

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan proses perubahan tingkah laku yang terjadi pada diri individu maupun masyarakat. Di dalam pendidikan guru merupakan faktor penting karena dengan mengikuti proses pendidikan yang berlangsung siswa dapat berubah menjadi yang lebih baik. Keberhasilan siswa juga dipengaruhi oleh pengaruh pendidikan yang positif dengan membimbing serta pemberian pengajaran yang bermutu sehingga terciptanya siswa yang unggul dan cerdas.

Pendidikan haruslah mendukung proses pembelajaran dengan menyediakan sarana dan prasarana yang dibutuhkan oleh sekolah dengan demikian proses pembelajaran dapat berjalan dengan baik. Pendidikan yang diberikan kepada siswa harus sesuai dengan kemampuan siswa dengan memberikan metode-metode pengajaran yang mengasikkan sehingga siswa tidak merasa bosan dan dapat berkonsentrasi dengan baik. Dengan adanya metode pembelajaran serta dilengkapi oleh sarana dan prasarana yang mendukung proses pembelajaran dapat mengatasi kesulitan belajar yang kelak akan di alami oleh siswa.

Dalam proses pendidikan terkait dengan nilai-nilai mendidik, berarti memberikan, menanamkan, menumbuhkan nilai-nilai pada peserta didik yang berfungsi untuk membantu peserta didik dalam mengembangkan dirinya, yaitu mengembangkan semua potensi, kecakapan serta karakteristik pribadinya kearah yang positif, baik bagi dirinya maupun lingkungannya.

Satu proses yang tidak dapat dipisahkan dari pendidikan adalah ujian, karena fungsi dari ujian berkaitan erat dengan kualitas pendidikan. Hal ini dapat dipahami dari definisi ujian, yaitu sesuatu yang dipakai untuk menguji mutu pendidikan (kepandaian, kemampuan, hasil belajar, dan sebagainya). Dan dengan proses belajar yang maksimal akan membuahkan hasil yang berkualitas.

Pada saat menghadapi ujian, banyak siswa yang kurang mampu mengendalikan sikap emosionalnya, fisiknya dan perilakunya sehingga dapat menimbulkan stres. Stres yang dialami siswa dalam menghadapi ujian adalah siswa merasa cemas, gelisah, bingung, dan adanya tekanan yang dihadapi sehingga takut nilai ujiannya rendah. Jika stres menjadi gangguan pada diri siswa, secara tidak langsung stres akan menjadi masalah baru pada diri siswa tersebut.

Menurut Hartono (2012:86) “stres adalah suatu bentuk gangguan emosi yang disebabkan adanya tekanan yang tidak dapat diatasi oleh individu”. Di sekolah siswa akan mengalami stres saat hubungannya dengan temannya tidak bisa berjalan dengan baik, atau saat mereka menghadapi ujian. Ketika siswa menghadapi ujian, tindakan yang dilakukan siswa adalah berusaha belajar keras untuk meraih nilai yang bagus.

Menurut Mashudi (2012:184) bahwa stres dapat memberikan pengaruh positif dan negatif terhadap diri individu. Pengaruh positif dari stres adalah mendorong individu untuk melakukan sesuatu, membangkitkan kesadaran, dan menghasilkan pengalaman baru. Sedangkan pengaruh negatifnya adalah menimbulkan perasaan-perasaan tidak percaya diri, penolakan, marah, atau depresi yang kemudian memicu munculnya penyakit seperti sakit kepala, sakit perut, insomnia, tekanan darah tinggi atau stroke.

Hal ini sesuai dengan pendapat Mahsun (2004:22) bahwa “terlalu banyak stres yang berdampak negatif baik secara fisik maupun psikis. Stres yang berlangsung lama, berkepanjangan atau stres dengan keadaan yang berlebihan mengarah kepada munculnya masalah kesehatan berupa penyakit fisik dan mental yang serius”. dampak negatif dari stres antara lain sering gelisah, cepat putus asa, tidak berkonsentrasi dalam belajar, cepat marah, gangguan tidur, dan sensitif yang berlebihan.

Dari ketiga pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa stres memiliki makna yang berbeda dan mempunyai akibat yang berbeda pada setiap siswa. Suatu kondisi tertentu dapat menimbulkan stres pada seorang siswa bisa jadi tidak berpengaruh pada siswa yang lain meskipun pada situasi yang sama. Itulah sebabnya, tingkat stres yang dialami oleh siswa dapat berpengaruh positif dan negatif terhadap hasil belajar siswa, semuanya tergantung pada kemampuan siswa untuk mengelola stres yang dialaminya.

Stres dapat berperan positif dalam belajar siswa apabila siswa tersebut dapat mengelola stres yang dialaminya dengan baik. Bahkan dalam kondisi tersebut, dapat memicu siswa untuk berprestasi. Apabila siswa tersebut mengelola stres dengan baik, maka mereka akan termotivasi untuk belajar dan lebih percaya diri saat menghadapi ujian.

Dari hasil pengamatan peneliti sewaktu melakukan observasi di SMP Negeri 5 Percut Sei Tuan masih ditemukan siswa yang kurang mampu mengelola stres dalam menghadapi ujian seperti yang dapat dilihat kurangnya semangat belajar siswa dalam menghadapi ujian, gelisah menghadapi ujian, cemas, merasa mengalami gangguan pola makan, bahkan ada siswa yang sulit tidur dan siswa

merasa tidak konsentrasi belajar dalam menghadapi ujian sehingga hasil belajar siswa tersebut menurun.

Oleh sebab itu peneliti mengadakan penelitian kepada siswa yang kurang mampu mengelola stres dalam menghadapi ujian di sekolah diperlukan layanan bimbingan. Salah satu caranya adalah dengan menggunakan berbagai jenis layanan bimbingan, layanan yang diberikan adalah bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan yang diberikan dalam suasana kelompok. Layanan bimbingan ini diharapkan dapat membantu siswa dalam mengontrol kehidupannya, agar menjadi lebih baik dan dapat belajar bertingkah laku secara realistis dan bertanggung jawab. Dalam Skripsi ini, penulis lebih menekankan layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi, karena dengan menggunakan teknik diskusi siswa dapat menyelesaikan masalah yang dihadapi secara bersama-sama. Ada beberapa alasan mengapa penulis memilih menggunakan model bimbingan kelompok teknik diskusi salah satunya adalah dengan pemberian layanan bimbingan kelompok ini siswa dapat menjadi lebih mandiri dalam hal belajar serta akan timbul rasa tanggung jawab dan harga diri.

Dari uraian diatas penulis tertarik untuk melakukan suatu penelitian yang berjudul “Pengaruh Pemberian Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi Terhadap Kemampuan Mengelola Stres Dalam Menghadapi Ujian Siswa Kelas VIII² Di SMP Negeri 5 Percut Sei Tuan Tahun Ajaran 2013/2014”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah diatas terdapat beberapa masalah yang dapat diidentifikasi yaitu :

1. Siswa merasa sulit untuk tidur dalam menghadapi ujian.
2. Siswa merasa gelisah dalam menghadapi ujian.
3. Kurangnya kemampuan siswa mengelola stres dalam menghadapi ujian.
4. Pelaksanaan bimbingan kelompok belum berjalan dengan baik di sekolah.

C. Batasan Masalah

Masalah peneliti di bahas pada “Bimbingan Kelompok dan Pengaruhnya Terhadap Kemampuan Mengelola Stres Dalam Menghadapi Ujian Siswa Kelas VIII² SMP Negeri 5 Percut Sei Tuan Tahun Ajaran 2013/2014”.

D. Rumusan Masalah

Adapun permasalahan dalam penelitian diatas adalah “Apakah ada pengaruh Bimbingan Kelompok teknik diskusi terhadap kemampuan mengelola stress dalam menghadapi ujian Siswa Kelas VIII² Di SMP Negeri 5 Percut Sei Tuan Tahun Ajaran 2013/2014”?

E. Tujuan Penelitian

Adapun yang menjadi tujuan penelitian ini adalah : “Untuk mengetahui pengaruh bimbingan kelompok teknik diskusi terhadap kemampuan mengelola stress dalam menghadapi ujian siswa kelas VIII² Di SMP Negeri 5 Percut Sei Tuan Tahun Ajaran 2013/2014”.

F. Manfaat Penelitian

Sesuai dengan permasalahan yang telah dirumuskan diatas, maka hasil penelitian ini diharapkan memberi manfaat bagi berbagai pihak antara lain :

1. Manfaat teoritis

- a. Dengan adanya penelitian ini diharapkan berguna untuk menambah pengetahuan siswa tentang bimbingan kelompok teknik diskusi.
- b. Sebagai pengembangan teori bimbingan kelompok teknik diskusi.

2. Manfaat Praktis

- a. Manfaat bagi siswa

Sebagai bahan pembelajaran bagaimana mengelola stres dalam menghadapi ujian.

- b. Manfaat bagi Guru BK

Sebagai program perencanaan Bimbingan dan Konseling di sekolah sekaligus sebagai ilmu pengetahuan dalam mengembangkan pelaksanaan program Bimbingan Konseling di sekolah

- c. Manfaat bagi sekolah

Sebagai bahan masukan tentang pentingnya layanan bimbingan kelompok teknik diskusi.

- d. Manfaat bagi peneliti selanjutnya

Sebagai bahan kajian bagi penelitian lebih lanjut yang akan meneliti tentang layanan bimbingan kelompok teknik diskusi.