

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan bertujuan menyiapkan siswa menjadi anggota masyarakat yang memiliki kemampuan akademik yang dapat menerapkan dan mengembangkan ilmu pengetahuan, teknologi dan seni. Sebagaimana fungsi dan tujuan Pendidikan Nasional dalam pasal 3 UU No.20 Tahun 2003, yaitu berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi siswa agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Salah satu wadah untuk memperoleh pendidikan nasional dimulai dari bangku sekolah. Bangku sekolah adalah tempat mencetak generasi muda berkualitas, penerus perjuangan dan kehidupan bangsa. Anak sekolah merupakan aset atau modal utamapembangunan dimasa depan yang perlu dijaga, ditingkatkan dan dilindungi kesehatannya. Itulah sebabnya sekolah menjadi salah satu tatanan terpenting yang digunakan untuk membentuk pribadi yang lebih tanggap pada berbagai masalah yang beberapa diantaranya adalah masalah kebersihan dan kesehatan. Orang tua dan guru adalah sosok pendamping saat anak melakukan kegiatannya setiap hari. Peningkatan perhatian terhadap peningkatan kesehatan anak usia sekolah tersebut, diharapkan dapat tercipta pada anak usia sekolah yang cerdas, sehat dan berprestasi. (Ketut Sulastri 2014: 99)

Ketut sulastri (2014: 103) juga menyatakan :

Salah satu indikator pencapaian keberhasilan belajar siswa dapat dilihat dari prestasi yang didapatkan, karena prestasi belajar siswa merupakan manifestasi dari perubahan sebagai hasil dari proses belajar. Namun demikian, perlu diingat bahwa untuk dapat mencapai prestasi belajar yang tinggi tidak terlepas dari dukungan lingkungan yang nyaman. Salah satu usaha untuk memperoleh lingkungan yang nyaman adalah dengan membiasakan pola hidup bersih dan sehat.

Sekolah selain berfungsi sebagai tempat pembelajaran juga menjadi tempat penularan penyakit jika tidak dikelola dengan baik. Untuk itu sangatlah penting ditanamkan kepada para siswa mengenai pola perilaku hidup bersih dan sehat agar tercipta ketertiban dan kenyamanan pada saat proses pembelajaran berlangsung.

Pola hidup bersih dan sehat adalah semua perilaku kesehatan yang dilakukan atas kesadaran sehingga anggota keluarga atau keluarga dapat menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam kegiatan-kegiatan kesehatan, karena kesehatan di masyarakat adalah wujud keberdayaan masyarakat yang sadar, mau dan mampu mempraktekkan pola hidup bersih dan sehat (PHBS). Dalam hal ini ada 5 program prioritas yaitu KIA, Gizi, Kesehatan Lingkungan, Gaya Hidup, Dana Sehat/Asuransi Kesehatan/JPKM menurut Depkes (dalam Denti, 2014:28).

Kemudian, dalam hal ini anak pada usia sekolah berada pada kondisi yang sangat peka terhadap stimulus sehingga mudah dibimbing, diarahkan, dan ditanamkan kebiasaan-kebiasaan yang baik, termasuk kebiasaan berperilaku hidup bersih dan sehat. Oleh karena itu, pelaksanaan pola hidup bersih dan sehat di sekolah dapat dimulai dari hal yang sederhana seperti mencuci tangan dengan sabun, membuang sampah pada tempatnya, mengkonsumsi jajanan sehat dan

bergizi, berolah raga dan lain sebagainya. Maka perilaku ini bermanfaat untuk meningkatkan pencapaian derajat kesehatan, dan siswa menjadi lebih semangat dalam belajar.

Namun pada kenyataannya, beberapa siswa belum menyadari akan pentingnya kebersihan dan kesehatan. Berdasarkan pengamatan peneliti selama melaksanakan program pengalaman lapangan terpadu (PPLT) di SMP N 1 Percut Sei Tuan terdapat beberapa siswa yang belum menerapkan dan menjaga pola hidup bersih dan sehat. Siswa ditemukan membuang sampah sembarangan, tidak menyiram toilet setelah selesai buang air, menempelkan sisa permen karet dibawah meja, hingga membiarkan makanan basi berhari hari didalam laci. Selain itu, masih banyak juga siswa yang kurang menyadari kebersihan diri secara fisik seperti tidak memotong kuku, membiarkan rambut hingga panjang tidak terurus, kaos kaki yang dipakai sampai empat hari berturut turut, dan sebagainya. Dari pernyataan ini dapat dikatakan bahwa siswa tidak sadar akan pentingnya kesehatan, padahal kesehatan dapat mempengaruhi prestasi belajar mereka.

Data yang diperoleh dari wawancara terhadap guru BK pada tanggal 12 september 2016 di sekolah SMP N 1 Percut Sei Tuan, dari jumlah siswa kelas VII- 8 yang berjumlah 34 orang 20 diantaranya masih menumpuk sampah didalam lacinya masing masing yang akhirnya menjadi sarang nyamuk dan bisa menyebabkan berbagai penyakit.

Lebih lanjut, Hasil studi pendahuluan yang dilakukan Alby Berri Denti di SMP Negeri 8 Surakarta pada tanggal 14 November 2013 menyatakan bahwa dari jumlah siswa kelas XI, yaitu 106 siswa, 60% siswa kurang peduli terhadap pola hidup bersih dan sehat, 40% siswa hanya sekedar mengetahui bagaimana pola

hidup bersih dan sehat tanpa menerapkannya secara keseluruhan dalam hidupnya.
(Denti, 2014: 16)

Berdasarkan data-data di atas, dapat diambil kesimpulan bahwa kebiasaan pola hidup yang tidak bersih dan sehat tetap dibiarkan maka akan mengganggu kenyamanan proses belajar sehingga akan berpengaruh terhadap hasil belajar siswa. Oleh karena itu, untuk mengatasi masalah ini perlu diberikan layanan bimbingan konseling. Salah satu cara untuk membantu siswa dalam menerapkan dan menjaga pola hidup bersih dan sehat adalah melalui konseling kelompok. Menurut Juntika Nurihsan (dalam Kurnanto, 2013: 7), menyatakan bahwa konseling kelompok adalah suatu bantuan kepada individu dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhanserta diarahkan pada pemberian kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhannya.

Konseling kelompok merupakan proses konseling yang dilakukan antara seorang konselor profesional dan beberapa klien sekaligus dalam kelompok kecil. Sementara itu menurut Herman (dalam Kurnanto, 2013: 8) menyatakan bahwa defenisi konseling kelompok adalah suatu proses antar-pribadi yang dinamis dan terfokus pada pikiran dan tingkah laku yang disadari serta dibina dalam suatu kelompok yang dimanfaatkan untuk meningkatkan pemahaman dan penerimaan diri menuju perilaku yang lebih baik dari sebelumnya.

Teknik yang digunakan oleh peneliti dalam melakukan konseling kelompok ini adalah teknik *self-management* adalah strategi perubahan tingkah laku atau kebiasaan dengan pengaturan dan pemantauan yang dilakukan oleh klien sendiri dalam bentuk latihan pemantauan diri, pengendalian rangsangan serta pemberian penghargaan pada diri sendiri Komalasari (dalam Isnaini F, 2014:6)

Tujuan *self-management* dapat mengurangi perilaku yang tidak pantas dan mengganggu (perilaku yang mengganggu, tidak menyelesaikan tugas sekolah dan tugas-tugas secara mandiri dan efisien, dan lain-lain) dan meningkatkan sosial, adaptif dan kemampuan bahasa/komunikasi. Neitzel (dalam Isnaini F, 2014:6)

Dalam melaksanakan strategi pengelolaan diri tahap yang harus dilakukan oleh klien adalah 1) komitmen klien untuk merubah perilakunya, 2) mengidentifikasi perilaku yang diharapkan, 3) penggunaan strategi *self-management* (*self-monitoring*, *stimulus control* dan *self-reward*), 4) mengevaluasi perubahan perilaku.

Peran layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* disini diperkirakan sangat tepat digunakan sebagai salah satu bentuk yang dapat diberikan kepada siswa untuk dapat menerapkan pola hidup bersih dan sehat. Karena melalui konseling kelompok ini kita dapat mengarahkan siswa melalui pertimbangan, pemikiran, dan keputusannya sendiri.

Mengarahkan siswa agar dapat menerapkan pola hidup bersih dan sehat maka perlu dilakukan kegiatan konseling kelompok teknik *self management*, dimana dalam teknik ini siswa akan melakukan beberapa langkah menentukan tujuan, memonitor dan mengevaluasi tujuan, dan memberikan penguatan diri. Sejalan dengan hal ini maka peneliti ingin mengadakan penelitian dengan mengangkat judul: "**Pengaruh Konseling Kelompok Teknik *Self Manangement* Terhadap Pola Hidup Bersih Dan Sehat Siswa Di Kelas VII SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan T.A 2016/2017**".

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, dapat diidentifikasi beberapa permasalahan yang akan diteliti di antaranya :

1. Proses belajar siswa terganggu yang diakibatkan lingkungan yang kurang nyaman
2. Kurangnya kepedulian terhadap kebiasaan bersih dan sehat
3. Siswa memerlukan arahan dan peringatan untuk selalu menerapkan pola hidup bersih dan sehat.

1.3 Batasan Masalah

Untuk menghindari timbulnya permasalahan dan penafsiran yang berbeda-beda, maka perlu ada pembatasan masalah yang diteliti. Maka yang akan dibahas adalah “Pengaruh Konseling Kelompok Teknik *Self Manangement* Terhadap Pola Hidup Bersih Dan Sehat Siswa Di Kelas VII SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan T.A 2016/2017”.

1.4 Rumusan Masalah

Sesuai dengan batasan masalah, maka masalah penelitian ini dirumuskan sebagai berikut : “Bagaimanakah Pengaruh Konseling Kelompok Teknik *Self Manangement* Terhadap Pola Hidup Bersih Dan Sehat Siswa Di Kelas VII SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan T.A 2016/2017?”

1.5 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah “Untuk mengetahui bagaimana Pengaruh Konseling Kelompok Teknik *Self Manangement* Terhadap

Pola Hidup Bersih Dan Sehat Siswa Di Kelas VII SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan T.A 2016/2017”.

1.6 Manfaat Penelitian

a. Manfaat Praktis

1. Bagi Sekolah, dapat dijadikan model untuk memberikan layanan konseling kelompok teknik *self management*
2. Bagi Guru BK, dapat dijadikan landasan untuk memberikan layanan bimbingan untuk mengingatkan dan mengarahkan siswa mengenai perilaku pola hidup bersih dan sehat
3. Bagi siswa, setelah mendapatkan layanan konseling kelompok teknik *self management* dapat menerapkan pola hidup bersih dan sehat
4. Bagi Peneliti, penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan dengan terjun langsung ke lapangan dan memberikan pengalaman belajar yang menumbuhkan kemampuan dan keterampilan meneliti dan menulis serta pengetahuan yang mendalam terutama pada bidang yang dikaji.
5. Bagi penelitian lain, dapat dijadikan acuan jika akan melakukan penelitian dengan tema yang sama dalam lingkup masalah yang berbeda

b. Manfaat Konseptual

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk mengembangkan ilmu pengetahuan dibidang pendidikan khususnya khususnya bidang bimbingan konseling kelompok dengan teknik *self management* dan pola hidup bersih dan sehat.