebagai berikut:

Tabel 1: Deskripsi Statistik Variabel Ke Mampuan Kognitif Sebelum dan Sesudah Pemberian Layanan Informasi

Tahap Pengukuran	N	Min	Max	Mean	Std. Deviation
Pre-test	45	122	178	156,47	15,227
Post-test	45	151	210	183,50	15,267
Valid (N)	45				

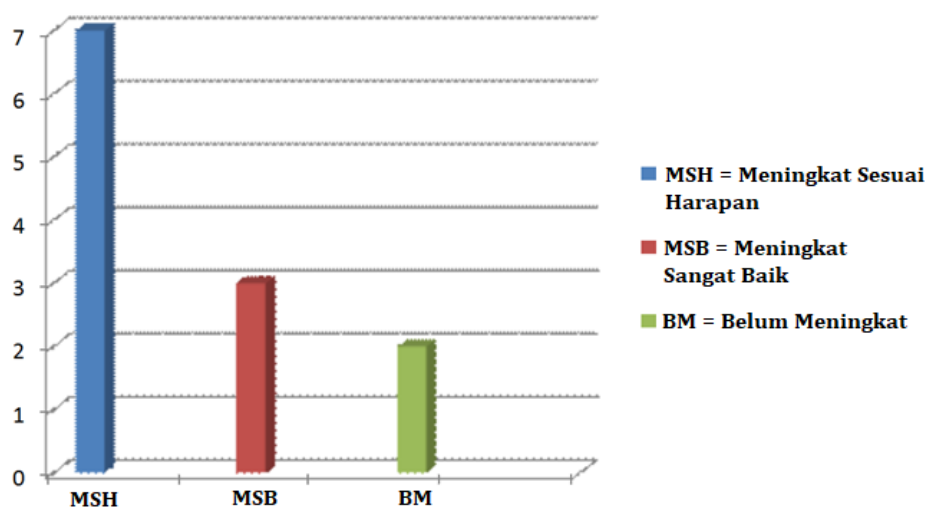
Berdasarkan data di atas, terlihat skor kemampuan kognitif sebelum diberikan layanan informasi memiliki rata-rata 156,47 dengan simpangan baku 15,277, skor minimum 122 dan skor maksimum 178. Sedangkan sesudah diberikan layanan menjadi memiliki rata-rata 183,50 dengan simpangan baku 15,267, skor minimum 151 dan skor maksimum 210. Dari deskripsi tersebut juga dapat dilihat bahwa nilai mean hampir sama antara sebelum pemberian layanan informasi dan setelah pemberian layanan informasi, yaitu 156,47 dan 183,50. Bila hasil ini diterjemahkan ke

dalam tabel norma kategorisasi maka masing-masing dapat dikatakan bahwa kemampuan kognitif mahasiswa dalam kategori netral. Berdasarkan tabel 1 juga terlihat bahwa terdapat perubahan skor mean (rata-rata) antara sebelum sebesar 156,47 dan sesudah diberikan layanan informasi sebesar 183,50. Hal tersebut terjadi peningkatan kemampuan kognitif mahasiswa sebesar 28,03. Berdasarkan interval kategorisasi, maka peningkatan kemampuan kognitif remaja masih dalam kategori netral.

Tabel 2. Hasil Pengujian Hipotesis Kemampuan Kognitif Mahasiswa Sebelum Pemberian Layanan Informasi dan Setelah Pemberian Layanan Informasi

Tahap Pengukuran	t	f	Sig. (2 tailed)	Mean Difference	Lower	Upper
Pre_test	65.654	5	.000	155.375	151.50	161.28
Post_test	75.955	5	.000	185.500	178.60	180.50

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa nilai pvalue (sig.) = 0,000 sedangkan nilai $\alpha = 0,05$. Jika dibandingkan maka pvalue (sig.) = 0,000 lebih kecil dari nilai $\alpha = 0,05$. Oleh karena pvalue (sig.) = 0,000 < $\alpha = 0,05$, maka hipotesis yang berbunyi terdapat perbedaan rata-rata kemampuan kognitif mahasiswa sebelum pemberian layanan informasi dan setelah pemberian layanan informasi dinyatakan diterima sehingga hipotesis nol yang berbunyi tidak terdapat perbedaan rata-rata kemampuan kognitif sebelum pemberian layanan informasi dan setelah pemberian layanan informasi dinyatakan ditolak. Hal ini bermakna bahwa layanan informasi secara signifikan mempengaruhi kemampuan kognitif mahasiswa. Sehingga jelas bahwa layanan informasi memberikan pengaruh yang signifikan pada peningkatan kemampuan kognitif mahasiswa.



Gambar 1. Grafik Peningkatan Kemampuan Kognitif Mahasiswa

Mahasiswa tentunya banyak mengalami tantangan dalam perkuliahan, salah satunya tantangan dalam kemampuan berfikir. Kemampuan berfikir ini disebut kemampuan kognitif. Dimana dalam menjalani perkuliahan mahasiswa sudah matang dalam mengambil keputusan dan mempertimbangkan baik dan buruk, benar dan salah dalam bersikap, bertindak dan berperilaku. Menurut Cindy Marisa dan Evy Fitriyanti (2019) sikap dan perilaku yang muncul ke permukaan atau yang nampak merupakan pertimbangan dari kemampuan kognitif yang dimiliki, baik sikap dan perilaku positif maupun negatif. Kemampuan kognitif dapat dimaknai sebagai kemampuan untuk dapat memikirkan segala sesuatu dengan lebih luas dan mendalam serta kemampuan

melakukan penalaran serta pemecahan masalah. Jika kemampuan kognitif ini meningkat, maka akan memudahkan mahasiswa dapat memahami dan mempraktikkan kemampuan positif yang lebih bermakna, guna untuk melanjutkan perannya dengan tepat dalam kehidupan bermasyarakat dan interaksinya dengan lingkungan. Layanan informasi yang merupakan bagian dari layanan Bimbingan dan Konseling, memberikan manfaat kepada mahasiswa untuk dapat menggunakan informasi semaksimal mungkin dalam upaya kehidupan sehari-hari yang efektif. layanan informasi yang dilakukan kepada mahasiswa bertujuan untuk memperkaya dan mempertajam pemahamannya terhadap suatu objek, sehingga mampu mencegah diri dari kondisi negatif, dan mengembangkan serta memelihara kondisi positif yang sudah ada, lebih jauh lagi dapat memberikan alternatif pemecahan masalah dalam hal tertentu. Dengan demikian juga dapat melatih dan mengembangkan kemampuan kognitifnya sehingga dapat digunakan dalam kehidupan sehari-hari dalam mempertimbangkan suatu keputusan yang muncul melalui serangkaian sikap dan perilaku.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang dilakukan mengenai meningkatkan kemampuan kognitif mahasiswa, maka disimpulkan terdapat perubahan yang positif terkait meningkatnya kemampuan kognitif mahasiswa disaat sebelum pemberian layanan informasi dan sesudah pemberian layanan informasi. Perubahan positif dalam meningkatkan kemampuan kognitif mahasiswa tersebut akan berdampak baik bagi proses akademiknya dan pencapaian nilai yang lebih memuaskan lagi.

DAFTAR REFERENSI

- Antara, I. N. K. T., Antari, N. N. M., & Dantes, N. (2014). Penerapan Konseling Kognitif Dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif Untuk Meningkatkan Resiliensi Siswa Kelas XI IPA 1 SMA Negeri 3 Singaraja. *Undiksa Jurusan Bimbingan Konseling*, 2(1).
- Desmawati, D., & Farida, F. (2018). Model ARIAS berbasis TSTS terhadap Kemampuan Berpikir Kritis Matematis Ditinjau dari Gaya Kognitif. *Desimal: Jurnal Matematika*, 1(1), 65. <https://doi.org/10.24042/djm.v1i1.1918>
- Destrianti, F., & Harnani, Y. (2022). Studi Kualitatif Pekerja Seks Komersial (PSK) di Daerah Jondul Kota Pekanbaru Tahun 2016. *Jurnal Endurance*, 3(2), 302–312. <https://doi.org/10.22216/jen.v3i2.1223>
- Kusumawardhani, D. A., & Burhanuddin, B. (2020). Analisis Kepuasan Peserta Didik Terhadap Layanan Evaluasi Hasil Belajar Online. *Jurnal Administrasi Dan Manajemen Pendidikan*, 3(1), 90–101. <https://doi.org/10.17977/um027v3i12020p90>
- Marisa, C., & Fitriyanti, E. (2019). Peningkatan kemampuan kognitif pada remaja melalui layanan informasi. *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 3(2), 64–70. <https://doi.org/10.26539/teraputik.32127>
- Marisa, C., & Putri, A. M. (2017). The influence of individual counseling in improving learning motivation for students. *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 1(2), 137. <https://doi.org/10.26539/1226>

- Sandha, T., Hartati, S., & Fauziah, N. (2012). Hubungan Antara Self Esteem Dengan Penyesuaian Diri Pada Siswa Tahun Pertama SMA Krista Mitra Semarang. *Jurnal Psikologi Empati*, 1(1), 47–82. <https://doi.org/https://doi.org/10.14710/empati.2012.420>
- Solihin, R. D. M., Anwar, F., & Sukandar, D. (2013). Kaitan Antara Status Gizi, Perkembangan Kognitif, Dan Perkembangan Motorik Pada Anak Usia Prasekolah. *Penelitian Gizi Dan Makanan*, 36(1), 62–72.
- Sujiono, Y. N., Zainal, O. R., Rosmala, R., & Tampiomias, E. L. (2014). *Metode Pengembangan Kognitif. In: Hakikat Pengembangan Kognitif*. Universitas Terbuka.
- Ulya, H., & Rahayu, R. (2018). Uji Kelayakan Perangkat Pembelajaran Open-Ended Berbasis Etnomatematika Ditinjau dari Gaya Kognitif Siswa. *Journal of Medives : Journal of Mathematics Education IKIP Veteran Semarang*, 2(2), 183. <https://doi.org/10.31331/medives.v2i2.645>
- Wahyuni, S. (2013). Hubungan Efikasi Diri dan Regulasi Emosi dengan Motivasi Berprestasi Pada Siswa. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(1). <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v1i1.3279>