

**UPAYA PEMBINAAN FISIK DAN MENTAL (PFM) DALAM MEMBANGUN
KEDISIPLINAN SISWA DI SMK PGRI 3 CIMAHI**

(Diterima 11 September 2017; direvisi 11 Desember 2017; disetujui 18 Desember 2017)

Andrian¹

¹ Program Studi PPKn STKIP Pasundan Cimahi

email : andrian554@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini yang berlatar belakang permasalahan di SMK PGRI 3 Cimahi yang masih banyak siswa yang tidak mematuhi peraturan yang berlaku sehingga perilaku disiplin belum tampak pada dirinya. Sikap perilaku disiplin merupakan sesuatu yang sangat penting. Oleh karena itu, sangat beralasan apabila berbagai upaya dilakukan untuk membina, menumbuhkan, dan mengembangkan kedisiplinan dalam kehidupan sehari-hari. Dalam menumbuhkan kedisiplinan sekolah mengadakan kegiatan pembinaan fisik dan mental. Pembinaan di sekolah SMK PGRI 3 Cimahi menjadi hal yang harus dikembangkan agar siswa dapat bertingkah laku dengan baik. Tujuan yang ingin di capai dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan bentuk kegiatan pembinaan fisik dan mental, untuk mengetahui faktor yang mempengaruhi kedisiplinan siswa, untuk mengetahui upaya yang dilakukan kegiatan pembinaan fisik dan mental dalam membangun kedisiplinan siswa di SMK PGRI 3 Cimahi. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif yang mendeskripsikan tentang fenomena-fenomena yang ada. Adapun teknik pengumpulan data menggunakan wawancara, observasi, dan dokumentasi. Hasil penelitian ini bahwa pembinaan fisik dan mental yang diberikan di SMK PGRI 3 Cimahi sangat mempengaruhi tingkat kedisiplinan karena dengan adanya bentuk-bentuk kegiatan pembinaan yang diselenggarakan kepada siswa SMK PGRI 3 Cimahi khususnya kelas XI dapat memperbaiki tingkah laku kedisiplinan siswa di lingkungan. Kesimpulan hasil penelitian ini adalah bahwa siswa SMK PGRI 3 Cimahi memiliki perubahan tingkat kedisiplinan yang baik, yaitu mereka dapat melakukan kebiasaan yang positif baik itu di lingkungan formal, informal dan nonformal.

Kata Kunci: Pembinaan, Fisik, Mental, Kedisiplinan

PENDAHULUAN

Disiplin merupakan proses pengawasan ketaatan atau perilaku secara teratur melalui pelatihan dan terdapat adanya hukuman bagi siapa yang melanggar peraturan yang telah ditetapkan (Lindgren, 1980:426-427). Sekolah sebagai pusat pembelajaran yang bermakna dan sebagai proses sosialisasi dan pembudayaan kemampuan, nilai sikap, watak, dan perilaku hanya dapat terjadi dengan kondisi infrakstruktur, tenaga kependidikan, sistem kurikulum, dan lingkungan yang sesuai". Untuk itu, diperlukan kerjasama antara kepala sekolah, guru, dan orang tua siswa dalam rangka menumbuhkan atau membina kedisiplinan pada siswa (Soedjiarto, 2000 : 46). Disiplin dipengaruhi oleh kesadaran diri, pengikutan, dan ketaatan terhadap peraturan, alat pendidikan yang mempengaruhi perubahan perilaku, serta hukuman sebagai penyadaran (Tu'u, 2004 : 48)

Berdasarkan hasil pengamatan penulis di lingkungan SMK PGRI 3 Cimahi pada tanggal 13 juni 2016, masih terdapat siswa yang tingkat kedisiplinannya rendah atau melakukan pelanggaran-pelanggaran terhadap tata tertib sekolah. Pelanggaran-pelanggaran yang dimaksud adalah terlambat mengikuti apel pagi, tidak mengerjakan

tugas, dan masih banyaknya siswa yang pulang sebelum waktu pelajaran selesai (bolos) dan sebagainya.

Salah satu guru pembimbing di SMK PGRI 3 Cimahi menurut bapak JM, seluruh siswa SMK PGRI 3 memahami akan adanya peraturan-peraturan yang telah ditetapkan oleh sekolah. Akan tetapi, hal tersebut masih berhenti pada tingkat pemahaman saja belum dimanifestasikan dalam sebuah tindakan. Masih terdapat banyak siswa yang tidak mematuhi peraturan yang berlaku sehingga perilaku disiplin belum tampak pada diri setiap siswa. Masalah pelanggaran tata tertib yang dilakukan oleh siswa belum di administrasikan dengan baik karena tidak adanya petugas khusus yang menangani masalah kedisiplinan siswa

Dari permasalahan tersebut, pembenahan utama yang harus dilakukan adalah kedisiplinan. Sikap dan perilaku disiplin merupakan sesuatu yang sangat penting agar kondisi kehidupan tersebut berjalan dengan baik dan layak. Oleh karena itu, sangat beralasan apabila berbagai upaya dilakukan untuk membina, menumbuhkan, dan mengembangkan kedisiplinan dalam wacana kehidupan. Tanpa penerapan ini, seorang anak akan melakukan penyimpangan sosial, baik tingkah laku, sifat, karakter kebiasaan, dan lain-lain.

Membangun kedisiplinan tidak hanya dilakukan di dalam kegiatan pembelajaran di sekolah, melainkan juga harus dalam kegiatan di luar sekolah yang relevan untuk melakukan pembinaan kedisiplinan dikalangan pelajar yang sangat penting dalam kehidupan sekolah. Maka dari itu, dengan adanya disiplin seseorang akan terbiasa untuk hidup secara teratur dan tertib. Penegakan kedisiplinan pada siswa mutlak untuk dilakukan. Penegakan kedisiplinan ini dilakukan untuk mendorong siswa untuk berperilaku sepatasnya. Berperilaku sepatasnya disini adalah sebagai kepatuhan terhadap peraturan dan prosedur yang efektif dan efisien sehingga berdampak positif terhadap sikap dan perilaku siswa. Selain itu, siswa yang memiliki kedisiplinan yang tinggi akan mampu menampilkan perilaku sesuai dengan batasan-batasan, norma yang berlaku, dan mampu mengarahkan dirinya kepada aktivitas-aktivitas yang positif dalam belajar. Menurut Meiyanti (2014 : 28), “Apabila disiplin itu telah terbentuk maka akan terwujud disiplin pribadi yang kuat dan setelah dewasa akan diwujudkan pula dalam setiap aspek kehidupan”. Berdasarkan hal tersebut maka diperlukan adanya suatu usaha untuk menumbuhkan disiplin siswa yang di dasari atas kesadaran dari masing-masing individu.

Dalam penegakan membangun kedisiplinan siswa dapat melalui dengan pembinaan. Pembinaan tersebut merupakan usaha untuk memperbaiki dan memperbaharui suatu tindakan atau tingkah laku seseorang melalui bimbingan fisik dan konseling mental sehingga memiliki kepribadian yang sehat, akhlak yang terpuji, membangun kedisiplinan dalam diri, dan bertanggung jawab dalam menjalani kehidupannya.

Dengan demikian dalam pembinaan disiplin siswa harus senantiasa memperbaharui tingkah lakunya melalui pembinaan fisik dan mental, karena itu merupakan langkah awal dalam berpijak nantinya agar ia selalu memperhatikan, merancang, mengarahkan dan bersikap baik. Untuk itu perlu adanya sikap yang baik serta kehidupan berdisiplin yang harus ditanamkan pada siswa melalui pendidikan dan pembinaan yang bersifat komprehensif, guna pengembangan pribadi dan watak anak sehingga ia memiliki kepribadian dan kesadaran akan makna hakiki kehidupan. Berdasarkan pada latar belakang masalah sebagaimana diuraikan di atas, maka penulis mengajukan rumusan masalah penelitian ini sebagai berikut:

1. Bagaimana bentuk kegiatan Pembinaan Fisik dan Mental (PFM) di SMK PGRI 3 Cimahi?

2. Faktor apa saja yang mempengaruhi kedisiplinan siswa di SMK PGRI 3 Cimahi ?
3. Bagaimana upaya kegiatan Pembinaan Fisik dan Mental (PFM) dalam membangun kedisiplinan siswa di SMK PGRI 3 Cimahi ?

TINJAUAN PUSTAKA

1. Pembinaan

Pembinaan dapat diartikan sebagai usaha yang dilakukan dengan sadar, berencana, teratur, dan terarah untuk meningkatkan sikap dan keterampilan siswa dengan tindakan-tindakan, pengarahan, pembimbingan, pengembangan, dan stimulasi dan pengawasan untuk mencapai suatu tujuan. Dengan demikian, pembinaan juga mengandung makna sebagai pembaharuan, yaitu: melakukan usaha-usaha untuk membuat sesuatu menjadi lebih sesuai atau cocok dengan kebutuhan dan menjadi lebih baik dan lebih bermanfaat. Penjelasan di atas, sesuai dengan pendapat Mangunhardjana (1996 : 73) mengartikan pembinaan adalah

Suatu proses belajar dalam upaya mengembangkan dan meningkatkan pengetahuan, keterampilan dan sikap yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan seseorang atau kelompok dalam menyelesaikan suatu tugas dan pekerjaan secara teratur dan

terencana sehingga penyelesaian tugas suatu pekerjaan tersebut dapat dilakukan secara efisien dan efektif.

Oleh karena itu, dapat diasumsikan bahwa dengan adanya kegiatan pembinaan di sekolah dapat mendorong peserta didik menjadi lebih baik. Pembinaan dapat dilakukan di berbagai tempat. Pembinaan tidak hanya dilakukan dalam keluarga dan sekolah saja, tetapi di luar sekolah pun juga dapat dilakukan pembinaan. Pembinaan dapat dilakukan melalui kegiatan pembinaan fisik dan mental. Karena pembinaan fisik dan mental tidak hanya mempelajari ilmu dasarnya saja, akan tetapi pendalaman pengetahuan itu dipraktekkan terutama dilatih dan dibina untuk mengenal kemampuan serta pengembangan agar dapat direalisasikan dalam kehidupan yang sebenarnya.

Prinsip-prinsip pembinaan menurut Simanjuntak (1990 : 62) yakni sebagai berikut:

- a. Pembinaan generasi muda harus mampu menjalin pertumbuhan dan perkembangan generasi muda sebagai sumber manusia muda (*young human resorcers*) atau sebagai sumber tenaga kerja potensial (*potential man power*) yang cakap dan terampil serta mempunyai

- b. imajinasi dan daya terapan untuk berkarya dan melakukan pembangunan nasional pada umumnya.
- c. Pembinaan generasi muda harus sesuai dengan perubahan-perubahan dan kemajuan-kemajuan sosial, ekonomi dan perubahan tuntutan kebutuhan bagi pertumbuhan dan perkembangan generasi muda.
- d. Pembinaan generasi muda pada hakekatnya mencakup keseluruhan aspek kehidupan dan penghidupan manusia remaja dengan segala kebutuhan-kebutuhannya yang saling bertautan yang perlu dipenuhi secara wajar dan memadai. Oleh karenanya pembinaan generasi muda harus dilaksanakan secara integral dan komprehensif dengan memperhatikan aspek manusiawi.
- e. Tanggung jawab dan pembinaan generasi muda tidak hanya terletak pada pemerintahan saja, tetapi juga dan terutama terletak pada masyarakat, pada lembaga pendidikan formal atau sekolah dan pada pendidikan non formal, pada keluarga dan pada generasi muda itu sendiri tidak hanya berkedudukan sebagai subyek yang membina diri sendiri.
- f. Mengingat urgensinya pembinaan generasi muda bagi masa depan bangsa dan negara, maka sudah sewajarnya apabila pembinaan generasi muda secara integral dan komprehensif tersebut dimaksimalkan dalam pola dasar rencana pembangunan lima tahun Indonesia untuk tahap-tahap dan tahun-tahun berikutnya.

2. Kedisiplinan

Disiplin merupakan suatu sikap seseorang mematuhi peraturan dan tata tertib yang berlaku dimanapun. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia disiplin memiliki tiga arti yaitu tata tertib, ketaatan pada peraturan, bidang studi yang memiliki objek, sistem, dan metode tertentu. Sedangkan The Liung Gie (dalam Imron, 2011:172) memberikan pengertian disiplin sebagai berikut:

Disiplin adalah suatu keadaan tertib dimana orang-orang yang tergabung dalam suatu organisasi tunduk pada peraturan-peraturan yang telah ada dengan rasa senang hati". Dari pengertian tersebut yang dimaksud dengan disiplin adalah sikap seseorang dalam mematuhi peraturan-peraturan yang berlaku di suatu tempat dan dilakukan dengan senang hati. Ketika seseorang disiplin mentaati peraturan yang ada maka keadaan akan menjadi tertib dan tertata sesuai aturan.

Mac Millan *Dictionary* (dalam Tu'u, 2004:30-31) menjelaskan bahwa kedisiplinan sebagai berikut:

- a. Tertib, taat, atau mengendalikan tingkah laku atau penguasaan diri, kendali diri.
- b. Latihan membentuk, meluruskan, atau menyempurnakan sesuatu sebagai kemampuan mental atau karakter moral.
- c. Hukuman yang diberikan untuk melatih atau memperbaiki.
- d. Kumpulan atau sistem peraturan – peraturan bagi tingkah laku.

Untuk mencapai kedisiplinan tersebut Husdarta (2014 : 91) berpendapat “Disiplin dibedakan menjadi disiplin diri dan disiplin semu. Disiplin diri adalah disiplin yang ditanamkan atas dasar pemahaman dan kesadaran yang lebih mendalam untuk menghargai dan mematuhi segala nilai, norma, dan kaidah yang berlaku, tanpa peduli terhadap ada tidaknya pengawasan, sanksi, hukuman atau penghargaan. Disiplin semu adalah disiplin yang ditanamkan dengan paksaan, karena takut hukuman atau sanksi.”

Rusyandi (1997 : 9-10) mengemukakan sepuluh tujuan disiplin dalam pembelajaran yaitu :

- a. Dengan disiplin semua kegiatan dalam proses pembelajaran dapat terarah, tertib, teratur sehingga tujuan yang diharapkan mudah untuk dicapai
- b. Dengan disiplin kreatifitas guru, siswa dan tenaga kependidikan lainnya dapat terpusat kesatu arah tujuan yang tepat
- c. Proses pembelajaran disiplin dapat menjadikan guru, siswa dan tenaga kependidikan lainnya bekerja dinamis dan inovatif, sehingga semua hal yang dilakukan dapat menghasilkan sesuatu yang berguna
- d. Dengan disiplin proses pembelajaran akan meningkat kualitasnya, karena akan lebih peka terhadap pengaruh luar sehingga tidak mudah terpengaruh oleh hal – hal yang sifatnya negatif
- e. Dengan disiplin semua kegiatan dalam proses pembelajaran bisa dilaksanakan secara efektif dan efisien
- f. Dengan disiplin, proses pembelajaran yang sedang berlangsung dapat memberikan suasana yang menyenangkan dan merangsang aktifitas guru, siswa dan tenaga kependidikan lainnya
- g. Proses pembelajaran yang berdisiplin tinggi, dapat mengoptimalkan hasil belajar.
- h. Kebersamaan disiplin yang kompak dari semua pihak tenaga kependidikan akan menghasilkan suatu pencapaian

tujuan yang optimal dalam waktu singkat.

- i. Pelaksanaan prestasi, disiplin dan loyalitas dan tidak tercela merupakan manifestasi disiplin nasional.
- j. Suasana dan situasi pembelajaran yang berdisiplin mudah mengarahkan kepada siswa orientasi tujuan

Disiplin merupakan salah satu cara pembentukan sikap siswa di sekolah. Fungsi dari kedisiplinan itu sendiri dikemukakan oleh Tu'u (2004 : 38-44) sebagai berikut :

- a. Menata kehidupan bersama (disiplin berguna untuk menyadarkan seseorang bahwa dirinya perlu menghargai orang lain dengan cara menaati dan mematuhi peraturan yang berlaku, sehingga tidak akan merugikan pihak lain dan hubungan dengan sesama menjadi baik dan lancar)
- b. Membangun kepribadian (lingkungan yang berdisiplin baik, sangat berpengaruh terhadap kepribadian seseorang. Apalagi seorang siswa yang sedang tumbuh kepribadiannya, tentu lingkungan sekolah yang tertib, teratur, tenang, tentram, sangat berperan dalam membangun kepribadian yang baik)
- c. Melatih kepribadian (Sikap, perilaku dan pola kehidupan yang baik dan berdisiplin tidak terentuk serta merta dalam waktu singkat. Namun, terbentuk

melalui satu proses yang membutuhkan waktu panjang. Salah satu proses untuk membentuk kepribadian tersebut dilakukan melalui latihan)

- d. Menciptakan lingkungan yang kondusif (tanpa ketertiban, suasana kondusif bagi pembelajaran akan terganggu dan prestasi akan ikut terganggu).
- e. Hukuman (Tata tertib biasanya berisi hal-hal positif yang harus dilakukan oleh siswa. Sanksi lainnya berisi sanksi atau hukuman bagi yang melanggar tata tertib tersebut. Ancaman sanksi/hukuman siswa untuk menaati dan mematuinya. Tanpa ancaman hukuman/sanksi, dorongan ketaatan dan kepatuhan dapat diperlemah. Motivasi untuk hidup mengikuti aturan yang berlaku menjadi lemah)
- f. Menciptakan lingkungan yang kondusif (Disiplin sekolah berfungsi mendukung terlaksananya proses dan kegiatan pendidikan agar berjalan lancar dan memberi pengaruh bagi terciptanya sekolah sebagai lingkungan pendidikan yang kondusif bagi kegiatan pembelajaran).

Menurut Brown (1973 : 115) mengemukakan pula tentang pentingnya disiplin dalam proses pendidikan dan pembelajaran untuk mengajarkan hal-hal sebagai berikut :

- a. Rasa hormat terhadap otoritas/kewenangan; disiplin akan menyadarkan setiap siswa tentang kedudukannya, baik di kelas maupun di luar kelas, misalnya kedudukannya sebagai siswa yang harus hormat terhadap guru dan kepala sekolah.
 - b. Upaya untuk menanamkan kerja sama; disiplin dalam proses belajar mengajar dapat dijadikan sebagai upaya untuk menanamkan kerjasama, baik antara siswa, siswa dengan guru, maupun siswa dengan lingkungannya.
 - c. Kebutuhan untuk berorganisasi; disiplin dapat dijadikan sebagai upaya untuk menanamkan dalam diri setiap siswa mengenai kebutuhan berorganisasi.
 - d. Rasa hormat terhadap orang lain; dengan ada dan dijunjung tingginya disiplin dalam proses belajar mengajar, setiap siswa akan tahu dan memahami tentang hak dan kewajibannya, serta akan menghormati dan menghargai hak dan kewajiban orang lain.
 - e. Kebutuhan untuk melakukan hal yang tidak menyenangkan; dalam kehidupan selalu dijumpai hal yang menyenangkan dan yang tidak menyenangkan. Melalui disiplin siswa dipersiapkan untuk mampu menghadapi hal-hal yang kurang atau tidak menyenangkan dalam kehidupan pada umumnya dan dalam proses belajar mengajar pada khususnya.
 - f. Memperkenalkan contoh perilaku tidak disiplin; dengan memberikan contoh perilaku yang tidak disiplin diharapkan siswa dapat menghindarinya atau dapat membedakan mana perilaku disiplin dan yang tidak disiplin.
- Dalam membina disiplin siswa dapat ditempuh melalui tiga pendekatan yang dapat dikembangkan menjadi metode penanaman disiplin. Sebagaimana Soeprapto (1996 : 5) mengungkapkan bahwa:
- a. *Conditional approach*, yaitu suatu kondisi sehingga orang tidak mau melaksanakan kegiatan yang diharapkan.
 - b. *Cultur approach*, mempengaruhi seseorang dengan memberikan uraian-uraian yang memberikan gambaran manfaat, kebaikan dan kehebatan disiplin, dengan cara memberikan janji-janji atau gambar-gambar hebat bila disiplin diselenggarakan
 - c. *Habitation approach*, dengan cara membiasakan diri untuk berdisiplin.
- Berkaitan dengan hal tersebut, Hurlock (1999 : 82) mengemukakan bahwa indikator yang menunjukkan sikap disiplin diantaranya : patuh dan taat terhadap tata tertib belajar di sekolah, persiapan belajar, perhatian terhadap

kegiatan pembelajaran, menyelesaikan tugas dan waktunya, kehadiran di kelas, motivasi belajar, partisipasi dalam kelas, etika dan sopan santun, kerapian berpakaian, dan belajar beberapa jam setiap hari. Hurlock (1999 : 93-94) mengemukakan disiplin dapat terbentuk dengan cara sebagai berikut:

- a. Mendisiplinkan secara otoriter yaitu dengan cara menetapkan peraturan dan pengaturan yang keras dan memaksa dengan disertai adanya hukuman terutama hukuman badan apabila tidak dapat memenuhi standar disiplin yang telah ditentukan. Dalam disiplin otoriter sedikit atau sama sekali tidak adanya persetujuan atau tanda-tanda penghargaan lainnya apabila seseorang berhasil memenuhi standar.
- b. Mendisiplinkan secara permisif bisa diartikan sedikit disiplin atau tidak berdisiplin. Dalam cara ini anak sering tidak diberi batas-batas atau kendala yang mengatur apa saja yang boleh dilakukan, mereka bebas mengambil keputusan dan berlaku sesuai dengan kehendaknya sendiri.
- c. Mendisiplinkan secara demokratis yaitu dengan menggunakan penjelasan, diskusi dan penalaran untuk membantu anak mengerti mengapa perilaku tertentu diharapkan. Cara ini lebih menekankan pada aspek edukatif

daripada aspek hukumannya. Hukuman dalam cara ini tidak diberikan dalam bentuk hukuman badan tetapi lebih pada menghilangkan *reward* jika anak tidak bisa memenuhi standar.

METODOLOGI

Metode yang penulis gunakan dalam penelitian ini adalah Analisis Deskriptif. Menurut Nazir (2011:54) menyimpulkan bahwa:

Suatu metode dalam meneliti suatu sekelompok manusia, suatu obyek, suatu set kondisi, suatu sistem pemikiran ataupun suatu kelas peristiwa pada masa sekarang. Tujuannya adalah untuk membuat deskripsi, gambaran atau lukisan secara sistematis, faktual dan akurat mengenai fakta-fakta, sifat-sifat serta hubungan antar fenomena yang diselidiki.

Berdasarkan pada pandangan di atas, maka penulis dalam melaksanakan penelitian kali ini menggunakan pendekatan kualitatif. Sebagaimana yang diungkapkan oleh Moleong (2011: 6) adalah : Penelitian kualitatif merupakan penelitian yang bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa persepsi, tindakan, secara *holistic* dan dengan konteks khusus yang alamiah dan dengan memanfaatkan berbagai metode alamiah. Penggunaan pendekatan kualitatif didasari pada pemikiran bahwa

pendekatan tersebut memiliki kesesuaian dengan fokus penelitian yang pada hakekatnya ingin melakukan eksplorasi pada obyek penelitian serta memperoleh gambaran secara mendalam terkait kegiatan Pembinaan Fisik dan Mental dalam membangun kedisiplinan siswa. Seperti yang diungkapkan Creswell (2010:4), “Penelitian kualitatif merupakan metode-metode untuk mengeksplorasi dan memahami makna oleh sejumlah individu atau sekelompok orang dianggap berasal dari masalah atau kemanusiaan.”

Pemilihan lokasi penelitian tentang Kajian tentang Upaya Kegiatan Pembinaan Fisik dan Mental (PFM) dalam membangun kedisiplinan siswa dilakukan di SMK PGRI 3 Cimahi yang terletak di Jalan Terusan Babakan Baru No. 4B Cimahi. Dalam penelitian kualitatif, peneliti merupakan instrumen utama (*key instrument*) dalam mengumpulkan data dan menginterpretasi data dengan dibimbing oleh pedoman wawancara dan pedoman observasi. Maka peneliti mengambil sampel pada penelitian yaitu siswa SMK PGRI 3 Cimahi kelas XI berjumlah dua orang laki-laki dan satu orang siswi perempuan. Selain siswa SMK PGRI 3 Cimahi peneliti juga mewawancarai Kepala Sekolah, Pembina Kesiswaan dan guru PPKn SMK PGRI 3 Cimahi.

Observasi dilakukan secara langsung oleh peneliti dengan cara melihat dan mengamati bagaimana pembinaan fisik dan mental dalam membangun kedisiplinan siswa di SMK PGRI 3 Cimahi. Peneliti akan mengamati berbagai aktivitas siswa yang berhubungan dengan perilaku kedisiplinan siswa baik itu di lingkungan sekolah atau di luar sekolah. Dengan demikian, peneliti mempunyai kesempatan untuk memahami secara langsung sesuai dengan peristiwa yang terjadi di lapangan, serta dapat mengumpulkan data lebih mendalam, terinci dan lebih cermat sehingga data yang diperlukan dapat terkumpul secara menyeluruh dan akurat yang didasarkan pada konteks data dalam keseluruhan situasi.

Wawancara dilakukan kepada Kepala Sekolah, Guru PPKn, Pembina Kesiswaan, Siswa SMK PGRI 3 Cimahi. Agar tidak menyimpang dari fokus penelitian, maka peneliti melakukan pedoman wawancara yang digunakan sebagai dasar dari pertanyaan yang diangkat dari fokus penelitian. Studi Dokumentasi yang peneliti lakukan dalam penelitian ini adalah mencari data mengenai profil sekolah, data siswa, agenda kegiatan, foto, gambar, serta hal-hal lain, yang berhubungan dengan rumusan masalah. Selain itu, peneliti

melakukan pencatatan tentang bukti fisik kegiatan siswa, jenis-jenis perilaku disiplin siswa maupun segala jenis yang mendukung dalam membina kedisiplinan siswa melalui model pembiasaan.

Dalam penelitian ini, digunakan teknik triangulasi menurut Sugiyono (2011:241), “Teknik pengumpulan data yang bersifat menggambarkan dari berbagai teknik pengumpulan data dan sumber data yang telah ada”. Adapun tujuan dari triangulasi menurut Susan Stainback (dalam Sugiyono, 2011:241), “Tujuan dari triangulasi bukan untuk mencari kebenaran tentang beberapa fenomena, tetapi lebih pada peningkatan pemahaman peneliti terhadap apa yang telah ditemukan.” Teknik pengumpulan data dengan triangulasi dimaksudkan data dengan triangulasi dimaksudkan pertama membandingkan informasi tentang hal yang sama yang diperoleh dari berbagai pihak, agar ada jaminan tentang tingkat kepercayaan data. Kedua, penggunaan triangulasi untuk meningkatkan kekuatan data. Maka dalam penelitian ini, teknik triangulasi dilakukan dengan cara pengumpulan data dan teknik yang berbeda namun sumber data yang sama yaitu data dan fakta yang diperoleh peneliti selama melakukan penelitian di SMK PGRI 3 Cimahi. Teknik Triangulasi dilakukan peneliti untuk menguji

kredibilitas data yang diperoleh dengan menggabungkan beberapa teknik pengumpulan data. Teknik ini dilakukan peneliti dengan menggabungkan hasil wawancara, dokumentasi kegiatan yang ada di SMK PGRI 3 Cimahi, dan pengamatan langsung yang dilakukan oleh peneliti. Seperti yang diungkapkan Sugiyono (2011:330) “Peneliti menggunakan teknik pengumpulan data yang berbeda-beda untuk mendapatkan data dari sumber yang sama.”

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

1. Gambaran Umum SMK PGRI 3 Cimahi

SMK PGRI 3 Cimahi terletak di Jalan Terusan Babakan Baru No. 4B Cimahi, dengan luas tanah 3200 m² dan letaknya yang strategis serta di lingkup dengan banyak sekolah. Letaknya yang strategis tepat depan jalan raya memberikan kemudahan bagi siapa pun yang hendak masuk ke area SMK PGRI 3 Cimahi karena di lalui oleh semua angkutan umum jurusan Bandung-Cimahi, Padalarang-Cimahi, Batujajar-Cimahi serta pasar atas ke jurusan daerah Utara Cimahi dan di lingkup dengan banyak sekolah, sehingga ramai anak pelajar.

SMK PGRI Cimahi memiliki tujuan untuk membentuk para siswa agar

menjadi seseorang yang profesional, berkompentensi, serta cerdas, terampil dan memiliki semangat dalam belajar serta membentruk manusia yang bertanggung jawab bagi dirinya dan bangsanya. Dalam visi, misi dan tujuan ini SMK PGRI 3 Cimahi ini telah melaksanakan pembinaan fisik dan mental terhadap siswanya.

2. Bentuk Pembinaan Fisik dan Mental di SMK PGRI 3 Cimahi.

Dalam pelaksanaan wawancara yang di lakukan dengan beberapa informan, yaitu Kepala Sekolah, Guru PPKn, Pembina Kesiswaan, telah diperoleh beberapa informan atau keterangan yang berkaitan dengan bagaimana bentuk kegiatan Pembinaan Fisik dan Mental di SMK PGRI 3 Cimahi. Menurut Bapak DS selaku Kepala Sekolah, sekolah berusaha untuk menerapkan tata tertib sekolah dalam upaya membentuk watak yang lebih baik. Dengan adanya pembinaan, siswa dapat dibina untuk jadi lebih baik. Pelaksanaan kegiatan pembinaan ini disesuaikan dengan jadwal yang sudah dibuat, masing-masing kegiatan dilakukan dengan waktu yang berbeda sehingga siswa dapat mengikuti kegiatan, apalagi diwajibkan untuk kelas XI. Hal ini dikarenakan agar pembinaan dapat berjalan dan mencapai tujuan yang maksimal. Penentuan materi,

metode, alat untuk tes kondisi fisik dan sebagainya.

Bentuk kegiatan pembinaan fisik dan mental ini, yaitu berbentuk pembinaan pemberian materi, kegiatan fisik, dan bimbingan mental psikologi. Pembinaan disini merupakan proses yang dilakukan dengan berencana, teratur, dan terarah untuk meningkatkan sikap disiplin dan keterampilan siswa dengan tindakan-tindakan, pengarahan, pembimbingan, dan pengawasan untuk mencapai suatu tujuan. Seperti yang bapak bilang tadi yang pertama dalam bentuk pembinaan pemberian materi.

Pemberian materi disini sekolah SMK PGRI 3 berkerja sama dengan instansi lain seperti dari Kepolisian, Kodim, Industri-industri dan sebagainya. Pemberian materi ini, berupa pemahaman tentang bagaimana cara menghadapi/menghormati atasan, bagaimana menghadapi rekan kerja yang tidak sesuai dengan kita, bagaimana cara menghadapi kepada atasan jika kita tidak bisa menyelesaikan tugas-tugas, selain itu menerapkan kejujuran dan menghargai waktu (disiplin waktu) karena waktu cukup penting, apalagi nanti di dunia kerja waktu harus di hargai. Dengan kata lain, di sekolah kalau datang terlambat ibu/bapak guru bisa memaafkan karena siswa juga masih membutuhkan

pembinaan/didikan oleh guru disekolah, tapi kalau di dunia kerja kalau sering datang terlambat mungkin sudah di pecat atau di dikeluarkan dari tempat kerja. Oleh karena itu, disiplin waktu sangat diperlukan.

Selanjutnya, pembinaan fisik berkaitan dengan olahraga dan bimbingan kedisiplinan atau apel pagi. Kegiatan olahraga dilakukan dengan kegiatan lari, *puh-up*, dan *shit-up* sebelum kegiatan pemberian materi dimulai. Dengan kegiatan ini agar siswa tidak mudah lemah dalam menghadapi pembelajaran atau praktek, tujuan pembinaan fisik disini untuk kesehatannya juga, karena dengan kondisi yang sehat, siswa pun akan senantiasa merespon pembelajaran dengan baik.

Selain itu, Bapak JM selaku pembina kesiswaan berpendapat bahwa kesehatan dikatakan sangat penting atau mahal karena ketika seseorang mengalami penurunan kesehatan dalam dirinya, maka kemampuan siswa untuk merespon dan memfilter pengaruh-pengaruh dalam dirinya itu akan menurun dan tidak akan optimal sehingga cenderung mudah terpengaruh pada pengaruh-pengaruh negatif dari luar. Oleh karena itu, faktor fisik memerlukan perhatian yang kuat dari diri sendiri untuk mencapai titik optimal dimulai sejak usia dini dan dilakukan terus

menerus. Mengembangkan kondisi fisik bukan merupakan pekerjaan yang mudah, harus mempunyai pelatih fisik yang mempunyai kualifikasi tertentu sehingga mampu membina pengembangan fisik secara baik. Selain kegiatan olah raga, ada *lider ship* (kepemimpinan), *life skill*, dan kegiatan baris berbaris diisi dengan materi baris berbaris dan kedisiplinan. Kegiatan fisik baris-berbaris bukan hanya untuk memperkuat daya tahan tubuh siswa dengan berolahraga saja melainkan menumbuhkan sikap disiplin siswa dalam menjalankan semua kegiatan baik di sekolah maupun di lingkungannya”. Baris-berbaris merupakan bentuk kedisiplinan dan juga merupakan latihan-latihan gerak dasar yang diwujudkan dalam rangka menanamkan sikap yang baik agar dapat menumbuhkan sikap: disiplin pribadi maupun disiplin kelompok, rasa tanggung jawab, kesatuan dan persatuan, kompak, kebersamaan, dan penampilan pribadi yang baik secara perorangan maupun kelompok. Sama halnya dengan Bapak NS selaku guru PPKn mengatakan kondisi kesehatan fisik sehat serta segar sangat mempengaruhi keberhasilan belajar. Dengan fisik yang sehat, siswa akan mampu berpikir secara fokus.

Selanjutnya, Bapak DS mengatakan bimbingan mental psikologi,

meliputi kegiatan pendampingan perilaku siswa dengan mengobrol atau bercerita tentang kegiatan sekolah, nilai siswa maupun di dalam dunia kerja. Kegiatan bimbingan mental psikologis dilakukan secara individu atau kelompok. Kegiatan individu dilakukan pendamping dengan menanyakan hal-hal yang berhubungan dengan masalah atau kegiatan yang bersifat individual. Untuk kegiatan kelompok, cenderung bersifat kelompok seperti: kehidupan pergaulan sehari-hari siswa di dalam atau di luar sekolah. Pelaksanaan bimbingan mental spiritual meliputi kegiatan ceramah dari Guru Agama, Apel jumat pagi, kegiatan solat, dan berjamaah. Kegiatan tersebut dilakukan sebelum dan sesudah melakukan pembinaan yang diadakan setiap hari senin pukul 15.00-18.00 dan hari jumat pukul 13.00-17.00. Sedangkan kegiatan keagamaan diisi dengan solah berjamaah dengan pembimbing. Pembinaan agama memang sangat penting dan merupakan suatu pendidikan pokok bagi siswa, karena dengan pembinaan agama pribadi siswa akan terbentuk dengan sendirinya sehingga mereka bisa mengetahui mana yang salah dan mana yang benar. Dengan adanya pembinaan agama saat kegiatan berlangsung diharapkan siswa dapat berperilaku baik.

Bapak DS selaku Kepala Sekolah juga mengatakan dalam pembinaan tersebut, adanya hukuman bagi siswa yang melanggar peraturan, karna untuk membangun kedisiplinan perlu diterapkan hukuman supaya siswa tidak mengulanginya lagi. hukuman yang bapak berikan bervariasi sesuai dengan pelanggaran yang dilakukan. Pembinaan hukuman ini agar siswa menyadari kesalahannya dan tidak mengulanginya lagi, apalagi sekolah ini siswa nya mayoritas 80% laki-laki. Jadi, setiap ada siswa yang melanggar pasti diberikan hukuman seperti contoh membersihkan lingkungan sekolah dan pembinaan mengabsen sendiri selama masuk pembinaan selama yang ditentukan guru BP/BK sesuai contoh kasus yang dilanggarnya. Mengabsen sendiri ini tujuannya agar siswa tidak bolos sekolah jadi untuk mengisi kehadirannya meminta tanda tangan ke guru secara masing-masing/sendiri, tidak di absen oleh teman sekelasnya atau bagian absensi kelas dan selama masuk pembinaan hukuman tersebut siswa diwajibkan datang 06.30 sudah berada di lapangan untuk di kasih arahan dari pembina kesiswaan, pulang sekolahnya pun lebih sore karena harus mendengarkan arahan dulu dari pembinaan kesiswaan.

Sejalan dengan pendapat Bapak NS selaku Guru PPKn mengatakan bahwa pemberian hukuman sangat efektif bagi siswa yang melanggar karena dengan memberikan sanksi, siswa akan kapok dan tidak mau mengulangnya lagi. Oleh karena itu, bapak NS selalu memberikan hukuman dengan merangkum satu bab tentang pelajaran PPKn atau menyanyikan Indonesia Raya. Berbeda dengan pendapat Bapak JM selaku Pembina kesiswaan yang selalu memberikan hukuman dengan cara selalu memberikan teguran lisan satu kali sampai tiga kali, kalau teguran lisan tidak mempan, bapak berikan secara psikologis contohnya mengaji, mengetes bacaan surat-surat pendek Al-Qur'an.

Pembinaan yang penulis dapatkan dari hasil wawancara dan pengamatan dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan pembinaan siswa memiliki kegiatan yang beragam, dari mulai bimbingan fisik yang di dalam kegiatannya ada olah raga dengan lari pagi, sit-up, push-up dan sebagainya. Menurut Sugiyanto (1996:221), "Fisik dalam kemampuan memfungsikan organ-organ tubuh dalam melakukan aktivitas fisik. Kemampuan fisik sangat penting untuk mendukung mengembangkan aktifitas psikomotor. Gerakan terampil dapat dilakukan apabila kemampuan fisiknya memadai". Selain itu, guru lain pun berpendapat bahwa

kesehatan dapat dikatakan sangat mahal karena ketika seseorang mengalami penurunan kesehatan dalam dirinya, maka akan cenderung mudah males untuk melakukan aktifitas-aktifitas.

Selain itu, bimbingan mental psikologi, meliputi kegiatan pendampingan perilaku siswa dengan mengobrol atau bercerita tentang kegiatan sekolah dan nilai siswa maupun di dalam dunia kerja. Kegiatan bimbingan mental psikologis dilakukan secara individu atau kelompok. Kegiatan individu tersebut dibantu oleh pendamping dengan mendiskusikan tentang hal-hal yang berhubungan dengan masalah atau kegiatan yang bersifat individual. Kondisi individu yang terlihat gembira, sedih, bahkan sampai hilangnya gairah semua tergantung pada kapasitas mental dan kejiwaannya. Mereka yang tidak memiliki sistem pertahanan mental yang kuat dalam menghadapi segala problematika kehidupan atau tidak memiliki sistem pertahanan diri yang kuat untuk mengendalikan jiwanya, maka individu akan mengalami berbagai gangguan-gangguan kejiwaan yang berpengaruh pada kondisi kepribadian yang mendorong pada perilaku-perilaku. Untuk kegiatan kelompok, fokus kepada kehidupan pergaulan sehari-hari siswa, baik di dalam atau di luar sekolah. Sedangkan,

pelaksanaan bimbingan mental spiritual meliputi kegiatan ceramah dari guru agama, apel jumat pagi, kegiatan shalat, dan berjamaah.

Dalam pembinaan tersebut adanya suatu hukuman, bagi siswa yang melanggar. Seperti yang di ungkapkan oleh Hurlock (1999:89), yaitu :

Hukuman bertujuan untuk mencegah tindakan yang tidak baik, untuk mendidik dan menyadarkan siswa bahwa perbuatan yang salah mempunyai akibat yang tidak menyenangkan. Hukuman mempunyai 3 (tiga) fungsi yaitu: (1) fungsi pertama adalah menghalangi, hukuman menghalangi pengulangan tindakan yang tidak diinginkan oleh masyarakat; (2) Fungsi kedua adalah fungsi mendidik, yakni menyadarkan anak bahwa setiap perbuatan itu mempunyai konsekuensi; (3) Fungsi ketiga adalah hukuman, yakni memberi motivasi anak untuk menghindari kesalahan.

3. Faktor yang mempengaruhi Kedisiplinan Siswa di SMK PGRI 3 Cimahi.

Hasil wawancara peneliti dengan Bapak DS selaku Kepala Sekolah menurutnya segala sesuatu yang di lakukan pastinya tidak terlepas dari suatu faktor yang mempengaruhi kedisiplinan siswa, pada umumnya kedisiplinan dipengaruhi dari diri sendirinya, faktor keluarga dan lingkungan. Faktor dalam

diri yang terlihat adalah kurangnya kesadaran diri, seperti ikut-ikutan temannya, baju dikeluarkan, atau terpengaruh dari sekolah luar ikut nongkrong. Selanjutnya faktor keluarga disini bahwa keluarga adalah waktu paling banyak bersama anak, sehingga keluarga sangat penting. Contohnya memberi kebebasan waktu, terlalu dimanjakan oleh orang tua, dan sebagainya sehingga anak kalau pergi ke sekolah kesiangan, dan adanya rasa males untuk mengikuti pembelajaran atau pembinaan sehingga menjadi faktor penghambat dalam membina siswa di sekolah.

Di dalam keluarga, setiap anak dibimbing untuk mengenal hidupnya, mengenal baik dan buruk serta benar dan salah. Orang tua dalam keluarga adalah pendidik utama dan pertama yang mendidik dengan penuh tanggung jawab dan kasih sayang. Sehingga keluarga mempunyai peran yang sangat penting dalam membina kedisiplinan anak. Keluarga mempunyai pengaruh yang baik terhadap keberhasilan belajar siswa, apabila orang tua bersifat merangsang, mendorong dan membimbing aktivitas anaknya. Keluarga kan lembaga pendidikan yang utama dan pertama. Dikatakan lembaga pertama karena lingkungan keluargalah pertama kali anak mengenal berbagai hal. Juga dikatakan

sebagai yang utama karena asalnya tugas dan tanggung jawab mendidik anak terletak pada orang tuanya, karena perasaannya yang tumbuh dari dalam, bukan karena tugas apalagi paksaan dari orang lain. Dengan demikian, kebiasaan-kebiasaan dalam lingkungan keluarga dari berbagai seginya turut mempengaruhi pada sikap disiplin atau tidak disiplinnya seseorang dalam belajar.

Selain itu, Bapak NS berpendapat adanya faktor fisiologis dari individunya sendiri, terkadang ada siswa yang mudah lemah atau karena sakit siswa jadi males untuk melakukan aktifitas misal males bersekolah, males mengikuti upacara. Karena kondisi fisik yang sehat dan bugar akan memberikan pengaruh positif terhadap kegiatan belajar individu. Sebaliknya, kondisi fisik yang lemah atau sakit akan menghambat tercapainya hasil belajar yang maksimal. Oleh karena itu, keadaan jasmani sangat mempengaruhi proses belajar, bersikap dan sebagainya maka perlu adanya usaha untuk menjaga kesehatan jasmani. Sehingga keadaan fisik disini sangat penting.

Selanjutnya faktor lingkungan, faktor lingkungan “disini juga sangat berpengaruh terhadap anak. Karena anak selain sosialisasi dirumah atau sekolah, siswa pun bersosialisasi di lingkungan sekitar seperti teman sebayanya, teman

sebayanya. Oleh karena itu lingkungan masyarakat memberikan corak tertentu pada dirinya. Jika lingkungan itu terbiasa dengan memelihara sikap disiplin maka diharapkan seseorang yang tinggal di lingkungan tersebut akan bersikap disiplin pula dalam belajar. Lingkungan sosial, baik yang berwujud manusia maupun hal-hal lainnya dapat mempengaruhi proses dan hasil belajar. Untuk itu perlu untuk mengusahakan lingkungan yang baik agar dapat memberi pengaruh yang baik bagi siswa untuk lebih belajar yang lebih giat. Dengan demikian lingkungan sosial jika dikaitkan dengan masalah disiplin memiliki kemungkinan untuk mendisiplinkan dan tidak mendisiplinkan seseorang yang terdapat di dalamnya.

Sedangkan, Pembina kesiswaan berpendapat selain faktor keluarga atau faktor lingkungan, adapun faktor pelaksanaan meliputi:

- a. Adanya anak yang bercanda dengan teman disekitarnya ketika kegiatan berlangsung.
- b. Keterbatasan waktu yang dimiliki siswa dalam mengikuti keseluruhan pembinaankarena pulang sekolah sudah sore, kerja kelompok, les diluar sekolah, alasan anak pulang kerumah, faktor lupa ataupun anak yang tertidur.

- c. Keterlambatan anak ketika mengikuti pembinaan menyebabkan kegiatan berjalan kurang sesuai dengan waktu yang direncanakan.
- d. Kurang kompaknya guru, karena yang merazia siswa disiplin itu-itu aja gurunya

Selain faktor penghambat ada juga faktor penunjang untuk dapat melakukan pembinaan tetap berjalan antara lain :

- a. Adanya kerja sama pendamping dan pihak luar lembaga terkait dalam pelaksanaan pembinaan kedisiplinan.
- b. Adanya dukungan dari Industri-industri untuk mengadakan pembinaan tersebut agar siswa lebih berdisiplin waktu
- c. Tersedianya sarana prasarana pelaksanaan pembinaan atau pembelajaran yang di lakukan di sekolah SMK PGRI 3

Faktor tersebut sangat berpengaruh dan memberikan peran sangat besar bagi peningkatan kedisiplinan siswa. Namun, faktor yang paling utama ialah dari kesadaran diri, keluarga, serta lingkungan. Di sekolah siswa dibina untuk dapat memperbaiki tingkah lakunya menjadi lebih baik seperti disiplin waktu, berpakaian rapih, berperilaku sopan serta menaati peraturan. Untuk mewujudkan perilaku yang berdisiplin tidak hanya dengan memberikan aturan yang ketat dan

hukuman yang keras atas pelanggaran aturan tersebut, tetapi perlu juga adanya kesadaran dari dalam diri individu untuk bersedia mengikuti dan mentaati aturan yang berlaku. Kendala yang sering muncul dalam menyikapi kebiasaan, mereka cenderung banyak faktor dari luar.

Hasil wawancara peneliti dengan saudara RK, MI, dan TS selalu siswa SMK PGRI 3 kelas XI mengungkapkan “danya bawaan dari teman untuk ingin ikutan-ikutan misal nongkrong diwarung, kewarnet main game, dan sebagainya, sehingga pulang tidak tepat waktu. Terkadang liat teman baju dikeluarkan jadi mengikuti, sehingga tidak berdisiplin dan juga adanya factor keluarga, orang tua sibuk dengan pekerjaannya sehingga kurang komunikasi atau perhatian. Peneliti lalu mengajukan kembali kepada saudara RK, MI, dan TS, apakah mereka bisa memperbaiki perilakunya? RK, MI, dan TS mengatakan bahwa kami akan tetap berusaha untuk jadi yang lebih baik untuk kedepannya, kami pun mendapat didikan atau pembinaan dari sekolah untuk terus menjadi siswa yang baik, sehat, dan berakhlak bagus sehingga kami bisa menghilangkan kebiasaan yang jelek, serta adanya motivasi dari orang tua untuk menjadi yang lebih baik.

Adanya pembinaan yang dilakukan sekolah SMK PGRI 3 Cimahi membuat

kedisiplinan mengalami peningkatan seperti: bertambahnya wawasan tentang keagamaan, kesehatan, kedisiplinan, keterampilan dan sebagainya. Faktor lain yang mempengaruhi kedisiplinan yaitu adanya kesadaran diri atau ketaatan terhadap aturan yang berlaku. Untuk mewujudkan perilaku yang berdisiplin tidak hanya dengan memberikan aturan yang ketat dan hukuman yang keras, tetapi perlu juga adanya kesadaran dari dalam diri individu untuk bersedia mengikuti dan mentaati aturan yang berlaku. Jika individu memiliki kesadaran diri maka ia akan berusaha untuk mentaati setiap aturan yang berlaku dan menjalankan kehidupan dengan teratur, selaras, dan seimbang.

Pembinaan siswa tidak hanya dilakukan oleh sekolah, tetapi harus ada kerja sama dengan pihak keluarga karena faktor keluarga mempunyai peranan yang sangat penting dalam mendidik atau membina siswa, seperti siswa datang terlambat dengan alasan tertentu. Sedangkan di rumah yang harus mendidik anak untuk berdisiplin di rumah adalah orang tua. Menurut Yusuf (2010:40), "Lingkungan keluarga mempengaruhi perkembangan kemampuan anak untuk disiplin, toleran dan bertanggung jawab". Sifat berdisiplin, akhlak yang mulia, budi pekerti yang baik serta patuh kepada

ajaran agama semuanya perlu dibina oleh keluarga, dan dilanjutkan melalui sekolah dan masyarakat. Menurut Unaradjan (2003:27), "Keluarga sebagai tempat pertama dan utama dalam pembinaan pribadi dan merupakan salah satu faktor yang sangat penting. Keluarga mempengaruhi dan menentukan perkembangan pribadi seseorang di kemudian hari. Keluarga dapat menjadi faktor pendukung atau penghambat usaha pembinaan perilaku disiplin". Sekolah dan masyarakat juga perlu sama-sama mewujudkan suasana yang positif kepada perkembangan jati diri para pelajar yang meningkat remaja dan dewasa.

Selain itu, faktor lingkungan masyarakat sangat berpengaruh terhadap pembinaan anak, yaitu bersosialisasi di lingkungan sekitar dan lingkungan masyarakat memberikan corak tertentu pada dirinya. Jika lingkungan itu terbiasa dengan memelihara sikap disiplin maka seseorang yang tinggal di lingkungan tersebut akan menunjukkan sikap disiplin. Untuk itu, perlu untuk mengusahakan lingkungan yang baik agar dapat memberi pengaruh terhadap kedisiplinan. Dengan demikian, lingkungan sosial jika dikaitkan dengan masalah disiplin memiliki kemungkinan untuk terbiasa dengan hidup berdisiplin. Menurut Unaradjan (2003:28), "Masyarakat sebagai suatu lingkungan

yang lebih luas dari pada keluarga dan sekolah, yang juga turut menentukan berhasil tidaknya pembinaan dan pendidikan disiplin diri. suatu keadaan tertentu dalam masyarakat dapat menghambat atau memperlancar terbentuknya kualitas hidup tersebut”.

4. Kegiatan Pembinaan Fisik dan Mental dalam Membangun Kedisiplinan Siswa di SMK PGRI 3 Cimahi.

Hasil wawancara peneliti dengan DS selaku Kepala Sekolah, guru PPKn, Pembina Kesiswaan dan hasil observasi dengan RK, MI, dan TS selalu siswa SMK PGRI 3 kelas XI tingkat kedisiplinan siswa yang dimiliki cukup baik. Dilihat dari sikap cara menaati peraturan, seperti datang sekolah tepat waktu, baju selalu dimasukan atau dirapihkan karena takut diberi hukuman, bisa menghargai guru atau menyapa jika guru datang.

Setiap anak membutuhkan pembinaan untuk menjadi lebih baik, baik dalam intelektual, fisik maupun psikologinya. Lantas hal tersebut tidak akan bisa menjadi lebih baik tanpa motivasi atau didikan dari luar. Sekolah merupakan sarana interaksi berbagai arah untuk memberikan fasilitas dan aksesibilitas yang memberikan upaya sadar

dan terencana untuk melaksanakan kegiatan pembinaan.

Bapak DS mengungkapkan kelebihan pembinaan fisik dan mental adalah 1) menjadikan siswa yang sehat, tidak mudah lemah; 2) memantapkan kepribadian siswa untuk mewujudkan ketahanan sekolah sebagai lingkungan pendidikan sehingga terhindar dari usaha dan pengaruh negatif; 3) menjadi siswa agar menjadi warga masyarakat yang berakhlak mulia, menghormati guru; 4) memberikan pengetahuan, pemahaman dan pengalaman melaksanakan pembinaan keimanan dan ketakwaan terhadap Tuhan Yang Maha Esa; 5) serta menanamkan ahklak mulia kepada siswa melalui kegiatan pembiasaan positif.

Setiap anak membutuhkan pembinaan, baik dari segi intelektual, fisik maupun psikologinya. Untuk mencapai pembinaan yang baik harus dilakukan melalui pendidikan baik formal, informal, atau non formal. Upaya pembinaan yang dapat membantu siswa dalam membangun kedisiplinan diantaranya: pembinaan pemberian materi, kegiatan fisik, pembinaan hukuman dan bimbingan mental. Pembinaan siswa memiliki kegiatan yang beragam, dari mulai bimbingan fisik dan sebagainya. Menurut Sugiyanto (1996:221), “Fisik dalam kemampuan mengfungsikan organ-organ

tubuh dalam melakukan aktivitas fisik. Kemampuan fisik sangat penting untuk mendukung mengembangkan aktifitas psikomotor. Gerakan terampil dapat dilakukan apabila kemampuan fisiknya memadai.”

Selain itu, bimbingan mental psikologi, meliputi kegiatan pendampingan perilaku siswa dengan melaksanakan bimbingan dan konseling. Kegiatan bimbingan mental psikologis dilakukan secara individu atau kelompok. Kegiatan individu dilakukan pendamping dengan mendiskusikan hal-hal yang berhubungan dengan masalah atau kegiatan yang bersifat individual. Kondisi individu yang terlihat gembira, sedih, bahkan sampai hilangnya gairah untuk hidup semua tergantung pada kapasitas mental dan kejiwaannya. Mereka yang tidak memiliki sistem pertahanan mental yang kuat dalam menghadapi segala problematika kehidupan atau tidak memiliki sistem pertahanan diri yang kuat untuk mengendalikan jiwanya, maka individu akan mengalami berbagai gangguan-gangguan kejiwaan yang berpengaruh pada kondisi kepribadian yang mendorong pada perilaku-perilaku. Untuk kegiatan kelompok, pembinaan mental tidak hanya pada aspek formal saja, tetapi mencakup informal dan nonformal seperti kehidupan pergaulan

sehari-hari siswa, baik di dalam maupun di luar sekolah. Menurut Almasdi (2006:6-9), “Sikap mental yang baik juga merupakan ciri perkembangan kognitif seseorang”. Faktor kognitif mempunyai peranan penting bagi keberhasilan anak karena sebagian besar aktivitas selalu berhubungan dengan masalah mengingat dan berpikir. Pembinaan yang diberikan oleh SMK PGRI 3 Cimahi sangat mempengaruhi kedisiplinan mereka karena dengan adanya berbagai kegiatan pembinaan fisik dan mental yang diselenggarakan khususnya kelas XI dapat memperbaiki tingkah laku kedisiplinan baik itu di sekolah, rumah maupun lingkungan sekitar.

SIMPULAN

Berdasarkan pembahasan hasil penelitian yang telah dilaksanakan dengan judul Kajian tentang Upaya Kegiatan Pembinaan Fisik dan Mental (PFM) dalam membangun Kedisiplinan Siswa SMK PGRI 3 Cimahi dapat di tarik kesimpulan khusus sebagai berikut:

Kesimpulan yang diperoleh dari hasil penelitian ini adalah:

1. Pembinaan yang dilakukan di SMK PGRI 3 Cimahi ini meliputi pembinaan fisik dan mental. Selain itu, latihan baris berbaris, lider ship (kepeimpinan) dan life skill.

Pembinaan dapat membantu siswa menjadi pribadi yang terarah, teratur, serta bertanggung jawab dalam kehidupannya, sehingga tercapai kemampuan manusia secara optimal dan menjadikan pribadi yang mandiri. Selain itu, pada diri individu maupun kelompok dapat menjadi pribadi yang berkembang dalam mengoptimalkan kemampuan yang bermanfaat, baik bagi diri sendiri maupun untuk orang lain.

2. Faktor yang mempengaruhi kedisiplinan siswa SMK PGRI 3 Cimahi yaitu
 - a. Faktor kesadaran diri, disiplin dianggap penting bagi kebaikan dan keberhasilan dirinya, selain itu kesadaran diri menjadi motif kuat terwujudnya disiplin.
 - b. Faktor keluarga, Orang tua dalam keluarga adalah pendidik utama dan pertama yang mendidik dengan penuh tanggung jawab dan kasih sayang. Sehingga keluarga mempunyai peran yang sangat penting dalam membina kedisiplinan anak.
 - c. Faktor Lingkungan, lingkungan masyarakat memberikan corak tertentu pada dirinya. Jika lingkungan itu terbiasa dengan

memelihara sikap disiplin maka seseorang yang tinggal di lingkungan tersebut akan bersikap disiplin.

3. Upaya kegiatan pembinaan fisik dan mental yang dilakukan SMK PGRI 3 Cimahi sangat mempengaruhi perilaku kedisiplinan siswa karena dengan adanya pembinaan dengan berbagai bentuk yang diselenggarakan khususnya kelas XI dapat memperbaiki perilaku baik itu di dalam pendidikan formal, informal maupun non formal.

DAFTAR PUSTAKA

- Almasdi, Y. 2006. *Aspek Sikap Mental dalam Manajemen Sumber daya Manusia*. Bogor: Ghalia Indonesia
- Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Claylindgren, H. 1980. *Educational Psychology In The Classroom.*: Oxford University press, New York,
- Creswell, John. W. 2010. *Desearch Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Bahri, Syamsul. 2008. *Tanggung Jawab, Disiplin, Jujur itu Keren (Pendidikan Anti Korupsi Kelas 1 SMP/MTS)*. Jakarta: KPK Direktorat Pendidikan dan Pelayanan Masyarakat
- Budimansyah, D. 2010. *Penguatan Pendidikan Kewarganegaraan untuk membangun Bangsa*. Bandung : Widya Aksara Press
- Danial, E dan Warsiah, N.2009. *Metode Penulisan Karya Ilmiah*. Bandung: Laboraturium PKn UPI
- Desmita. 2011. *Psikolog Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Djoko Pekik, Irianto. 2004. *Bugar dan Sehat dengan Berolahraga*. Yogyakarta: Andi Yogyakarta.
- Ferris, A.L. 2010. *Approaches to Improving the Quality of life 'How to Enhance the Quality of life*. London: Spinger Dordrecht Heideberg
- Gunawan, Heri. 2012. *Pendidikan Karakter Konsep dan Implementasinya*. Bandung: Alfabeta
- Hasan Langguling. 1992. *Teori-teori Kesehatan Mental*. Jakarta: Pustaka Al-Husna
- Hidayat. S. 1979. *Pembinaan Perkotaan di Indonesia: Tinjauan dari Aspek Administrasi Pemerintah*. Jakarta : Bina Aksara
- Hidayat, H. S. 2013. *Pengaruh Kerjasama Orang Tua Dan Guru Terhadap Disiplin Peserta Didik Di Sekolah Menengah Pertama (Smp) Negeri Kecamatan Jagakarsa - Jakarta Selatan*. Jurnal Ilmiah WIDYA. Volume 1 Nomor 2 Juli-Agustus 2013
- Hidayatullah, Furqon.2010.*Pendidikan Karakter; Membangun Peradaban Bangsa*. Surakarta: Yuma Pustaka
- Hurlock, Elizabeth B. 1978. *Perkembangan Anak Jilid 2*, Jakarta: Erlangga
- Hurlock, Elizabeth B. 1999. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Husdarta. 2014. *Psikologi Olahraga*. Bandung : Alfabeta
- Imron, A. 2011. *Manajemen Peserta Didik Berbasis Sekolah*. Jakarta : Bumi Aksara
- James Draver. *A Dictionary of Psychology*. New York: Pengin Books
- Lemhanas.1997. *Disiplin Nasional*. Jakarta : Balai pustaka
- Mangkunegara, A, P. 2011. *Manajemen Sumber Daya Manusia Perusahaan*. Bandung: PT Rosdakarya
- Mangunhardjana, A. 1996. *Pembinaan Arti dan Metodenya*. Yogyakarta: Penerbit Kanisius
- Moleong, L.J. 2013. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya
- Muhibin Syah. (1999). *Psikologi Pendidikan Dengan Pendekatan Baru*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Musbikin, Imam. 2005. *Mendidik Anak Nakal*. Madiun: Forum Studi Himanda
- Nasution. 2003. *Metode Research*. Jakarta: Bumi Aksara
- Nasution, Noehi. 1993. *Materi Pokok Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Universitas Terbuka
- Nazir, Moh.2011.*Metode Penelitian*. Bogor : Ghalia Indonesia
- Pamudji.1985. *Pembinaan Perkotaan di Indonesia*. Jakarta : Bina Aksara

- Peraturan Menteri Pendidikan Nasional No.39 tahun 2008 tentang tujuan Pembinaan Kesiswaan
- Priodarminto, Sugeng. 1994. *Disiplin Kiat Menuju Sukses*. Jakarta Pradika Pramita.
- Rimm, Sylvia. 2004. *Mendidik dan Menerapkan Disiplin pada Anak Prasekolah*. Jakarta: Gramedia
- Rusyandi, T dan D,H,J. 1997. *Penerapan Gerakan Disiplin Nasional dalam Proses Pembelajaran*. Cianjur: CV Kandaga Cipta Karya
- Sajoto.1998.*Pembinaan Kondisi Fisik dalam Olahraga*. Jakarta: Depdikbud
- Satori, Djam'an.2007. *Metode Penelitian Kualitatif (mata kuliah Analisis Penelitian Kualitatif)*. Bandung : Sekolah Pascasarjana UPI
- Soetopo, H. &Soemanto, W.1991. *Pengantar Operasional Administrasi Pendidikan*. Surabaya : Usaha nasional
- Simanjuntak, B dan Pasaribu.1990. *Membina dan mengembangkan generasi muda*. Bandung : Tarsito
- Semiawan, Conny R. 2009. *Penerapan Pembelajaran Pada Anak*. Jakarta: PT Ideks.
- Sugiyanto. 1996. *Perkembangan dan Belajar Motorik*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan kebudayaan Direktorat Jendral
- Sugiyono. 2011. *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R&D*. Bandung: CV Alfabeta
- Surakhmad, W.1994. *Pengantar Penelitian Ilmiah*. Bandung : Tarsito
- Syafruddin.2005. "Hubungan Antara Disiplin Belajar dan Perhatian Orang Tua dengan Hasil Belajar Bahasa Indonesia SMA PGRI Sungguminasa Kabupaten Gowa". Tu'u T.2004. *Peran Disiplin pada perilaku dan Prestasi*. Jakarta : PT. Gramedia Widiasarana Indonesia
- Wahjosumidjo. 2011. *Kepemimpinan Kepala Sekolah Tinjauan Teoritik dan Permasalahannya*. Bandung: Alfabeta
- Yusuf Syamsu. 2006. *Psikologi Perkembangan Anak & Remaja*. Bandung : PT.Remaja Rosdakarya

Website :

- Ramdani. 2012. "Disiplin Siswa". *Jurnal*. [Online]. Tersedia: <http://i-oneramdanialwayz.blogspot.co.ic/2012/07/jurnal-disiplinsiswa.html> (diakses pada tanggal 18 September 2016)
- Annisa Fitriani. 2014. *Pembinaan Kedisiplinan Siswa Melalui Model Pembiasaan di SMP Daarut Tauhid Boarding School*. Skripsi. Sarjana pada FPIPS UPI Bandung : tidak diterbitkan
- Dharmawan, T. 2010. *Penerapan Hukuman Terhadap Peningkatan Kedisiplinan Siswa di Sekolah (Studi Kasus di Sekolah Menengah Atas Negeri Situraja)*. Skripsi Sarjana pada FPIPS UPI Bandung : tidak diterbitkan
- Handayani, Rinawati. 2007. *Penanaman Disiplin dalam Menaati Peraturan dan Tata Tertib*. Skripsi: Universitas Negeri Semarang.
- Toi'ah. 2011. *Upaya Meningkatkan Pemahaman Kedisiplinan Siswa Melalui Layanan Informasi Dengan Penerapan Teknik Problem Solving di Kelas X.5 SMA Negeri 1 Bojong Kab.Pekalongan*. Skripsi. Program Sarjana Universitas Negeri Semarang