

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pada umumnya remaja suka mengeluh tentang sekolah dan tentang larangan-larangan, pekerjaan rumah, kursus-kursus wajib, dan cara pengelolaan sekolah. Mereka bersikap kritis terhadap guru-guru dan cara guru mengajar. Ini sudah merupakan “mode”. Remaja yang ingin menjadi populer diantara teman-teman sebaya harus menghindari kesan bahwa ia “pandai”. Hal ini terutama berlaku bagi remaja perempuan, hanya sedikit wibawa yang dihubungkan dengan prestasi akademik dibandingkan dengan remaja laki-laki. Meskipun demikian, sebagian besar remaja dapat menyesuaikan diri dengan baik di sekolah, baik dengan masalah-masalah akademik maupun sosial dan diam-diam mereka menyukainya (Hurlock, 1999:220).

Hal inilah yang membuat banyak remaja yang sedang menjalani pendidikan di SMP maupun SMA menjadi kehilangan tujuan utama mereka dalam mengecam pendidikan di sekolah. Mereka merasa bahwa bersekolah bukan lah menjadi kebutuhan mereka tetapi hanya suatu kewajiban. Kenyataan ini pula lah yang cenderung membuat banyak siswa kehilangan kesadaran untuk belajar. Selain itu banyak juga diantara siswa yang beranggapan bahwa yang penting itu adalah nilai yang diperoleh, bukan lah proses belajarnya.

Maka dari itu banyak siswa yang hadir ke sekolah tanpa persiapan yang matang dan berprinsip datang, duduk, diam dan pulang. Lalu bagaimana cara

mereka mendapatkan nilai yang tinggi tanpa adanya usaha untuk belajar apalagi mencari sumber lain sebagai bahan tambahan pengetahuan. Mereka cenderung mengandalkan teman-temannya dalam mengerjakan tugas-tugas maupun saat mengerjakan soal ujian. Dan tidak heran jika banyak juga siswa yang dalam mengerjakan tugas-tugas yang diberikan mereka selalu menyalin pekerjaan temannya secara mentah-mentah tanpa adanya bagian yang dirubah. Hal ini disebabkan oleh ketidakyakinan siswa atas kemampuannya sendiri yang disebut *self-efficacy*.

Bandura (Santrock, 2011:523) mendefinisikan “*self-efficacy* sebagai keyakinan individu bahwa ia dapat menguasai situasi dan memperoleh hasil yang positif. *Self-efficacy* memainkan peranan besar dalam hal bagaimana seseorang melakukan pendekatan terhadap berbagai sasaran, tugas dan tantangan”.

Keyakinan terhadap diri sendiri sangat diperlukan oleh pelajar. Keyakinan ini akan mengarahkan kepada pemilihan tindakan, pengetahuan usaha, serta keuletan individu. Keyakinan yang didasari oleh batas-batas kemampuan yang dirasakan akan menuntut kita berperilaku secara mantap dan efektif.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK di SMA Negeri 1 Kecamatan Tebing Tinggi Kabupaten Deli Serdang didapati banyak siswa yang mengalami permasalahan tidak percaya pada diri sendiri, tidak tekun dalam menyelesaikan tugas, tidak suka mencari situasi baru, mudah menyerah, tidak memiliki komitmen yang kuat, dan tidak mampu menangani secara efektif peristiwa yang dihadapi dalam belajar yang merupakan indikator dari *self-efficacy*.

Murid dengan *self-efficacy* rendah mungkin menghindari banyak tugas belajar, khususnya yang menantang dan sulit, sedangkan murid dengan level *self-efficacy* tinggi mau mengerjakan tugas-tugas seperti itu, murid dengan *self-efficacy* tinggi lebih mungkin untuk tekun berusaha menguasai tugas pembelajaran ketimbang murid yang berlevel rendah.

Sejalan dengan hal itu, Gredler (2011 : 443) juga mengatakan bahwa :

“*Self-efficacy* ini merupakan hal penting dalam aktivitas dan situasi yang dipilih orang, dan *Self-efficacy* ini dapat memengaruhi arah perkembangan diri. *Self-efficacy* memperkaya atau membatasi motivasi dengan mempengaruhi jenis tujuan yang ditentukan sendiri oleh seseorang, tingkat usaha yang dikerahkan, dan kegigihan dalam menghadapi kesulitan. *Self-efficacy* yang rendah memberi kontribusi lemahnya upaya dan tendensi untuk mudah menyerah.”

Self-efficacy seseorang berpengaruh terhadap pencapaian prestasi, faktor ini didasarkan oleh pengalaman-pengalaman yang dialami individu secara langsung. Apabila seseorang pernah mengalami keberhasilan dimasa lalu maka dapat meningkatkan *self-efficacy*nya. Pengalaman orang lain, individu yang melihat orang lain berhasil dalam melakukan aktivitas yang sama dan memiliki kemampuan yang sebanding dapat meningkatkan *self-efficacy*nya. Individu yang pada awalnya memiliki *self-efficacy* yang rendah akan sedikit berusaha untuk dapat mencapai keberhasilan seperti yang diperoleh orang lain. Bujukan lisan, individu diarahkan dengan saran, nasehat, bimbingan sehingga dapat meningkatkan keyakinan bahwa kemampuan-kemampuan yang dimiliki dapat membantu untuk mencapai apa yang diinginkan. Kondisi emosional, seseorang akan lebih mungkin mencapai keberhasilan jika tidak terlalu sering mengalami keadaan yang

menekan karena dapat menurunkan prestasinya dan menurunkan keyakinan akan kemampuan dirinya.

Berlandaskan pernyataan-pernyataan diatas maka sangat penting bagi seorang siswa memiliki *self-efficacy* yang tinggi, terutama dalam belajar. Karena *self-efficacy* yang tinggi ini pula yang akan meningkatkan prestasi akademik siswa, karena siswa dengan *self-efficacy* tinggi akan lebih memiliki daya juang dalam mengerjakan tugas-tugas yang sulit dan sebaliknya siswa yang memiliki *self-efficacy* yang rendah hanya akan sedikit berusaha untuk mengerjakan tugas-tugas yang sulit tersebut. Maka dari itu diperlukan suatu usaha untuk meningkatkan *self-efficacy* siswa dalam belajar.

Peran layanan konseling individual dengan teknik cognitive behavior diperkirakan dapat membantu siswa untuk meningkatkan *self-efficacy* dalam belajarnya. Teknik *Cognitive Behavior* merupakan terapi perilaku yang dirancang untuk peranan besar dalam hal bagaimana seseorang melakukan pendekatan terhadap berbagai sasaran, tugas dan tantangan. Tujuannya adalah untuk mengajarkan remaja strategi yang tepat untuk mengidentifikasi dan bertindak terhadap kebutuhan, hasrat, dan pendapat sendiri sementara tetap menghargai orang lain.

Berdasarkan latar belakang yang dijelaskan diatas maka penulis tertarik untuk melakukan suatu penelitian dan mengangkat masalah : **“Pengaruh Penggunaan Konseling *Cognitive Behavior* untuk Meningkatkan *Self-efficacy* dalam Belajar Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Kec. Tebing Tinggi Kab. Deli Serdang T.A 2013/2014”**.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah maka peneliti memberikan suatu identifikasi masalah yang akan diteliti, yaitu :

1. Masih banyak ditemukan siswa yang tidak percaya pada diri sendiri, tidak tekun dalam menyelesaikan tugas, tidak suka mencari situasi baru, mudah menyerah, tidak memiliki komitmen yang kuat, dan tidak mampu menangani secara efektif peristiwa yang dihadapi dalam belajar.
2. Siswa cenderung lebih banyak mengandalkan teman-temannya dalam mengerjakan tugas maupun ujian daripada dirinya sendiri
3. Guru belum sepenuhnya mampu menyelesaikan permasalahan siswa terutama dalam masalah belajarnya
4. Bimbingan Konseling belum dilaksanakan secara efektif untuk membantu permasalahan siswa.

1.3 Batasan Masalah

Untuk memberi ruang lingkup yang jelas dan terarah, maka masalah dalam penelitian ini dibatasi pada “Pengaruh Konseling *Cognitive Behavior* untuk meningkatkan *Self- Efficacy* dalam Belajar Siswa kelas XI SMA Negeri 1 Kecamatan Tebing Tinggi Kabupaten Deli Serdang T.A 2013/2014”.

1.4 Perumusan Masalah

Bertitik tolak dari latar belakang masalah dan pembatasan masalah di atas, maka masalah yang akan dibahas dalam penelitian ini dirumuskan : “Apakah ada pengaruh Konseling Cognitive Behavior untuk meningkatkan *Self-efficacy* siswa dalam belajar di SMA Negeri 1 Kec. Tebing Tinggi Kab. Serdang Bedagai T.A 2013 /2014”.

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan diadakannya penelitian ini adalah untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh konseling *cognitive behavior* terhadap peningkatkan *self-efficacy* dalam belajar pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Kec. Tebing Tinggi Kab. Serdang Bedagai T.A 2013/2014.

1.6 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat untuk :

1) Manfaat Praktis

a. Bagi Siswa

Sebagai bahan masukan bagi siswa untuk meningkatkan *self-efficacy* dalam belajar

b. Bagi Konselor

Sebagai bahan masukan untuk membantu siswa meningkatkan *self-efficacy* melalui konseling *cognitive behavior* dengan menggunakan teknik yang sesuai dengan permasalahan siswa

c. Bagi Sekolah

Sebagai bahan masukan dalam mendukung pelaksanaan bimbingan dan konseling yang efektif

d. Bagi Peneliti

Mengembangkan penalaran dan pola pikir kritis dan dinamis sekaligus menerapkan ilmu yang dipelajari.

2) Manfaat Konseptual

Hasil penelitian dapat dijadikan sebagai acuan bagi pengembangan ilmu dalam bidang bimbingan dan konseling bagi peneliti lain khususnya untuk meningkatkan *self-efficacy* dalam belajar.