

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan sebagai upaya memanusiakan manusia pada dasarnya adalah upaya mengembangkan kemampuan potensi individu sehingga memiliki kemampuan hidup optimal baik sebagai pribadi maupun sebagai anggota masyarakat serta memiliki nilai-nilai moral religius dan sosial sebagai pedoman hidupnya. Tentu saja, pendidikan juga dipandang sebagai usaha sadar yang bertujuan untuk mendewasakan anak.

Kedewasaan intelektual, sosial dan moral tidak semata-mata kedewasaan dalam arti fisik. Pendidikan adalah proses sosialisasi untuk mencapai kompetensi pribadi dan sosial sebagai dasar untuk mengembangkan potensi dirinya sesuai dengan kapasitas yang dimilikinya dalam mengisi berbagai peran dan pekerjaan di masyarakat.¹ Kepercayaan diri merupakan hal penting bagi semua orang yang merupakan suatu sikap atau perasaan yakin atas kemampuan diri sendiri.

Sehingga orang yang bersangkutan tidak terlalu cemas dalam melakukan tindakannya, sesungguhnya Agama Islam memerintahkan

¹ Syarafuddin, Dkk. 2008. *Ilmu Pendidikan Islam*, Jakarta: Hijri Pustaka Utama. h. 14.

agar berserah diri dan ikhlas kepada Allah SWT.² Kita sebagai manusia agar percaya diri dan tidak berputus asa untuk terus mencari rahmat Allah. Hal ini sejalan dengan ajaran Islam sebagaimana dijelaskan dalam Q.S Ali Imran ayat 139 berikut ini

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمُ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

Ayat di atas sangat memberi semangat bagi kita yang sedang mengalami kurangnya percaya diri. Rasyid Ridha dalam Tafsirnya yang berjudul Tafsir al-Manar, kata *tahinu* dari kata *al-wahnu* yang bermakna lemah dalam suatu urusan atas sebab sesuatu yang sedang menimpa atau menyakiti jiwa, Allah memerintahkan untuk janganlah lemah dalam berperang, walaupun dalam berperang kalian akan ditimpa kesusahan berupa kegagalan. Ayat ini turun ketika Nabi Muhammad dan pasukannya kalah dalam perang uhud, Kemudian kata *wa la tahzanu* bermakna janganlah bersedih hati terhadap apa yang menimpa diri kalian pada hari ini.

Janganlah kamu bersedih yang bisa membuat hatimu patah semangat. Adapun kata *antum al-'aluna*, makna ini ditunjukkan kepada orang-orang yang sanggup bertaqwa kepada Allah Swt. Karena mereka yang bertakwa, Allah akan isikan hatinya kebahagiaan dan keberhasilan. dan orang-orang yang bertakwa yaitu yang mengikuti sunnah-Nya dalam

² Ahmad Zulkarnain. *Bimbingan Klasikal Dalam Membangun Kepercayaan Diri Siswa Kelas X IBB MAN 3 Bantul Yogyakarta, Skripsi*, Fakultas Dakwah Dan Komunikasi, Universitas Islama Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2018, h. 17.

menerapkan tatanan kemasyarakatan, sehingga sifat-sifat tenang, percaya diri, rasa bahagia akan berada pada diri kita.³

Mengapa harus percaya diri? Karena kepercayaan diri sangat dibutuhkan dalam kehidupan siswa sebagai bekal mengatasi setiap tantangan serta problematika hidupnya nanti. Jika siswa terlihat optimis dan percaya diri maka ia berpotensi menjadi seorang yang mandiri dan sukses dikemudian hari. Namun, siswa yang berkelakuan buruk disekolah atau dirumah dan sering depresi, hal tersebut mencerminkan kurangnya percaya diri.

Problematika siswa yang kurang percaya diri, siswa merasa dirinya kurang mampu, minder, takut serta menutup diri. Siswa yang tergolong memiliki kepercayaan diri rendah sering kali prestasi belajarnya juga rendah karena ketidakyakinan pada kemampuan dirinya sendiri. Selain itu siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah juga rentan mendapatkan pelecehan sosial yang dapat berupa ejekan dari lingkungannya, hal tersebut tentu saja semakin membuat individu siswa sensitif dan merendahkan kepercayaan dirinya dan di.⁴

Indonesia saat ini tengah dihadapkan dengan tantangan di tengah pandemi Covid-19, di mana pemerintah menghimbau untuk masyarakat

³ Norma Azmi Farida, Tafsir Al-Qur'an. Referensi Tafsir Indonesia.

⁴ Dettiany Pritama, "*Studi Tentang Upaya Guru Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa SD Negeri 1 Pengasih*", Skripsi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta, 2015, h. 17.

Indonesia ini di rumah saja. Pandemi Covid-19 ini tidak hanya mempengaruhi sektor ekonomi dan sosial, melainkan juga sektor pendidikan yang kini mau tidak mau harus mulai beradaptasi dengan era ini. Sehingga kegiatan pembelajaran yang semula dilakukan secara tatap muka beralih menjadi pembelajaran non tatap muka. Program tersebut dikenal dengan pembelajaran daring atau sistem E-learning atau online learning. Pelaksanaan pembelajaran ini berlangsung dari jenjang sekolah dasar hingga perguruan tinggi, menurut Isman (2016) pembelajaran daring merupakan pemanfaatan jaringan internet dalam proses pembelajaran. Daring dalam kasus besar bahasa Indonesia (KBBI) berarti dalam jaringan, terhubung melalui jaringan atau internet.

Pembelajaran daring merupakan sebuah upaya pembelajaran siswa yang dilakukan tanpa tatap muka dengan melalui jaringan yang telah tersedia.⁵ Seperti halnya dalam Data berikut mengenai studi kasus tentang kurangnya rasa percaya diri seorang siswa, dilakukan di SMK PGRI 3 Kediri, Kota Kediri. Subyek penelitian ini adalah seorang siswa yang duduk di kelas X SMK PGRI 3 Kediri, dengan ciri-ciri sebagai berikut: a) kurang bisa bersosialisasi dan tidak yakin pada diri sendiri, sehingga mengabaikan kehidupan sosialnya. b) seringkali tampak murung dan depresi .c) suka berpikir negatif dan gagal untuk menggali potensi yang dimilikinya. d) takut dikritik dan merespon pujian dengan

⁵ Mega Berliana Yolandasari. *Efektivitas Pembelajaran Daring Dalam Pembelajaran Bahasa Indonesia Ddi Kelas II A MI Unggulan Miftahul Huda Tumang Cepogo Boyolali, Skripsi*, Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan Institute Agama Islam Negeri Salatiga, 2020, h. 2.

negatif. e) takut untuk mengambil tanggung jawab. f) takut untuk membentuk opininya sendiri. g) hidup dalam keadaan pesimis.⁶

Sedangkan fakta dikemukakan oleh Rohayati (2011), yaitu masih banyak siswa Indonesia kurang memiliki rasa percaya diri. Siswa akan merasa gugup dan tegang jika dihadapkan pada masalah. Hasil penelitian TIMSS (2008) berkaitan dengan Matematika yang salah satunya Option-nya berkaitan dengan Self Confident menunjukkan bahwa Self Confident siswa Indonesia masih rendah dibawah 30%.⁷

Studi pendahuluan di Mts Batu Tangga terdapat pertemuan bahwa ada beberapa siswa yang cenderung belum percaya diri ketika diberikan pertanyaan oleh guru dan disampaikan oleh guru Bimbingan dan Konseling. Perilaku tersebut tidak dapat dianggap masalah kecil karena kepercayaan diri siswa tumbuh dengan tidak baik, maka mengakibatkan siswa itu tidak dapat mengatasi setiap permasalahan yang dihadapinya. Hasil wawancara dengan kepala Sekolah, Wali Kelas, Guru Bimbingan dan konseling, Dan Siswa Mts Batu Tangga tentang kepercayaan diri, siswa rata-rata kurang percaya diri tentang sosial seperti malu, gugup ketika ditanya oleh guru. Sebagian siswa hanya bisa diam saja.⁸

⁶ De Angelis Baribara. 2003. *Confidence (Percaya Diri)*. Gramedia Pustaka Utama. h. 6.

⁷ Yanti, Prima Gusti Dan Fauzyah, Dian Restu. 2016. *Pengaruh Tingkat Kepercayaan Diri (Self Confidence) Terhadap Kemampuan Membaca Puisi*. *Jurnal.Unnes.Ac.Id/Nju/Index.Php/Lingua*. XII (2):134.

⁸ Sumber Wawancara, Disekolah Mts Batu Tangga, Hari Rabu, Tanggal 3 Februari 2021, Pukul 14.00 Wita, Batu Tangga.

Hal inilah yang menyebabkan, berdasarkan uraian diatas penulis melakukan penelitian lebih lanjut sehingga penelitian ini diberi judul *Strategi Guru Bimbingan Dan Konseling Dalam Mengembangkan Kepercayaan Diri Masa Pandemi Siswa Kelas VIII Mts Batu Tangga Kabupaten Hulu Sungai Tengah.*

B. Definisi Operasional

Untuk menghindari salah tafsir tentang makna istilah yang digunakan dalam penelitian ini, maka perlu dijelaskan makna dari beberapa definisi operasional sebagai berikut.

1. Strategi

Menurut Syafrijal strategi ialah cara untuk mencapai sebuah tujuan berdasarkan analisa terhadap faktor eksternal dan internal.⁹ Strategi guru dalam memanfaatkan pembelajaran jarak jauh di masa *covid-19* untuk memenuhi pembentukan karakter mandiri dan tanggung jawab anak sangat diperlukan, keterbatasan dan kendala yang dialami dilapangan memungkinkan guru dalam berinovasi untuk menyesuaikan dengan keadaan yang tengah terjadi.

Dengan adanya penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam khususnya ketika menghadapi sejumlah siswa yang kurang

⁹ Syafrijal Situmorang, *Pengertian Strategi Menurut Ahli*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2003), h. 30.

kepercayaan diri, maka dari itu peneliti mengambil judul “Strategi Guru Bimbingan dan Konseling dalam Mengembangkan Kepercayaan Diri Masa Pandemi Siswa Kelas VIII Mts Batu Tangga Kabupaten Hulu Sungai Tengah”.

2. Guru Bimbingan dan Konseling

Guru bimbingan dan konseling merupakan seorang yang memiliki keahlian dalam bidang pelayanan konseling dan tenaga professional konseling individual merupakan guru bimbingan dan konseling dalam memberikan nasehat dengan memecahkan berbagai masalah yang dihadapi konseli dan bertukar pikiran.

Menurut Sukardi Dewa Ketut guru bimbingan dan konseling yaitu: “suatu bantuan dan pelayanan yang diberikan oleh guru bimbingan dan konseling kepada konseli agar konseli mampu menyelesaikan masalah yang dihadapinya dan juga mampu mengembangkan potensi yang dimilikinya.¹⁰ Menurut Prayitno dan Erman Amti bimbingan adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh orang yang ahli kepada seseorang atau beberapa orang individu, baik anak-anak, remaja maupun dewasa agar orang-orang yang dibimbing dapat mengembangkan kemampuan dirinya sendiri dan mandiri.

¹⁰ Sukardi, Dewa Ketut, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah* (Jakarta: Rineka Cipta, 2000), h. 45.

¹¹ Prayitno Dan Amatid, (Jakarta: Rineka Cipta, 2004), h. 253.

Dengan memanfaatkan kekuatan individu dan sarana yang ada dan dapat dikembangkan berdasarkan norma-norma yang berlaku.¹¹ Guru bimbingan dan konseling yang peneliti maksud disini adalah guru yang berperan dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling untuk membantu siswa dalam menyelesaikan berbagai masalah yang dihadapinya.

3. Mengembangkan

Adalah suatu usaha untuk meningkatkan kemampuan potensi kepercayaan diri siswa, meliputi kepercayaan terhadap kemampuan diri sendiri dan kemampuan bertindak mandiri. Pengembangan yaitu suatu proses mendesain pembelajaran secara logis dan sistematis dalam rangka untuk menetapkan segala sesuatu yang akan dilaksanakan dalam proses kegiatan belajar dengan memperhatikan potensi dan kompetensi peserta didik.¹²

4. Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri yang melekat pada diri individu bukan bawaan sejak lahir atau turunan anak melainkan hasil proses belajar bagaimana merespon berbagai rangsangan dari luar melalui interaksi dengan lingkungannya. Kita sering merespon berbagai rangsangan atau fenomena dari luar kemudian kita mempersepsikannya. Bila kita mempersepsikan secara negatif dalam melakukan sesuatu, maka yang

¹² Abdul Majid. *Perencanaan Pembelajaran*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2005), h. 24.

ditimbulkan adalah perasaan yang tidak menyenangkan kemudian timbul perasaan untuk menghindarinya

Hakim menjelaskan terbentuknya rasa percaya diri yang kuat terjadi melalui proses, diantaranya:

- a. Terbentuknya kepribadian yang baik sesuai dengan proses perkembangan yang dilahirkan kelebihan-kelebihan tertentu.
- b. Pemahaman seseorang terhadap kelebihan-kelebihan yang dimilikinya dan melahirkannya keyakinan yang kuat untuk bisa berbuat segala sesuatu dengan memanfaatkan kelebihan-kelebihannya.
- c. Pemahaman dan reaksi positif seseorang terhadap kelemahan-kelemahan yang dimilikinya agar tidak menimbulkan rasa rendah diri atau sulit menyesuaikan diri.

5. Masa Pandemi Covid-19

Pandemi adalah wabah yang berjangkit serampak meliputi daerah geografis yang luas.¹³ Covid-19 adalah penyakit menular yang disebabkan oleh jeni coronavirus yang baru ditemukan, virus yang menyerang sistem pernapasan dan menyebabkan gangguan pada sistem pernapasan, pneumonia akut, bahkan bisa juga menyebabkan kematian.

Tanda dan gejala umum infeksi *covid-19* antara lain gangguan gejala pernapasan akut, demam, batuk dan sesak napas. *Covid-19*

¹³ Dana Riksa Buana. *Analisis Perilaku Masyarakat Indonesia Dalam Menghadapi Pandemi Virus Corona (Covid-19) Dan Kiat Menjaga Kesejahteraan Jiwa*. Vo. 7, No. 3 (2020).

merupakan bagian dari keluarga besar virus *corona* yang dapat menyebabkan penyakit pada manusia dan hewan, masa inkubasi rata-rata 5-6hari dengan masa inkubasi terpanjang 14hari,¹⁴ dampak *covid-19* terhadap dunia pendidikan, pendidikan di Indonesia pun menjadi salah satu bidang yang terdampak akibat adanya pandemi covid-19 tersebut.

Dengan adanya pembatasan interaksi, Kementerian Pendidikan di Indonesia juga mengeluarkan kebijakan yaitu dengan meliburkan sekolah dan mengganti proses Kegiatan Belajar Mengajar (KBM) dengan menggunakan sistem daring. Dengan menggunakan sistem pembelajaran daring ini muncul berbagai masalah yang dihadapi oleh siswa dan guru, seperti materi pelajaran yang belum selesai disampaikan oleh guru kemudian guru mengganti dengan tugas lainnya. Hal tersebut menjadi keluhan bagi siswa karena tugas yang diberikan oleh guru lebih banyak.

C. Fokus Penelitian

Berdasarkan dari uraian latar belakang masalah, maka fokus penelitian itu ada dua,

1. Strategi apa saja yang dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling dalam mengembangkan kepercayaan diri pada masa

¹⁴ Abiding, Hudaya Dan Anjani, *Efektivitas Pembelajaran Jarak Jauh Pada Masa Pandemic Covid-19*. 132.

pandemi siswa kelas VIII Mts Batu Tangga Kabupaten Hulu Sungai Tengah.

2. Faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi Strategi guru bimbingan dan konseling dalam mengembangkan kepercayaan diri pada masa pandemi siswa kelas VIII Mts Batu Tangga Kabupaten Hulu Sungai Tengah.

D. Tujuan Penelitian

Tujuan pelaksanaan tindakan kelas ini adalah untuk mengetahui bagaimana strategi guru bimbingan dan konseling dalam mengembangkan kepercayaan diri untuk meningkatkan hasil belajar siswa kelas VIII Mts Batu Tangga. Berdasarkan fokus penelitian, maka tujuan penelitian ini ada dua.

1. Mengetahui strategi apa saja yang dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling dalam mengembangkan kepercayaan diri masa pandemi siswa kelas VIII Mts Batu Tangga Kabupaten Hulu Sungai Tengah.
2. Mengetahui faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi strategi guru bimbingan dan konseling dalam mengembangkan kepercayaan diri masa pandemi siswa kelas VIII Mts Batu Tangga Kabupaten Hulu Sungai Tengah.

E. Alasan Memilih Judul

Komunikasi dan interaksi itu berpengaruh dalam setiap dunia pendidikan, seorang guru sudah seharusnya menjadi contoh untuk peserta didik dalam komunikasi dan interaksi yang efektif dan efisien. Dan penulis juga berkomunikasi juga dengan wali kelas VIII bahwasanya ada siswa yang kurang percaya diri, mengingatkan seorang guru harus memiliki strategi bimbingan dan konseling dalam mengembangkan kepercayaan diri siswa, baik dilingkungan sekolah maupun lingkungan masyarakat, strategi guru dalam mengembangkan kepercayaan diri ini masih jarang diteliti dibandingkan dengan kompetensi lainnya. Maka dari itu, alasan peneliti memilih judul ini adalah untuk mengembangkan kepercayaan diri siswa tersebut, supaya mereka percaya diri.

F. Signifikasi Penelitian

Hasil yang diperoleh dari penelitian ini diharapkan dapat berguna, sebagai berikut:

1. Secara teoretis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan pada umumnya dan tahap-tahap bimbingan dan konseling dalam mengembangkan kepercayaan diri terhadap siswa kelas VIII Mts Batu Tangga Kabupaten Hulu Sungai Tengah. khususnya.

2. Secara praktis:

a. Bagi guru Bimbingan dan Konseling

Hasil penelitian ini merupakan dapat dijadikan bahan masukan dalam meningkatkan kualitas metode pembelajaran.

b. Hasil penelitian ini merupakan dapat meningkatkan kualitas pembelajaran dan dapat dijadikan suatu ide untuk dikembangkan.

c. Bagi UIN

Guru bimbingan dan konseling dalam mengembangkan kepercayaan diri dapat menjadi sarana yang efektif untuk menghadapi siswa yang tidak mampu menyesuaikan diri di sekolah.¹⁵

G. Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu yang berkaitan dengan penelitian ini adalah:

1. Penelitian Herawati yang berjudul "*Strategi Guru Dalam Pengembangan Moral Anak Di Raudhatul Athfal Al-Badar Salaka Kabupaten Takalar*". Penelitian ini menggunakan pendekatan pendidikan maka penelitian ini hanya menggambarkan tugasnya sebagai pendidik, guru memikul berbagai tugas dalam mendidik, mengembangkan perilaku moral anak yang terprogram dilaksanakan dalam proses belajar mengajar untuk mentradisikan

¹⁵ Sugiono, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung: Alfabeda, 2012), h. 14.

dan mengembangkan perilaku moral pada anak.¹⁶ Adapun persamaan penelitian yang dilakukan oleh Herawati dengan peneliti ini adalah sama-sama menggunakan strategi guru, sedangkan perbedaan dari kedua penelitian ini adalah peneliti mengambil lokasi di Batang Alai Timur sedangkan Herawati mengambil lokasi di Kabupaten Takalar.

2. Penelitian Wiwinda yang berjudul “*Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok teknik assertive training dalam meningkatkan rasa percaya diri peserta didik SMPN 11 Bandar Lampung*”.¹⁷

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa perubahan sikap peserta didik dimana peserta didik yang mulanya merasa takut, dalam menghadapi ujian semester, sering merasa minder dan takut berani bertanya serta menyatakan pendapat setelah mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan teknik assertive training menjadi meningkat ditunjukkan dengan perubahan pada peserta didik yang lebih berani tampil di depan kelas dan berani menyampaikan pendapat, merasa yakin akan kemampuan dirinya dan selalu berfikir positif tidak pesimis lagi. Persamaan antara Wiwinda dengan penulis yaitu terkait rasa percaya diri, sementara perbedaannya yaitu saudara Wiwinda dalam pelaksanaannya

¹⁶ Jumardin, “*Strategi Guru BK/BP Dalam Pembinaan Akhlak Siswa Di Man Bulukumba*, (Skripsi, Universitas Islam Negeri Makassar, 2015), h. 21.

¹⁷ Wiwinda, *Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Assertive Training Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Peserta Didik SMPN 11 Bandar Lampung, Tahun Pelajaran 2014*, h.32.

menggunakan teknik assertive training sementara penulis hanya menggunakan bimbingan dan konseling pada umumnya.

3. Penelitian Aidil Waldiah Rahmi yang berjudul “*Layanan bimbingan dan konseling pada siswa bermasalah di SMA negeri jantho aceh besar*:¹⁸ Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui layanan bimbingan dan konseling pada siswa bermasalah di SMA negeri 1 Kota Jantho. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara, observasi dan dokumentasi dideskripsikan dengan pendekatan kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan guru SMA negeri 1 Kota Jantho dalam mengembangkan layanan bimbingan dan konseling adalah: aktivitas guru bimbingan dan konseling bukan hanya menangani siswa yang bermasalah tapi juga memperkenalkan layanan yang ada dalam bimbingan dan konseling dan langkah-langkah dalam bimbingan dan konseling adalah mensosialisasikan layanan yang ada dalam bimbingan dan konseling, menyediakan fasilitas yang mendukung berjalannya bimbingan dan konseling.

H. Sistematika Penulisan

Dalam sistematika pembahasan ini terdiri dari beberapa bagian yang merupakan pelengkap atau pendukung suatu karya ilmiah. Bagian Depan

¹⁸ Aidil Waldiah Rahmi, *Layanan Bimbingan Dan Konseling Pada Siswa Bermasalah Di SMA Negeri Jantho Aceh Besar, Skripsi*, Banda Aceh, Fakultas Tarbiyah Dan Ilmu Pendidikan, 2016, h. 23.

Memuat Halaman Judul, Halaman Nota Pembimbing, Halaman Pengesahan, Halaman Motto, Halaman Kata Pengantar, Halaman Daftar Isi. Dan Bagian Belakang Memuat Daftar Kepustakaan, Beberapa Lampiran-Lampiran Yang Diperlukan Dan Daftar Riwayat Hidup.

Pada bagian isi merupakan inti pokok proposal yang terdiri dari III Bab yang di bagi menjadi sub-sub bab.

Bab I yaitu pendahuluan yang berisi alasan latar belakang masalah, definisi operasional, fokus penelitian, tujuan penelitian, alasan memilih judul, signifikansi penelitian, penelitian terdahulu dan sistematika penulisan.

Bab II adalah yang berisi teori tentang strategi, jenis-jenis strategi, guru bimbingan dan konseling, dalam mengembangkan, kepercayaan diri, masa pandemi.

Bab III jenis dan pendekatan penelitian, subjek dan objek penelitian, data dan sumber data, teknik pengumpulan data, teknik pengolahan data dan analisis data dan prosedur penelitian.

Bab IV gambaran singkat lokasi penelitian, penyajian data, analisis data.

Bab V penutup simpulan dan saran-saran.