

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kemajuan suatu bangsa merupakan cita-cita bagi seluruh negara. Salah satu faktor pendukung kemajuan suatu bangsa adalah pendidikan. Pendidikan mempunyai peranan yang sangat penting bagi perkembangan dan perwujudan diri individu, terutama bagi pembangunan bangsa dan negara. Pendidikan merupakan usaha yang terencana untuk mengembangkan potensi yang dimiliki oleh peserta didik demi mencapai masa depan yang sukses dan berprestasi. Sebagaimana diamanatkan dalam Undang-Undang RI No. 20 tahun 2003 tentang SISDIKNAS disebutkan:

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar siswa secara aktif mengembangkan potensi dirinya sehingga memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan oleh dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.

Sesuai dengan pengertian pendidikan nasional tersebut, secara umum pendidikan bertujuan untuk menyediakan lingkungan yang memungkinkan siswa untuk mengembangkan bakat dan kemampuannya secara optimal sehingga dapat mewujudkan diri sesuai potensi dirinya. Kapasitas intelektual merupakan bagian dari potensi yang dimiliki oleh siswa yang perlu dikembangkan.¹Pada usia 13 tahun kapasitas intelektual akan mengalami peningkatan yang signifikan, dimana

¹A. Makmun, *Psikologi Kependidikan*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2009), h. 102

presentase taraf kematangan dan kesempurnaan IQ (*Intelligence Quotient*) seseorang mencapai 92%. Pendidikan sudah seharusnya mampu mengeksplorasi kapasitas intelektual yang dimiliki siswa yang dimanifestasikan dengan wawasan informasi yang luas dan berkembangnya kapasitas berpikir.

Kegiatan belajar merupakan kegiatan yang paling pokok dalam keseluruhan proses pendidikan di sekolah. Berhasil tidaknya pencapaian tujuan pendidikan banyak bergantung pada bagaimana proses belajar yang dialami oleh siswa.² Indikator keberhasilan proses belajar ditandai dengan keikutsertaan dan semangat dari siswa selama proses pembelajaran berlangsung.

Salah satu faktor pendukung keberhasilan proses pembelajaran adalah aktivitas belajar yang menyenangkan sehingga siswa tidak mudah merasa bosan. Dengan demikian, proses pembelajaran hendaknya memenuhi kebutuhan dan harapan siswa. Keberhasilan proses pembelajaran dapat terlihat dari lancarnya proses pembelajaran serta tingginya minat dan prestasi belajar siswa.

Dalam rangka mengembangkan potensi secara optimal maka diselenggarakannya serangkaian kegiatan pembelajaran yang bersifat formal dan non formal. Pendidikan formal adalah jalur pendidikan yang ditempuh secara resmi pada satuan lembaga atau organisasi yang terstruktur dan berjenjang yang terdiri dari pendidikan dasar, pendidikan menengah, dan pendidikan tinggi. Pendidikan non formal ialah setiap kegiatan terorganisasi dan sistematis, di luar sistem persekolahan yang dilakukan secara mandiri atau merupakan bagian

²Slameto, *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhi*, (Jakarta: Asdi Mahasatya, 2010), h. 1

penting dari kegiatan yang lebih luas yang sengaja dilakukan untuk melayani peserta didik tertentu di dalam mencapai tujuan belajarnya.

Madrasah Aliyah (MA) merupakan salah satu jenjang pendidikan yang ditempuh oleh peserta didik dalam mengikuti kegiatan pembelajaran secara formal. Madrasah Aliyah berada di bawah koordinasi Departemen Pendidikan Nasional dan pengelolaannya dilakukan oleh Kementerian Agama. Usia peserta didik pada jenjang MA umumnya berusia 16-18 tahun. Peserta didik usia 16-18 tahun tergolong kedalam masa remaja. Istilah *adolescence* atau remaja berasal dari kata latin *adolescence* yang berarti “tumbuh” atau “tumbuh menjadi dewasa”.³ Berdasarkan pendapat Musrofi :

“Kepadatan jam belajar peserta didik di Indonesia menempati peringkat 1 dengan 242 jumlah sekolah/tahun di atas Korea Selatan dengan 220 hari/tahun. Beban belajar ini dinilai sangat padat dan membebani peserta didik. Padahal kemampuan peserta didik dalam menerima dan menyerap pelajaran hanya 1/6 x /24 jam atau lebih kurang 4 jam dalam sehari. Jika peserta didik menerima beban belajar melebihi batas maksimum yang dapat mereka tangkap, maka yang timbul adalah stres. Tuntutan jam belajar yang padat dapat menambah beban bagi peserta didik. Dan dapat dikatakan bahwa sekolah ikut berperan terhadap timbulnya stres pada peserta didik itu sendiri.”⁴

Bagi sebagian peserta didik, sekolah dengan segala elemennya justru menjadi sesuatu yang menakutkan sehingga menimbulkan tekanan pada peserta didik. Elemen yang dimasukkan antara lain kurikulum yang dirasa terlalu berat, cara mengajar atau perlakuan guru yang menekan, dan lingkungan pergaulan

³B.E. Hurlock, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta : Erlangga, 1994), h. 206

⁴Ramadhani, Dian, *Efektivitas Konseling Kognitif Perilaku Dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif Untuk Mereduksi Kejenuhan Belajar Peserta Didik : Penelitian Eksperimen Kuasi terhadap Peserta Didik Kelas XII MA Al-Inayah Bandung Tahun Ajaran 2013/2014*. S1 thesis, Universitas Pendidikan Indonesia. (2013). h. 3 (online) tersedia di <http://repository.upi.edu/6745/> diakses tanggal 10 September 2016

sebagai yang tidak sehat. Tekanan belajar yang berasal dari lingkungan sekolah inilah yang akan menghambat perkembangan siswa, yang seharusnya menjadikan sekolah sebagai tempat yang nyaman dan sehat bagi perkembangan fisik dan psikis siswa itu sendiri.

Tekanan belajar yang tidak dikelola dengan baik dalam jangka waktu lama akan menimbulkan kejenuhan. Secara harfiah kejenuhan ialah padat atau penuh sehingga tidak mampu memuat apapun.

Kejenuhan adalah hasil dari tekanan emosional yang konstan dan berulang, yang diasosiasikan dengan keterlibatan yang intensif dalam hubungan antar personal untuk jangka waktu yang lama.⁵ Kejenuhan yang muncul dari adanya tuntutan kerja yang mengakibatkan ketegangan yang lama sehingga menyebabkan kelelahan emosi, depersonalisasi, dan menurunnya motivasi.

Siswa sebagai pelajar juga memiliki aktivitas bekerja yaitu belajar sehingga rentan memiliki kecenderungan mengalami kejenuhan. Kejenuhan yang terjadi dalam akademik yang sering dialami oleh siswa disebut sebagai kejenuhan belajar. Kejenuhan belajar sebagai suatu kondisi dimana siswa mengalami kelelahan fisik, emosional, dan mental diakibatkan intensitas yang lama terhadap tuntutan akademis.

Sebagian besar faktor pemicu kejenuhan pada kegiatan belajar adalah rutinitas yang tidak banyak berubah dan cenderung monoton. Sehingga dapat disimpulkan bahwa adanya beban akibat tuntutan akademis dan keterlibatan intensif yang berulang pada kegiatan belajar dalam kurun waktu tertentu

⁵M.P. Leiter & C. Maslach, *The Truth About Burnout. How to Organizations Cause Personal Stress and What to Do About It.* (San Francisco : Jossey-Bass Publishers, 1993), h. 17

merupakan kunci dalam menjelaskan fenomena kejenuhan belajar yang dapat menimbulkan kelelahan secara emosional, depersonalisasi, dan menurunnya motivasi.

Bimbingan dan Konseling sebagai integral dari pendidikan, memiliki peran yang sangat penting dalam membantu dan membimbing siswa menemukan berbagai alternatif penyelesaian masalah yang dirasakan. Perintah untuk membimbing juga terdapat dalam Al-Qur'an Surat Ali Imran: 104

وَلْتَكُنْ مِنْكُمْ أُمَّةٌ يَدْعُونَ إِلَى الْخَيْرِ وَيَأْمُرُونَ بِالْعُرْفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ
 وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ ﴿١٠٤﴾

Kadungan ayat di atas bersesuaian dengan tugas dan tanggung jawab guru bimbingan dan konseling, yaitu mengarahkan, membantu dan membimbing siswa untuk menjadi pribadi yang lebih sehat.

Kegiatan Bimbingan dan Konseling juga dilakukan untuk membantu siswa agar terhindar dari berbagai masalah, dan membantu mengatasi masalah yang berkaitan dengan bidang sosial, pribadi, karir maupun akademik. Bimbingan dan Konseling dilakukan dengan berbagai layanan dan kegiatan pendukung sesuai dengan kebutuhan siswa.

Permasalahan yang sering terjadi pada siswa adalah mengenai kejenuhan belajar. Gejala siswa yang mengalami kejenuhan belajar dapat kita lihat dari perilaku siswa yang malas belajar/menghafal/membaca, tidak konsentrasi/memperhatikan saat pembelajaran, berkurangnya motivasi,

mengantuk di kelas, kurang percaya diri saat ulangan/belajar di kelas, tidak memahami materi yang diajarkan guru, kurang senang terhadap penyampaian guru, suasana hati yang buruk saat belajar, menunda tugas, merasa lelah dengan waktu sekolah hingga sore, dan bosan di kelas/pelajaran yang tidak disukai. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan penulis, gejala-gejala tersebut juga dialami siswa MAN 3 Banjarmasin, khususnya kelas XI IIK 2.

Siswa yang mengalami kejenuhan belajar harus segera mendapat penanganan karena keadaan tersebut dapat menimbulkan perilaku-perilaku destruktif dan menurunnnya prestasi belajar. Ketahanan setiap individu dalam menghadapi tuntutan lingkungan berbeda-beda, namun setiap individu memiliki peluang yang sama besar mengalami kejenuhan. Siswa yang tidak mampu beradaptasi dengan tuntutan belajar akan berimbas pada timbulnya permasalahan dan performa akademik.

Berdasarkan permasalahan tersebut, Bimbingan dan Konseling dengan berbagai layanan dan kegiatan pendukungnya harus mampu menyiasati bagaimana masalah tersebut dapat teratasi. Dalam permasalahan akademik, upaya bimbingan dan konseling yang dilakukan bertujuan mengatasi hambatan dan kesulitan pada kegiatan belajar dan penyesuaian dengan lingkungan pendidikan.

Bentuk rancangan layanan bimbingan dan konseling yang dilakukan untuk menangani masalah kejenuhan belajar adalah layanan yang bersifat responsif. Layanan responsif adalah layanan bimbingan dan konseling yang dilakukan untuk

membantu memenuhi kebutuhan yang dirasakan sangat penting oleh siswa saat ini.⁶

Bantuan terhadap siswa yang mengalami kejenuhan belajar merupakan kebutuhan penting dalam mengatasi masalah belajar siswa. Layanan bimbingan dan konseling dalam menangani kejenuhan belajar adalah melalui konseling akademik. Konseling akademik yaitu upaya membantu klien mengatasi kesulitan belajar, mengembangkan cara belajar yang efektif, membantu mereka supaya sukses dalam belajar dan agar mampu menyesuaikan diri terhadap semua tuntutan pendidikan.

Konseling diorientasikan kepada siswa agar dapat mengelola stimulus yang datang, direspon dengan pikiran yang positif dan perilaku yang lebih sesuai. Pandangan seseorang tentang belajar akan mempengaruhi tindakan-tindakannya yang berhubungan dengan belajar.⁷ Tuntutan akademik dipersepsi peserta didik yang mengalami kejenuhan belajar sebagai sesuatu yang mengancam diri. Oleh karena itu, peneliti mencoba untuk menggunakan cara lain yaitu melalui layanan konseling kelompok.

Konseling kelompok yaitu layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan siswa memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pengentasan permasalahan yang dialaminya melalui dinamika kelompok. Layanan konseling kelompok mengikutkan sejumlah peserta dalam bentuk kelompok dengan konselor sebagai pemimpin kegiatan kelompok. Layanan konseling

⁶J. Nurihsan, *Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling*, (Bandung : Refika Aditama, 2005) h. 33

⁷Slameto, *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhi*, h.4

kelompok dengan konselor mengaktifkan dinamika kelompok untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan pribadi dan pemecahan masalah individu (siswa) yang menjadi peserta layanan.

Siswa yang mengalami kejenuhan belajar harus segera mendapat penanganan karena dapat menimbulkan perilaku-perilaku destruktif dan menurunnya prestasi belajar. Ketahanan setiap individu dalam menghadapi tuntutan lingkungan berbeda-beda, namun setiap individu memiliki peluang yang sama besar mengalami kejenuhan. Peserta didik yang tidak mampu beradaptasi dengan tuntutan belajar akan berimbas pada timbulnya permasalahan dan performa akademik. Lebih lanjut, studi pendahuluan terhadap permasalahan peserta didik di kelas XI MAN 3 Banjarmasin adalah sebagai berikut: malas belajar/menghafal/membaca, tidak konsentrasi/memperhatikan, kurang motivasi, mengantuk di kelas, kurang percaya diri saat ulangan/belajar di kelas, tidak memahami materi yang diajarkan guru, kurang senang terhadap penyampaian guru, suasana hati yang buruk saat belajar, menunda tugas, merasa lelah dengan waktu sekolah hingga sore, dan bosan di kelas/pelajaran yang tidak disukai.

Permasalahan tersebut merupakan kondisi serius yang dialami peserta didik, terutama dalam proses pembelajaran di sekolah. Bimbingan dan konseling sebagai bagian integral dari pendidikan, memiliki peran yang sangat penting dalam membantu peserta menemukan beberapa alternatif penyelesaian masalah yang dirasakan.

Dalam permasalahan akademik, upaya bimbingan dan konseling yang diperlukan harus memiliki tujuan untuk mengatasi hambatan dan kesulitan yang

dihadapi siswa dalam proses pelaksanaan kegiatan belajar dan penyesuaian dengan lingkungan pendidikan dengan segala tuntutan

Berdasarkan latar belakang diatas, penulis tertarik untuk meneliti bagaimana jika diberikan konseling kelompok pada siswa untuk mengurangi kejenuhan belajar. Laporan hasil penelitian ini akan penulis tuangkan dalam skripsi yang berjudul **“Efektivitas Konseling Kelompok untuk Mengurangi Kejenuhan Belajar Bagi Siswa Madrasah Aliyah Negeri 3 Banjarmasin”**

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas, maka dirumuskan masalah penelitian yaitu apakah pelaksanaan konseling kelompok efektif untuk mengurangi kejenuhan belajar bagi siswa Madrasah Aliyah Negeri 3 Banjarmasin?

C. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan permasalahan di atas, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas konseling kelompok terhadap penurunan kejenuhan belajar bagi siswa Madrasah Aliyah Negeri 3 Banjarmasin.

D. Kegunaan Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan kegunaan sebagai berikut:

1. Kegunaan Teoretis

Secara teoretis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang dapat memperkaya khasanah ilmu pengetahuan, terutama dalam

bidang Bimbingan dan Konseling, tentang efektivitas konseling kelompok untuk mengurangi kejenuhan belajar bagi siswa Madrasah Aliyah Negeri 3 Banjarmasin.

2. Kegunaan Praktis

Apabila penelitian ini terbukti efektif untuk mengurangi kejenuhan belajar siswa, panduan konseling dari hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan untuk mengurangi kejenuhan belajar siswa dengan menggunakan layanan konseling kelompok.

Terhadap peneliti selanjutnya, hasil penelitian diharapkan dapat memberikan stimulus bagi penelitian selanjutnya mengenai mengurangi kejenuhan belajar siswa dengan menggunakan konseling kelompok.

E. Anggapan Dasar dan Hipotesis

1. Anggapan Dasar

- a. Layanan konseling kelompok memungkinkan siswa memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pengentasan permasalahan yang dialaminya melalui dinamika kelompok. Dengan menggunakan layanan ini akan membantu meringankan beban mental siswa dalam belajar, mengembangkan kemampuan berkomunikasi siswa, menerima atau menyampaikan pendapat.
- b. Dalam proses pembelajaran terjadilah komunikasi timbal balik atau komunikasi dua arah antara guru-siswa atau siswa-siswa. Siswa harus dilatih untuk berani mengeluarkan pendapat disertai dengan

argumentasinya. Mengeluarkan pendapat pada hakikatnya adalah proses penyampaian pikiran atau perasaan oleh seseorang kepada orang lain.

2. Hipotesis

Siswa yang mengalami kejenuhan belajar memerlukan penanganan dengan segera karena dapat menimbulkan perilaku-perilaku destruktif dan menurunnnya prestasi belajar. Bentuk rancangan layanan bimbingan dan konseling yang dilakukan untuk menangani masalah kejenuhan belajar adalah layanan konseling kelompok. Maka penulis hendak melakukan uji kebenaran tentang :

Hipotesis Kerja (H_a) : konseling kelompok berpengaruh terhadap penurunan kejenuhan belajar siswa Madrasah Aliyah Negeri 3 Banjarmasin.

Hipotesis Nihil (H_0) : konseling kelompok tidak berpengaruh terhadap penurunan kejenuhan belajar siswa Madrasah Aliyah Negeri 3 Banjarmasin.

F. Definisi Operasional

Penulis akan menjelaskan secara rinci tentang wilayah penelitian dan definisi operasional yang akan diteliti, agar dapat memberikan gambaran yang jelas mengenai posisi penelitian ini, sehingga langkah dan tujuan dari penelitian ini lebih terfokuskan.

Definisi operasianal dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Efektivitas

Efektivitas yang dimaksud peneliti adalah sejauh mana efektifnya konseling kelompok untuk mengurangi kejenuhan belajar bagi siswa.

2. Konseling Kelompok

Layanan konseling kelompok merupakan layanan bimbingan konseling yang dalam proses konselingnya dapat memberikan beberapa masalah dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, dimana konselor berinteraksi dengan siswa dalam bentuk kelompok yang dinamis untuk membantu individu dalam mengatasi masalah yang dihadapinya secara bersama-sama. Konseling kelompok yang dimaksud peneliti adalah layanan yang diberikan terhadap siswa dengan memberikan satuan layanan beserta pencegah sebagai bahan pengamatan siswa untuk mengurangi kejenuhan belajar.

3. Kejenuhan dalam Belajar

Kejenuhan mempunyai arti padat atau penuh, sehingga tidak mampu lagi memuat apapun, selain jenuh juga berarti jemu atau bosan. Seorang siswa yang dalam keadaan jenuh, sistem akalnya tidak dapat bekerja dengan baik sebagaimana mestinya dalam memproses item-item informasi atau pengalaman baru. Kejenuhan belajar yang dimaksud penulis adalah salah satu gejala yang dialami siswa dikelas pada saat pembelajaran.

4. Siswa

Siswa yang dimaksud penulis adalah siswa kelas XI IIK 2. Sampel diperoleh dari hasil *pre-tets* skala kejenuhan belajar.

G. Sistematika Penulisan

Penulis memberikan sistematika yang berfungsi sebagai pedoman penyusunan laporan penelitian sebagai berikut :

BAB I: Pendahuluan, berisikan latar belakang masalah dan penegasan judul, rumusan masalah, tujuan penelitian, anggapan dasar, hipotesis penelitian, kegunaan penelitian, definisi operasional, dan sistematika penulisan.

BAB II: Tinjauan Teoritis, berisikan tentang teori-teori yang berhubungan dengan konseling kelompok dan kejenuhan belajar siswa.

BAB III: Metode Penelitian, yang terdiri dari jenis dan pendekatan penelitian subjek dan objek penelitian, desain pengukuran, data dan sumber data, teknik pengumpulan data, teknik pengolahan dan analisis data serta prosedur penelitian.

BAB IV: Laporan hasil penelitian, yang terdiri dari gambaran umum lokasi penelitian, penyajian data dan dilengkapi dengan analisis data yang berhubungan dengan rumusan masalah yang telah ditetapkan.

BAB V: Penutup, yang merupakan pembahasan akhir dari skripsi ini yang terdiri dari kesimpulan dari penelitian dan saran-saran.