

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Definisi pendidikan dalam Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional (UUSPN) No. 20 Tahun 2003 Pasal 1 mengatakan bahwa “Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta keterampilan yang diperlukan oleh dirinya, masyarakat, bangsa dan negara”.

Kegiatan belajar yaitu suatu kegiatan tak terpisahkan dalam proses pendidikan. Tujuan pendidikan dapat tercapai tergantung pada bagaimana proses belajar yang dilakukan oleh. Belajar adalah proses yang benar-benar baru, yang merupakan hasil dari pengalaman individu dalam berinteraksi dengan lingkungan (Slameto, 2010, h. 2). Proses belajar yang dilakukan siswa diharapkan mampu memberikan siswa kemampuan untuk mengembangkan potensi dirinya sehingga ia dapat hidup di tengah-tengah masyarakat nantinya dan dapat memenuhi kebutuhan hidupnya sendiri.

Proses pembelajaran di sekolah belakangan mengalami perubahan yang sangat signifikan sejak masuknya virus Covid-19 ke Indonesia dan mulai diberlakukannya sistem pembelajaran daring atau yang biasa disebut sistem Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ). Perubahan yang signifikan ini mengakibatkan

siswa harus melakukan penyesuaian diri dengan keadaan yang benar-benar baru bagi mereka.

Kegiatan pembelajaran tanpa henti serta perubahan yang terjadi didalam segala aspek pembelajaran sebenarnya menyebabkan siswa merasa tertekan dan mengakibatkan siswa merasa dituntun dalam mendapatkan prestasi belajar terbaik. Hal ini menyebabkan munculnya sikap kompetitif dari dalam diri siswa untuk dapat bersaing dalam mendapatkan prestasi yang gemilang.

Harapan siswa yang berbeda dari kenyataan mengenai situasi belajar mengakibatkan siswa mengalami tekanan dan rintangan dalam belajar. Beberapa situasi belajar yang dimaksud yaitu kurikulum yang tidak sesuai, pemilihan jurusan, orang-orang disekitar dengan kepribadian berbeda, serta harapan orangtua yang tinggi terhadap hasil belajar siswa. Tuntutan yang banyak membuat siswa menjadi jenuh dan bosan dalam belajar, serta terjadi penurunan kualitas belajar. Sehingga hal tersebut menjadi hambatan dalam mencapai tujuan pendidikan.

Tuntutan dari luar yang tidak sejalan dengan kemampuan siswa dapat menyebabkan siswa mengalami tekanan secara psikologis. Kurangnya kemampuan siswa dalam menghadapi tekanan psikologis tersebut menyebabkan mereka tidak dapat memecahkan permasalahan yang dihadapinya. Dampak yang terjadi dari permasalahan tersebut yaitu munculnya fenomena kejenuhan.

Kejenuhan merupakan suatu bentuk kelelahan baik secara fisik, psikologis, dan emosional yang muncul akibat tekanan dan berlangsung dalam waktu yang lama dengan keadaan yang penuh dengan tuntutan sehingga terlibat dalam emosi yang tinggi serta harapan akan keberhasilan individu yang juga tinggi. Kejenuhan

ini dapat dialami oleh semua orang termasuk siswa. Kejenuhan yang dialami siswa merupakan kejenuhan belajar. Kejenuhan belajar ini menyebabkan siswa merasa bahwa pengetahuan dan kemampuan yang mereka dapatkan dari proses belajar sama sekali tidak mengalami peningkatan (Syah, 2018, h. 181).

Penelitian yang dilakukan oleh Desy Rinawati dan Eka Kurnia Darisman pada tahun 2020 tentang “Survei Tingkat Kejenuhan Siswa SMK Belajar di Rumah pada Mata Pelajaran Produk Kreatif dan Kewirausahaan Selama Masa Pandemi Covid-19” menunjukkan bahwa sebanyak 45% siswa mengalami gejala kejenuhan level rendah dan 55% mengalami gejala kejenuhan tingkat sedang.

Peneliti juga menemukan fenomena yang sama terhadap siswa kelas X SMA Negeri 6 Medan. Hal tersebut juga didukung oleh studi awal yang peneliti lakukan melalui wawancara singkat dengan para siswa mengenai pembelajaran daring yang sedang mereka lakukan. Sebagian besar siswa mengatakan bahwa mereka merasa bosan terhadap pembelajaran yang terlalu monoton dan lelah dengan banyaknya tugas yang diberikan oleh guru serta metode pembelajaran yang sangat tidak menarik. Peneliti juga membagikan angket tertutup mengenai kejenuhan belajar dan hasilnya menunjukkan bahwa 61% siswa mengalami masalah kejenuhan belajar.

Pembelajaran daring yang dilakukan siswa selama masa pandemi Covid-19 menyebabkan siswa merasa jenuh dan bosan saat belajar sehingga mereka merasa bahwa pembelajaran yang mereka lakukan tidak mengalami peningkatan apapun. Berdasarkan hasil wawancara studi awal yang peneliti lakukan sebagian besar siswa mengatakan bahwa mereka mengalami penurunan prestasi dan beberapa siswa diantaranya mengalami berbagai hambatan dalam proses belajar

daring sehingga pembelajaran yang mereka lakukan tidak mendapatkan hasil yang maksimal.

Jika permasalahan kejenuhan belajar siswa tidak diatasi dengan segera, maka akan berdampak pada produktivitas belajar siswa sehingga terjadi penghambatan dalam proses pengembangan potensi yang dimiliki serta prestasi belajar siswa menurun. Bahkan kejenuhan belajar dapat menyebabkan siswa mengalami stress.

Untuk mengatasi masalah tersebut, Bimbingan dan Konseling sebagai bagian dari pendidikan berperan penting dengan memberikan kontribusi terhadap kesuksesan proses pembelajaran di sekolah. Masalah-masalah siswa wajib dipecahkan sesegera mungkin, hal ini bertujuan untuk menghindari munculnya pengaruh buruk sehingga dapat mengganggu proses belajar siswa. Peran penting Bimbingan dan konseling dalam proses pendidikan yaitu menjadi fasilitator yang dapat membantu siswa dalam mengentaskan permasalahan yang menjadi penghambat dalam pengembangan potensi siswa.

Terdapat beberapa layanan dalam BK, salah satunya yaitu konseling kelompok. Menurut Prayitno dan Amti (2016, h. 311) “Konseling kelompok adalah layanan konseling perorangan yang dilaksanakan di dalam suasana kelompok”. Adapun tujuan pemberian layanan konseling kelompok yaitu untuk menemukan solusi permasalahan serta mengembangkan kemampuan sosial siswa.

Layanan konseling memiliki berbagai pendekatan yang dapat digunakan yaitu salah satunya pendekatan *rational emotive behavior therapy*. Pendekatan ini merupakan pendekatan yang menggunakan cara restrukturisasi pikiran untuk menyelesaikan masalah yang dialami konseli.

Albert Ellis sebagai tokoh REBT berpandangan bahwa suatu kejadian serta pengalaman seseorang tidak menjadi penyebab gangguan emosi namun bergantung pada pengertian yang diberikan seseorang pada kejadian atau pengalaman yang dialaminya tersebut. Penyebab gangguan emosi yaitu pikiran-pikiran irrasional seseorang terhadap kejadian serta pengalaman yang dilalui (Willis, 2014, h. 75).

Pendekatan ini dipilih dengan harapan dapat mengganti pemikiran irrasional siswa mengenai kegiatan belajar yang membuat siswa tertekan. Solusi ini diharapkan lebih efektif dalam mengatasi permasalahan kejenuhan belajar karena sulit mengubah sistem pendidikan yang ada sehingga mengubah pandangan siswa terhadap kegiatan belajar itu sendiri merupakan hal yang lebih mungkin dilakukan.

Berdasarkan hal tersebut, penulis menganggap bahwa perlu dilakukan penelitian yang berjudul **“Pengaruh Layanan Konseling Kelompok *Rational Emotive Behavior Therapy* Terhadap Kejenuhan Belajar Siswa Kelas X di SMA Negeri 6 Medan Tahun Ajaran 2020/2021”**.

1.2 Identifikasi Masalah

Adapun permasalahan-permasalahan yang ditemukan berdasarkan latar belakang di atas yaitu:

1. Siswa merasa bosan dengan pembelajaran yang monoton.
2. Siswa lelah dan jenuh dengan banyaknya tugas yang diberikan oleh guru.
3. Siswa merasa metode pembelajaran tidak menarik.

1.3 Batasan Masalah

Agar penelitian ini tidak melebar maka hanya dibatasi pada “Pengaruh Layanan Konseling Kelompok *Rational Emotive Behavior Therapy* Terhadap Kejenuhan Belajar Siswa Kelas X di SMA Negeri 6 Medan Tahun Ajaran 2020/2021”.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu “Apakah Ada Pengaruh Layanan Konseling Kelompok *Rational Emotive Behavior Therapy* Terhadap Kejenuhan Belajar Siswa Kelas X di SMA Negeri 6 Medan Tahun Ajaran 2020/2021?”

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini didasarkan pada rumusan masalah di atas yaitu “Untuk mengetahui Pengaruh Layanan Konseling Kelompok *Rational Emotive Behavior Therapy* Terhadap Kejenuhan Belajar Siswa Kelas X di SMA Negeri 6 Medan Tahun Ajaran 2020/2021”.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

- a) Diharapkan hasil penelitian ini memberikan manfaat dalam mengembangkan ilmu pengetahuan di bidang pendidikan khususnya dalam bidang Bimbingan dan Konseling yaitu layanan konseling kelompok *rational emotive behaviour therapy* terhadap kejenuhan belajar siswa.

- b) Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi sumber dan bahan informasi dalam khazanah keilmuan bimbingan dan konseling terkhusus mengenai layanan konseling kelompok pendekatan *rational emotive behavior therapy* dalam mengatasi permasalahan kejenuhan belajar.

1.6.2 Manfaat Praktis

- a) Kepala Sekolah

Kepala sekolah dapat memberikan masukan kepada guru untuk memfasilitasi dan memberikan masukan dalam penerapan konseling kelompok.

- b) Konselor/Guru BK

Konselor/Guru BK dapat mengetahui penerapan konseling kelompok dengan menggunakan pendekatan *rational emotive behavior therapy* di sekolah.

- c) Siswa

Siswa dapat mengatasi permasalahan kejenuhan belajar yang dialaminya serta mengetahui proses pemberian layanan konseling kelompok sesungguhnya dalam pengentasan masalah di sekolah.

- d) Orang Tua

Orang tua yang mempunyai anak dengan masalah kejenuhan belajar, dapat terbantu menyelesaikan masalah anak tersebut.

- e) Peneliti

Peneliti mendapatkan pengalaman melakukan layanan konseling kelompok dalam mengatasi masalah siswa.

f) Peneliti Lain

Peneliti lain dapat melengkapi hasil-hasil peneliti yang sudah dilakukan terkait bagaimana upaya Guru BK dalam mengatasi masalah kejenuhan belajar siswa dan dapat menjadikan referensi untuk melakukan penelitian selanjutnya.



THE
Character Building
UNIVERSITY