

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Belajar merupakan inti dari pendidikan. Tanpa belajar tidak akan ada pendidikan. Karena belajar adalah proses untuk berubah dan berkembang. Setiap manusia sepanjang hidupnya baik sadar maupun tidak sadar harus selalu belajar. Karena hanya dengan belajar manusia dapat bertahan dalam persaingan hidup di dunia ini. Dalam pendidikan formal dan non- formal proses belajar menjadi tanggung jawab di dalam kelas.

Sebagaimana yang kita ketahui prioritas utama bagi siswa di SMP yang rata- rata berusia 12- 14 tahun, adalah menyalurkan keinginannya untuk dapat mengembangkan seluruh potensi yang dimilikinya dengan cara mengaktualisasikan diri,memperluas hubungan sosialnya, dan diakui keberadaannya oleh orang lain. Mereka akan melakukan berbagai cara agar keberadaannya diakui oleh orang lain. Mereka akan melakukan berbagai cara agar keinginan utamanya itu dapat mereka wujudkan. Misalnya dengan meningkatkan prestasi akademik maupun non akademik, menata penampilannya, aktif dalam berbagai kegiatan di sekolah maupun diluar sekolah, dan sebagainya.

Siswa yang mampu mengembangkan potensinya akan menghasilkan prestasi dan penghargaan, sementara siswa yang tidak mampu mengembangkan potensi dirinya secara tepat akan bertentangan dengan keinginan diri ( harapan) dengan tuntutan lingungannya, memicu munculnya konflik baik dengan dirinya

maupun dengan orang lain. Misalnya, siswa yang tidak mampu menghadapi tuntutan pendidikan akan menunjukkan ketidaksenangannya dengan berperilaku yang negatif, menjadi orang yang berprestasi rendah, bekerja dibawah kemampuan dalam setiap mata pelajaran atau dalam mata pelajaran yang tidak disukai. Ketidakmampuan mereka dalam menuntaskan masalah internal dalam dirinya akan berpotensi menjadi sumber kegagalan berprestasi.

Menurut Misra dan Mc Kean ( 2000: 41), tekanan dan hambatan dalam diri siswa banyak dipengaruhi oleh keinginan- keinginan pribadi yang tidak sejalan dengan kondisi lingkungan belajarnya, seperti : kurikulum disekolah yang padat, mengambil keputusan, kelanjutan studi, penjurusan, guru dan teman yang memiliki ragam karakter, ekspektasi orang tua yang menuntut pencapaian prestasi yang maksimal, dan sebagainya. Beratnya tuntutan akademik disekolah dan diluar sekolah membuat siswa menjadi jenuh, bosan, malas, tidak percaya diri, dan mengalami penurunan padibaa kualitas belajarnya.

Situasi dilematis antara tuntutan dari luar yang tidak seimbang dengan keinginan dan kemampuan yang dimiliki sering kali membuat siswa tertekan secara psikologis. Tekanan- tekanan itu oleh Lazarus & Folkman ( 1984) disebut dengan stress, yaitu kondisi yang bermunculan akibat perbedaan antara keinginan dengan kenyataan.

Heiman & Kariv ( 2005 ) juga menjelaskan, bahwa stress akademik merupakan stres yang disebabkan oleh *academic stressor* dalam proses belajar mengajar atau hal- hal yang berhubungan dengan kegiatan belajar, misalnya : tekanan untuk nilai kelas, lama belajar, kecemasan menghadapi ujian, banyaknya

tugas yang harus diselesaikan, mendapat nilai ulangan yang jelek, birokrasi yang rumit, keputusan menentukan jurusan dan karir, dan management waktu.

Minimnya pengetahuan, pengalaman, dan daya dukungan lingkungan terhadap kebutuhan psikologis siswa sering membuat siswa kehilangan kemampuan dalam mengatasi masalah- masalah yang dihadapinya. ( Stallard, 2004 ). Keterbatasan pengetahuan dan pengalaman mereka membuat penilaian subyektif yang mereka buat menjadi negatif. Ketidakmampuan menghadapi tuntutan- tuntutan itu dapat terjadi pada siswa dimanapun berada, tidak terkecuali siswa di TK, SD, SMP, SMA, bahkan di perguruan tinggi.

Ketidakmampuan ini dipicu oleh beberapa hal, antara lain: 1) kemampuan, kepribadian, dan kopetensi guru dalam mengajar ; 2) muatan kurikulum yang padat ; 3) kemampuan, kebiasaan, kesiapan belajar, dan keterampilan belajar siswa yang buruk, ; 4) tuntutan tugas sekolah dan tuntutan orang tua yang tidak dapat dipenuhi sehingga menyebabkan frustasi ; 5) keluarga yang tidak harmonis, retak, orang tua yang terlalu menuntut, otoriter, dan sebagainya ; dan 6) faktor – faktor internal seperti rendah diri, tidak yakin dengan kemampuan sendiri, konflik dengan teman maupun konflik dengan diri sendiri, penolakan diri, dan sebagainya ( Santrock, 2003 ).

Stres yang tidak dapat dikendalikan atau diatasi siswa akan mempengaruhi pikiran, perasaan, reaksi fisik , dan tingkah lakunya. Seperti ; a) secara kognitif ( pikiran) : kesulitan memusatkan perhatian dalam belajar, sulit mengingat pelajaran atau mudah lupa, sulit memahami bahan pelajaran, berpikir negatif pada diri dan lingkungannya ;b) secara afektif ; munculnya rasa cemas, sensitive, sedih, kemarahan, frustasi ; c) secara fisiologis : muka memerah, pucat, lemah , dan

merasa tidak sehat, jantung berdebar- debar, gemetar, sakit perut, pusing, badan kaku, dan berkeringat dingin ; d) dampak tingkah laku yang muncul antara lain merusak, menghindar, membantah, berkata kotor, menghina, menunda- nunda penyelesaian tugas sekolah, malas sekolah, dan terlibat dalam kegiatan mencari kesenangan secara berlebih- lebihan dan berisiko.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan sebelumnya oleh Widari,dkk, menjelaskan beberapa faktor penyebab dari kejenuhan, seperti cara atau metode didalam mengajar tidak bervariasi, belajar hanya di tempat tertentu, dan secara khususnya kejenuhan belajar muncul disebabkan karena adanya kegagalan ditemukan oleh individu dalam mencari makna akan kegiatan yang ia tekuni.

Hal ini sejalan dengan hasil wawancara dengan Guru BK bahwasanya mereka mengalami kejenuhan belajar karena proses pembelajaran yang kurang menyenangkan, metode mengajar yang kurang bervariasi, dan ada mata pelajaran yang tidak mereka sukai .

Untuk menghilangkan rasa jenuh yang dialami siswa tersebut tidak jarang mengambil jalan pintas yang menurut mereka baik untuk dirinya, walaupun terkadang jalan yang diambil adalah cara yang negatif sekalipun. Namun ada sebagian siswa juga yang mengambil cara yang positif. Saat peserta didik memilih cara yang positif untuk menghilangkan kejenuhannya maka kejenuhan akan teratasi dengan baik tanpa harus meruigikan dirinya sendiri, dan sebaliknya apabila peserta didik memilih cara yang negatif maka kejenuhan akan berakibat berakibat buruk terhadap dirinya sendiri.

Dari observasi yang pernah dilakukan peneliti di SMP Negeri 3 Perbaungan Tahun Ajaran 2015/ 2016 pada tanggal 08 September 2015 ,menemukan ada beberapa siswa yang mengalami hambatan belajar.Ia sulit meraih prestasi dasar di sekolah, padahal telah mengikuti pelajaran dengan sungguh-sungguh. Bahkan ditambah dengan pelajaran tambahan di rumah, tetapi hasilnya tetap kurang memuaskan.Sehingga siswa terkesan lambat melakukan tugas, yang berhubungan dengan kegiatan belajar. Mereka tampak malas, mudah putus asa, acuh tak acuh, jenuh dan bosan.

Terkadang disertai sifat menentang orang tua, guru, atau siapa saja yang yang mengarahkan mereka untuk belajar. Mereka juga sering menunjukkan sikap pemurung, mudah tersinggung. Bahkan tak jarang dari mereka yang bersikap menyimpang seperti membolos, melalaikan tugas dan mogok untuk belajar

Seiring dengan semakin meningkatnya tuntutan kuantitas dan kualitas hidup individu, permasalahan yang dihadapi siswa juga semakin kompleks. Permasalahan dimaksud sering kali tidak cukup bahkan tidak mampu diatasi sendiri oleh siswa. Dalam hal ini Layanan Bimbingan dan Konseling sangat berperan penting, karena merupakan bagian integral pendidikan dan memiliki kontribusi terhadap keberhasilan proses pendidikan di sekolah. Maka dengan ini penulis memilih salah satu dari layanan Bimbingan Konseling yaitu layanan konseling kelompok untuk mengurangi kejenuhan belajar siswa dikarenakan layanan konseling kelompok merupakan upaya bantuan untuk memecahkan masalah seorang individu yang diselenggarakan dalam suasana kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok yang terjadi didalam kelompok tersebut.

Dengan memberikan layanan konseling kelompok teknik self instruction kepada siswa diharapkan siswa dapat mengembangkan wawasannya mengenai permasalahan yang sedang dihadapinya sehingga ia mampu mengembangkan dirinya ke arah kualitas kehidupan efektif sehari-hari dan menunjukkan perilaku yang lebih baik lagi.

Berdasarkan uraian diatas perlu dilakukan penelitian dengan judul sebagai berikut: **“Pengaruh Pemberian Layanan Konseling Kelompok Teknik *Self-Instruction* Dalam Mengurangi Kejenuhan Belajar Siswa kelas VIII Di SMP Negeri 3 Perbaungan Tahun Ajaran 2015/ 2016”**.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas maka identifikasi masalahnya adalah sebagai berikut :

1. Siswa mudah putus asa, acuh tak acuh, frustasi, suka marah, tertekan, gelisah, dan bosan
2. Siswa berani menentang Guru, atau siapa saja yang mengarahkannya untuk belajar.
3. Siswa menjadi pemurung dan mudah tersinggung.
4. Siswa menjadi malas mengerjakan tugas.
5. Siswa menjadi sering membolos pada jam pelajaran.
6. Ada mata pelajaran yang tidak disukai

### **1.3 Pembatasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah dikemukakan diatas, perlu kiranya dilakukan pembatasan masalah dalam penelitian ini agar masalah yang diteliti lebih jelas dan terarah. Masalah dalam penelitian ini dibatasi pada pengaruh Pemberian layanan konseling kelompok teknik self- instruction dalam mengurangi kejenuhan belajar siswa kelas VIII di SMP Negeri 3 Perbaungan T.A. 2015/ 2016.

### **1.4. Rumusan Masalah**

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: Apakah ada pengaruh pemberian layanan konseling kelompok teknik self -instruction dalam mengurangi kejenuhan belajar siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Perbaungan Tahun Ajaran 2015/ 2016.

### **1.5. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah “untuk mengetahui pengaruh pemberian layanan Konseling kelompok teknik self- instruction dalam mengurangi kejenuhan belajar siswa kelas VIII Di SMP Negeri 3 Perbaungan Tahun Ajaran 2015/ 2016”.

### **1.6 Manfaat Peneltian**

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

### 1) Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat bermanfaat dalam mengembangkan ilmu pengetahuan, khususnya dalam Bimbingan dan Konseling, yang berhubungan dengan kejenuhan dalam belajar.

### 2) Manfaat Praktis

#### a) Bagi Sekolah

Agar dapat dijadikan model untuk memberikan layanan konseling kelompok kepada siswa.

#### b) Bagi Guru BK

Sebagai bahan masukan dalam mengurangi kejenuhan belajar siswa melalui layanan konseling kelompok teknik self -instruction di sekolah.

#### c) Bagi Siswa

Siswa mengetahui kerugian yang didapat dari sifat malas belajar karena kejenuhan dalam belajar dikelas, serta siswa dapat mengurangi kejenuhan dalam belajar melalui layanan Konseling kelompok teknik self- instruction .

#### d) Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kemampuan sebagai calon guru BK dalam memberikan layanan konseling kelompok dengan teknik self instruction untuk mengurangi kejenuhan belajar siswa, sekaligus sebagai bekal dalam menapaki karir sebagai guru BK.