

BAB I PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Dalam pendidikan kegiatan belajar merupakan kegiatan yang paling pokok di sekolah, ini berarti berhasil tidaknya pencapaian tujuan pendidikan banyak bergantung kepada bagaimana proses belajar yang dialami oleh siswa. Dalam proses belajar mengajar seringkali guru bidang studi mengukur kemampuan siswa-siswanya dalam menguasai pelajaran yang telah disampaikan dengan meminta siswa-siswanya mengutarakan pendapat, baik itu dalam bentuk pertanyaan maupun dalam bentuk pernyataan.

Namun tidak sedikit dikalangan siswa yang cemas, takut, gemetar bahkan keringat dingin dan pucat ketika guru meminta mereka mengutarakan pendapat, menjelaskan pelajaran didepan kelas dan menanggapi pertanyaan didepan kelas. Gejala psikologis ini sering terjadi di kalangan siswa bahkan disetiap kelas terdapat siswa yang merasakan hal seperti diatas, diantara mereka banyak yang beralasan kecemasan yang dirasakan itu muncul dengan sendirinya. Berdasarkan pengalaman peneliti ketika melakukan program pelatihan lapangan terpadu PPLT dari hasil wawancara dengan guru bimbingan konseling terdapat banyak siswa yang mengalami kecemasan ketika guru meminta mereka berbicara dan berpendapat didepan kelas.

Kecemasan bukanlah permasalahan yang biasa dan tidak boleh diabaikan begitu saja, permasalahan kecemasan yang dialami siswa saat ini akan berdampak pada masa sekarang dan masa depannya. Peneliti menganggap penting melakukan penelitian ini, jika tidak permasalahan tentang kecemasan yang dialami siswa saat ini akan terus meningkat dan berdampak pada yang lain.

Adapun gejala-gejala kecemasan yang terjadi pada siswa saat ini menurut Kaplan, Sadock, & Grebb (Fitri Fauziah & Julianti Widury, 2007:74) adalah cemas mengutarakan

pendapat didalam kelas, cemas ketika menghadapi ujian lisan, cemas ketika guru menyuruh mengerjakan soal didepan kelas. Jika permasalahan kecemasan ini terus diabaikan maka siswa akan sulit melakukan pengembangan diri, siswa akan pesimis, dan sulit berprestasi.

Melihat dari sisi patologis permasalahan kecemasan ini tampaknya menjadi sesuatu yang wajar terjadi dalam kehidupan sehari-hari. Ini dengan alasan bahwa kecemasan umum merupakan gejala psikologis yang pastinya terjadi pada setiap siswa. Hanya saja persoalan yang dianggap wajar tersebut mejadi sebuah fenomena patologis ketika kecemasan itu berlebihan. Kecemasan ini menghasilkan pengaruh negatif pada diri siswa, salah satunya dalam bidang akademiknya. Sebaliknya jika permasalahan kecemasan ini dapat diatasi siswa akan percaya diri, berprestasi, tidak mudah menyerah, dan siap bersaing di bidang ilmunya.

Didalam bimbingan konseling siswa dianggap bermasalah ketika tidak dapat menjalani kehidupan efektif sehari-hari (KES) , seperti permasalahan kecemasan yang terjadi pada siswa saat ini yang sangat berdampak negatif, ada beberapa alternatif pemberian bantuan yang dapat dilakukan konselor untuk membantu siswa yang mengalami permasalahan ini seperti melakukan konseling individual, layanan informasi dan konseling kelompok. Pada penelitian ini peneliti memadang permasalahan kecemasan ini harus segera diselesaikan melalui salah satu layanan konseling yaitu konseling kelompok yang menggunakan pendekatan *rational emotive behaviour therapy* .

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti akan melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh konseling kelompok pendekatan *rational emotive behaviour therapy* terhadap kecemasan berpendapat siswa kelas VII-5 SMP Negeri 3 Tanjungbalai Tahun Ajaran 2016/2017”

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dipaparkan di atas, maka identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Banyak permasalahan kecemasan yang dialami siswa di sekolah.
2. Masih banyak siswa SMP Negeri 3 Tanjungbalai yang mengalami kecemasan ketika guru memintanya berpendapat di depan kelas.
3. Guru pembimbing belum sepenuhnya mampu menyelesaikan masalah kecemasan siswa yang berkaitan dengan kecemasan memberikan pendapat.
4. Belum diketahui apakah layanan konseling kelompok pendekatan *rational emotif behaviour therapy* mampu menyelesaikan masalah kecemasan siswa.

1.3. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang di atas, maka batasan masalah dalam penelitian ini akan menjadi spesifik, peneliti hanya membatasi masalah pada “Pengaruh layanan konseling kelompok pendekatan *rational emotif behaviour therapy* terhadap kecemasan berpendapat siswa kelas VII-5 SMP N 3 Tanjungbalai Tahun Ajaran 2016/2017”

1.4. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka penulis mengambil rumusan masalah sebagai berikut: “Apakah ada pengaruh konseling kelompok pendekatan *rational emotive behaviour therapy* terhadap kecemasan berpendapat siswa kelas VII-5 SMP N 3 Tanjungbalai Tahun Ajaran 2016/2017?”

1.5. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui dan menganalisis “pengaruh konseling kelompok pendekatan rational emotive behaviour therapy terhadap kecemasan berpendapat siswa kelas VII-5 SMP N 3 Tanjungbalai Tahun Ajaran 2016/2017”

1.6. Manfaat Penelitian

1. Manfaat konseptual

- a. penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan ilmu pengetahuan dibidang pendidikan, terkhusus bimbingan dan konseling yang berkaitan dengan layanan konseling kelompok.
- b. penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan ilmu bimbingan dan konseling pendekatan rational emotive behaviour therapy dan kecemasan berpendapat.

2. Manfaat praktis.

1. Bagi Sekolah

Sebagai bahan masukan bagi sekolah untuk memperbaiki praktik-praktik konselling kelompok dengan pendekatan rational emotive behaviour therapy untuk membantu siswa yang mengalami kecemasan berpendapat sehingga konseling disekolah berkualitas.

2. Bagi Konselor

Sebagai perbaikan pelaksanaan konseling kelompok disekolah dengan pendekatan rational emotive behaviour therapy pada masalah kecemasan berpendapat.

3. Bagi Peneliti

Sebagai sarana belajar untuk mengintegrasikan pengetahuan dan keterampilan dengan terjun langsung sehingga dapat melihat, merasakan, dan menghayati apakah praktik-praktik pembelajaran yang dilakukan selama ini sudah efektif dan efisien.

4. Bagi Siswa

Membantu siswa yang mengalami kecemasan berpendapat agar siswa berkehidupan efektif sehari-hari, meningkatkan kualitas siswa sehingga siswa berprestasi.

5. Bagi Peneliti Lanjut

Sebagai sumber informasi dan referensi dalam pengembangan penelitian eksperimen dan menumbuhkan budaya meneliti agar terjadi inovasi keilmuan konseling.