BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Kemajuan teknologi saat ini merupakan bagian dari perkembangan Industri 4.0, di mana teknologi kecerdasan buatan (AI) menjadi salah satu inovasi utama. Salah satu perkembangan yang paling menonjol selama Revolusi Industri 4.0 adalah kemajuan teknologi kecerdasan buatan (AI). AI dipandang sebagai asisten cerdas yang dapat meningkatkan produktivitas di tempat kerja, mendukung proses pembelajaran, serta berperan sebagai teman yang dapat diajak berinteraksi dalam kehidupan sehari-hari.

OpenAI baru-baru ini mengembangkan ChatGPT, sebuah chatbot yang mengadopsi teknologi kecerdasan buatan generatif. ChatGPT memanfaatkan pemrosesan bahasa alami *Natural Language Processing* (NLP) untuk menghasilkan berbagai jenis konten, seperti artikel, pesan teks, rekomendasi, dan lain-lain, dengan tujuan mendukung interaksi pengguna yang realistis. Model *Generative Pre-trained Transformer* (GPT) dari OpenAI menjadi dasar pengembangan ChatGPT, yang merupakan salah satu implementasi percakapan berbasis AI yang paling dikenal saat ini (Belcic and Stryker 2025). Hal ini membuat ChatGPT bukan hanya sebagai alat teknologi, tetapi sebagai sistem pintar yang membantu dalam berbagai aktivitas manusia seperti hiburan, pendidikan dan karir.

ChatGPT memperoleh perhatian luas sejak peluncurannya pada November 2022, dengan mencapai satu juta pengguna dalam waktu lima hari. Saat ini, ChatGPT menjadi salah satu aplikasi dengan pertumbuhan pengguna tercepat

dalam sejarah, dengan jumlah pengguna aktif mencapai 200 juta (Wisernotify 2025). Pada Januari hingga Juli 2025, tercatat sekitar 17,5 juta pengguna ChatGPT berasal dari Indonesia. Jumlah tersebut menempatkan Indonesia sebagai negara dengan pengguna terbanyak di dunia sekaligus berada pada peringkat kelima tertinggi dibandingkan negara lainnya (Husnaini and Madhani 2024). Sejak diluncurkan, ChatGPT menghadapi lonjakan popularitas yang signifikan karena kemampuannya memenuhi kebutuhan masyarakat terhadap informasi yang cepat, praktis dan interaktif.

Penggunaan kecerdasan buatan di Indonesia terus berkembang, terutama di kalangan mahasiswa. Survei Global Mahasiswa tahun 2025 melaporkan bahwa empat dari lima mahasiswa internasional telah menggunakan teknologi *generative* AI seperti ChatGPT di lingkungan kampus untuk meningkatkan latar belakang pendidikan (Yonatan 2025). Selain itu, menurut Husnaini dan Madhani (2024), studi yang dilakukan terhadap ChatGPT mengindikasikan platform ini banyak digunakan oleh mahasiswa untuk membantu mereka menyelesaikan tugas akademik. Ada beberapa manfaat penggunaan ChatGPT seperti mendapatkan informasi tambahan dan menggunakan alat pembelajaran yang efektif untuk mengubah metode seseorang belajar. Namun, ada juga efek negatif penggunaan ChatGPT, seperti kehilangan kemampuan berpikir kritis, kurangnya kreativitas dan ketergantungan penggunaan ChatGPT (Arumsari 2024).

Ketergantungan berlebihan terhadap ChatGPT dapat mengurangi kemampuan berpikir mahasiswa, mengurangi kemampuan mereka untuk menganalisis secara mendalam, dan meningkatkan risiko plagiarisme akademik (Yasmin et al. 2025). Ditambahkan oleh Carr (2011), terlalu bergantung pada ChatGPT untuk mencari solusi cepat dapat mengganggu fungsi kognitif kritis

seperti penilaian informasi dan penalaran analitis. Sehingga, tidak semua informasi yang dihasilkan oleh ChatGPT sepenuhnya benar atau relevan (Junaid dan Saparuddin 2024).

ChatGPT yang digunakan sebagai mesin penjawab instan, justru dapat menyebabkan ketergantungan dan menurunnya kemampuan berpikir kritis (Hutapea and Kabatiah 2025). Hasil penelitian tersebut membuktikan bahwa, ketergantungan yang berlebihan membuat mahasiswa cenderung menerima informasi tanpa analisis. Konsekuensinya, kemampuan mahasiswa dalam relevansi informasi menurun, kualitas pembelajaran dan kemampuan berpikir kritis menurun.

Mahasiswa harus secara terus-menerus diajarkan untuk secara kritis mengevaluasi informasi yang disediakan oleh ChatGPT dan mengembangkan kemampuan mereka untuk berpikir kritis secara mandiri (Cholvistaria and Gunawan 2025). Lingkungan yang dipenuhi arus informasi yang beragam sering kali membuat individu kesulitan membedakan mana informasi yang valid, serta mana yang tidak valid. Tidak jarang informasi diterima begitu saja tanpa proses verifikasi. Hal ini menunjukkan bahwa keterampilan berpikir kritis sangat dibutuhkan agar seseorang mampu menyaring dan menilai informasi secara tepat.

Namun, masih ada anggapan di masyarakat bahwa berpikir kritis adalah kebiasaan yang hanya perlu ditanamkan sejak usia dini atau sekadar diajarkan di ruang kelas filsafat dan retorika di perguruan tinggi. Faktanya, berpikir kritis bukanlah kemampuan yang sulit atau langka yang hanya dimiliki oleh individu dengan tingkat kecerdasan tinggi. Sebaliknya, berpikir kritis merupakan kemampuan yang dapat dipelajari dan dikembangkan oleh siapa saja (Johnson 2007). Dalam realitas berpikir kritis ialah kemampuan yang dapat diarahkan

melalui pengalaman, refleksi dan pembiasaan pengambilan keputusan nyang rasional dan objektif.

Berpikir kritis membantu seseorang memanfaatkan informasi dan kemampuan intelektual secara optimal untuk mencapai kesimpulan atau pandangan yang akurat. Sebaliknya, kurangnya keterampilan berpikir kritis dapat membuat individu bertindak tanpa dasar yang kuat, mempercayai hal-hal yang tidak rasional, atau mengambil keputusan yang keliru meskipun terkadang secara kebetulan dapat menemukan kebenaran. Kemampuan berpikir kritis tidak hanya membantu menemukan kebenaran, tetapi juga membantu manusia berpikir secara objektif dan bebas dari kekeliruan dalam menilai sesuatu.

Konseling dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) merupakan salah satu metode yang digunakan untuk meningkatkan kemampuan berpikir kritis. Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) memiliki potensi yang besar dalam meningkatkan kemampuan berpikir kritis mahasiswa. Sejalan dengan pandangan Corey (2013) yang menyatakan bahwa setiap individu mempunyai keahlian untuk berpikir secara rasional maupun irasional, REBT membantu mahasiswa mengenali dan menggantikan pola pikir irasional dengan pemikiran yang lebih logis dan realistis. Proses ini secara tidak langsung menggerakkan mahasiswa untuk menilai situasi secara objektif, menelaah bukti yang ada serta mengambil keputusan berdasarkan penalaran yang matang. Dengan demikian, penerapan REBT tidak hanya berfungsi sebagai terapi emosional, tetapi juga dapat menjadi sarana pengembangan kemampuan berpikir kritis yang diperlukan dalam konteks akademik dan kehidupan sehari-hari.

Tujuan utama Konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) adalah untuk meningkatkan dan mengubah persepsi, sikap, cara berpikir,

keyakinan, dan perspektif konseli yang tidak logis menjadi logis sehingga konseli dapat berkembang dan memperoleh pemahaman terbaik (Cunningham and Turner 2016). Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa REBT memiliki peran penting dalam membantu individu mengembangkan pola pikir yang logis. Melalui proses perubahan persepsi, sikap, dan keyakinan yang tidak logis menjadi lebih logis, mahasiswa dapat belajar memahami dirinya secara lebih objektif dan realistis. Dalam konteks pendidikan, hal ini sangat relevan karena kemampuan untuk berpikir secara logis dan rasional merupakan dasar dari berpikir kritis.

Namun, dalam realita pendidikan muncul fenomena ketergantungan penggunaan ChatGPT. Ketergantungan ini sering kali disebabkan oleh persepsi yang tidak logis, dengan keyakinan bahwa menggunakan ChatGPT dapat menghasilkan jawaban yang instan, jawaban yang dihasilkan dari ChatGPT selalu benar atau adanya anggapan bahwa menggunakan ChatGPT lebih efektif daripada berpikir dan mencari jawaban sendiri.

Pernyataan tersebut sesuai dengan fenomena penelitian. Hal ini terbukti dari hasil wawancara pada hari Selasa, 07 Oktober 2025 dengan 15 orang mahasiswa BK pengguna ChatGPT angkatan 2022/2023. Berdasarkan hasil wawancara, ditemukan bahwa sebagian besar mahasiswa menggunakan ChatGPT sebagai alat bantu utama dalam menyelesaikan tugas akademik. Mereka mengaku bahwa penggunaan ChatGPT dianggap lebih praktis karena mampu memberikan jawaban yang instan. Ketika mendapatkan tugas kuliah, mahasiswa lebih mengandalkan ChatGPT dibandingkan harus mencari literatur secara manual. Hal ini menandakan adanya kecenderungan ketergantungan terhadap penggunaan ChatGPT di kalangan mahasiswa BK pengguna ChatGPT angkatan 2022/2023.

Dengan demikian, melalui pendekatan Konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) membantu mahasiswa memahami bahwa ketergantungan berlebihan terhadap ChatGPT adalah bentuk dari keyakinan irasional yang harus diubah. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih menyeluruh mengenai sejauh mana konseling REBT berperan dalam membantu mahasiswa mengembangkan kemampuan berpikir kritis.

Berdasarkan fenomena di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul ***"Pengaruh Konseling Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) terhadap kemampuan berpikir kritis Mahasiswa BK pengguna ChatGPT Angkatan 2022/2023"***.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, masalah yang dapat diidentifikasi adalah sebagai berikut:

1. Mahasiswa pengguna ChatGPT menunjukkan ketergantungan penggunaan ChatGPT
2. Mahasiswa pengguna ChatGPT menunjukkan kecenderungan menerima informasi/jawaban instan tanpa melakukan analisis mendalam
3. Adanya kemunduran kemampuan berpikir kritis mahasiswa yang ketergantungan ChatGPT
4. Terganggunya fungsi kognitif kritis mahasiswa yang ketergantungan ChatGPT

1.3 Batasan Masalah

Agar penelitian lebih terarah dan tidak meluas, maka batasan masalah penelitian hanya mencakup mahasiswa BK Pengguna ChatGPT Angkatan 2022/2023. Penelitian ini berfokus pada pengaruh Layanan Konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) terhadap kemampuan berpikir kritis mahasiswa BK Pengguna ChatGPT Angkatan 2022/2023. Penelitian ini menggunakan desain *pre-experimental.* Desain *pre-experimental* digunakan untuk melihat pengaruh dari suatu perlakuan.

1.4 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini, yaitu, apakah terdapat Pengaruh Konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) terhadap Kemampuan Berpikir Kritis mahasiswa BK Pengguna ChatGPT Angkatan 2022/2023?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan Rumusan masalah, adapun tujuan penelitian Ini, yaitu untuk mengetahui Pengaruh Konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Terhadap Kemampuan Berpikir Kritis mahasiswa BK Pengguna ChatGPT Angkatan 2022/2023.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

Manfaat Teoritis penelitian ini, sebagai berikut:

1. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan kajian ilmu Bimbingan dan Konseling, khususnya terkait

penerapan konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) untuk meningkatkan kemampuan berpikir kritis.

2. Hasil penelitian dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang membahas hubungan antara konseling, kemampuan berpikir kritis, dan pemanfaatan teknologi kecerdasan buatan (AI) seperti ChatGPT dalam dunia pendidikan.

1.6.2 Manfaat Praktis

Adapun manfaat praktis penelitian ini, yaitu:

1. Bagi Mahasiswa: Penelitian ini dapat membantu mahasiswa BK pengguna ChatGPT untuk mengembangkan kemampuan berpikir kritis, sehingga lebih bijak, rasional, dan objektif dalam menggunakan teknologi sebagai sarana pendukung akademik.
2. Bagi Konselor/Pendidik: Hasil penelitian dapat menjadi acuan dalam menerapkan layanan konseling, khususnya Konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT), sebagai strategi untuk meningkatkan keterampilan berpikir kritis mahasiswa di era digital.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya : Peneliti selanjutnya dapat menggunakan penelitian ini sebagai dasar untuk melihat lebih dalam bagaimana Konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dapat membantu mahasiswa dalam mengembangkan kemampuan berpikir kritis di era digital. Peneliti selanjutnya juga bisa memperluas penelitian ini dengan membandingkan pengaruh Konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dengan mahasiswa yang tidak menggunakan ChatGPT.