

## BAB I PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Bimbingan konseling merupakan upaya pendidikan dan menjadi bagian integral dari pendidikan yang secara sadar memposisikan "...kemampuan siswa untuk mengeksplorasi, memilih, berjuang meraih, serta mempertahankan karier itu ditumbuhkan secara isi-mengisi atau komplementer oleh guru BK atau konselor dan oleh guru mata pelajaran dalam setting pendidikan khususnya dalam jalur pendidikan formal dan sebaliknya. Tidak merupakan hasil upaya yang dilakukan sendirian oleh guru BK atau konselor, atau yang dilakukan sendirian oleh guru mata pelajaran." (ABKIN:2007)

Kehadiran pelayanan bimbingan konseling di dunia pendidikan sering disebut sebagai kekuatan pendidikan yang ketiga setelah kekuatan manajemen atau kepemimpinan, dan pembelajaran. Jika kekuatan manajemen atau kepemimpinan berkaitan dengan keberhasilan bidang manajemen dan supervisi, dan kekuatan pembelajaran berkaitan dengan tugas pembelajaran dan pencapaian kurikulum. Maka kekuatan yang ketiga berkaitan dengan pemberian layanan bimbingan konseling serta kegiatan sejenis lainnya dalam upaya membantu siswa mendapatkan kesejahteraannya.<sup>1</sup>

Pelaksanaan bimbingan di sekolah bertujuan mengarahkan siswa untuk memahami masalah yang sedang dihadapinya agar mampu menentukan tindakan yang harus dilakukan untuk memecahkan masalah yang dihadapinya. Adanya bimbingan konseling di sekolah sangat penting untuk peningkatan mutu pendidikan. Selain itu, untuk membantu mewujudkan pendidikan yang bermutu dibutuhkan tenaga pendidik dan tenaga administratif yang professional serta tenaga bantu lainnya yang mendukung terlaksananya penyelenggaraan pendidikan. Pelaksanaan bimbingan konseling tidak

---

<sup>1</sup>Syarifuddin Dahlan. 2014. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Yogyakarta: Graha Ilmu, h.

akan membuahkan hasil jika para petugasnya (konselor) tidak memiliki keahlian khusus untuk itu. Hal itu berkaitan dengan Hadist Nabi berikut ini:

إِذَا أَسْنَدَ الْأَمْرَ إِلَىٰ غَيْرِ أَهْلِهِ فَانْتَظِرِ السَّاعَةَ

Artinya: “Apabila suatu urusan diserahkan kepada yang bukan ahlinya, maka tunggulah masa kehancurannya.” (HR. Bukhari)<sup>2</sup>

Kesimpulan dari Hadist di atas ialah karena konseling merupakan bidang pekerjaan dalam lingkup masalah pribadi seseorang, maka seorang konselor dituntut harus memiliki sebuah keahlian agar pelaksanaannya tidak akan mengalami kegagalan. Keahlian dalam hal ini berkenaan dengan pemahaman permasalahan empiric dan permasalahan psikis klien yang harus dipahami secara rasional ilmiah.

Bimbingan konseling merupakan suatu proses pemberian nasihat ataupun bantuan kepada siswa agar dapat berkembang secara optimal dalam hubungan pribadi, sosial, belajar maupun karir. Hal itu dapat diatasi dengan berbagai layanan bimbingan konseling. Pemberian nasihat dapat diberikan kepada seluruh siswa yang membutuhkannya. Adapun Hadist yang berkaitan dengan hal tersebut berbunyi:

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ حَقُّ الْمُسْلِمِ سِتُّ قِيلَ مَا هُنَّ يَا رَسُولَ اللَّهِ قَالَ إِذَا لَقِيْتَهُ فَسَلِّمْ عَلَيْهِ وَإِذَا دَعَاكَ فَأَجِبْهُ وَإِذَا اسْتَنْصَحَكَ فَانصَحْ لَهُ وَإِذَا عَطَسَ فَحَمِدَ اللَّهَ فَسَمِّتْهُ مَرَضَ فَعُدَّهُ وَإِذَا مَاتَ فَاتَّبِعْهُ

Artinya: “Dari Abu Hurairah radhiyallahu’anhu, Rasulullah SAW bersabda: “Kewajiban seorang muslim atas muslim yang lain ada enam.” Lalu ada yang bertanya, “Apa itu ya Rasulullah?” Maka beliau menjawab: “Apabila kamu bertemu dengannya maka ucapkanlah salam kepadanya, apabila ia mengundangmu maka penuhilah undangannya, apabila ia meminta nasihat kepadamu maka berilah nasihat kepadanya,

---

<sup>2</sup>M. Riduan. 2020. *Manajemen Pendidikan Islam*. Bogor: Guepedia, h. 151

apabila ia bersin lalu memuji Allah maka do'akanlah dia -dengan bacaan yarhamukallah- apabila ia sakit maka jenguklah ia, dan apabila ia meninggal maka iringilah jenazahnya.” (HR. Muslim)<sup>3</sup>

Selain itu, Allah SWT berfirman:

إِنَّ اللَّهَ يَأْمُرُ بِالْعَدْلِ وَالْإِحْسَانِ ﴿٩٠﴾

Artinya: “*Sesungguhnya Allah menyuruh berlaku adil dan berbuat baik.*” (QS. An-Nahl:90)

...وَأَقْسَطُوا إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُقْسِطِينَ ﴿٩١﴾

Artinya: “*Berlaku adillah kamu, sungguh Allah menyukai orang yang adil.*” (QS. Al-Hujarat:9)

Kesimpulan dari Hadist dan ayat di atas yaitu: apabila ada seorang siswa yang meminta nasihat kepada konselor, maka wajib bagi konselor untuk menasihatinya, dan konselor berusaha untuk berbuat seadil-adilnya dan sebijaksana mungkin dalam memberikan nasihat atau bantuan kepada siswa tanpa membedakan siswa. Akan tetapi pada saat ini pemberian bimbingan kelompok hanya dapat dilaksanakan secara terbatas kepada siswa karena adanya *corona virus disease* (Covid-19) yang melanda negara kita sekarang ini.

Sekolah merupakan lembaga formal yang menyediakan fasilitas untuk kegiatan belajar dan mengajar serta tempat berlangsungnya kegiatan bimbingan konseling. Akan tetapi pada saat ini *corona virus disease* (Covid-19) sedang melanda dunia termasuk Indonesia. Hal itu memberi dampak terhadap dunia pendidikan, yang mulanya kegiatan belajar mengajar dilakukan di sekolah, kini kegiatan belajar

<sup>3</sup>Muhammad Anwar Ibrahim. 2019. *Agar Selalu Dimudahkan-Nya*. Yogyakarta: Laksana, h.

mengajar harus dibatasi bahkan diliburkan sesuai dengan Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No. 9 Thn. 2020 tentang Pedoman Pembatasan Sosial Berskala Besar dalam Rangka Percepatan Penanganan *Corona Virus Diseases* (Covid-19) pada pasal 13 ayat 1 yang berbunyi:

“Pelaksanaan Pembatasan Sosial Berskala Besar meliputi: a. Peliburan sekolah dan tempat kerja; b. pembatasan kegiatan keagamaan; c. pembatasan kegiatan ditempat atau fasilitas umum; d. pembatasan kegiatan sosial dan budaya; e. pembatasan moda transportasi; dan f. pembatasan kegiatan lainnya khusus terkait aspek pertahanan dan keamanan.”<sup>4</sup>

Berdasarkan pasal 13 ayat 1 point a di atas, maka kegiatan belajar mengajar dilaksanakan melalui daring (dalam jaringan) dan jarak jauh dengan memanfaatkan teknologi yang ada. Hal itu sesuai dengan kebijakan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) yang ditetapkan melalui surat edaran Menteri Pendidikan dan Kebudayaan No. 4 Thn. 2020 tentang Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan dalam Masa Darurat Penyebaran *Corona Virus Disease* (Covid-19). Kebijakan tersebut dilakukan pemerintah untuk menghindari angka penambahan kasus positif Covid-19. Kegiatan pembelajaran secara daring ini telah dilaksanakan sejak pertengahan bulan Maret 2020 sampai dengan waktu yang belum dapat dipastikan kapan akan berakhir.

Layanan bimbingan konseling dapat diselenggarakan, baik secara perorangan maupun kelompok. Secara perorangan layanan bimbingan konseling dapat dilaksanakan melalui konseling individu atau layanan konsultasi, sedangkan secara kelompok dapat dilaksanakan melalui layanan bimbingan kelompok maupun konseling kelompok. Bimbingan kelompok merupakan suatu perkembangan profesional yang menjanjikan peningkatan kuantitas dan kualitas komunikasi seseorang. Anggota kelompok dapat berinteraksi dan berkomunikasi satu sama lain dengan konselor tentang apa saja yang menjadi minat dan kebutuhan mereka.

---

<sup>4</sup>Lampiran Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No. 9 Thn. 2020 tentang Pedoman Pembatasan Sosial Berskala Besar Dalam Rangka Percepatan Penanganan *Corona Virus Diseases* (Covid-19), h. 7

Bimbingan kelompok mempunyai definisi sebagai salah satu jenis layanan dalam bimbingan konseling yang memanfaatkan dinamika kelompok untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan pribadi dan/atau pemecahan masalah individu yang menjadi peserta kegiatan kelompok. Sedangkan definisi bimbingan kelompok menurut Tohirin yaitu:

“Layanan bimbingan kelompok sebagai suatu cara memberikan bantuan kepada individu (siswa) melalui kegiatan kelompok dan merupakan sarana untuk menunjang perkembangan optimal masing-masing siswa yang diharapkan dapat mengambil manfaat dari pengalaman pendidikan ini bagi dirinya sendiri.”<sup>5</sup>

Tujuan dari bimbingan kelompok itu sendiri yaitu untuk meningkatkan kemampuan bersosialisasi siswa dengan kelompok serta lingkungannya dan juga dapat meningkatkan kemampuan berkomunikasi baik secara verbal maupun non-verbal, selain itu juga menambah wawasan dari berbagai informasi yang dibahas dalam kegiatan bimbingan kelompok yang berguna bagi kehidupan sehari-hari.

Adanya kebijakan pemerintah mengenai pembatasan sosial tentang *learning from home* (belajar daring) tentunya memiliki beberapa kendala yang dapat dirasakan oleh siswa. Adapun kendala yang dirasakan siswa yaitu: 1. Keterbatasan penguasaan teknologi informasi; 2. Kurang memadainya sarana dan prasarana seperti membutuhkan perangkat pendukung yang tentunya bukan harga yang murah untuk mendapatkannya karena tidak semua siswa berada pada tingkatan ekonomi yang baik; 3. Akses internet yang terbatas mengakibatkan keterbatasan dalam mengakses pembelajaran; 4. Terjadinya kesulitan siswa dalam menguasai pengetahuan dan kemampuan sesuai dengan tingkatan kelas mereka; 5. Penyampaian materi secara online, beresiko terhadap kurang menguasai materi yang diberikan. Selain itu, salah

---

<sup>5</sup>Aldjon Nison Dapa, dan Meise Lenny Mangantes. 2021. *Bimbingan Konseling Anak Berkebutuhan Khusus*. Yogyakarta: Dee Publish, h. 53

satu masalah yang terjadi dalam pembelajaran daring yaitu kejenuhan belajar atau bisa disebut dengan kejenuhan belajar. Kejenuhan belajar merupakan suatu kondisi mental seseorang ketika mengalami rasa bosan dan lelah sehingga menimbulkan rasa enggan, lesu, dan tidak bersemangat untuk melaksanakan aktivitas belajar.<sup>6</sup>

Siswa yang sedang mengalami kejenuhan belajar cenderung mengalami penurunan konsentrasi, sehingga tidak dapat menerima dengan baik materi pembelajaran dan tidak ada kemajuan serta perkembangan dalam belajarnya.<sup>7</sup> Kejenuhan belajar merupakan suatu hal yang dapat terjadi pada siswa, hal itu diakibatkan dengan adanya tuntutan bagi siswa untuk selalu mematuhi aturan tugas-tugas yang diberikan oleh guru kepada siswa. Adapun faktor-faktor penyebab kejenuhan belajar pada siswa terbagi menjadi 2, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal penyebab kejenuhan belajar berupa: usia, jenis kelamin dan kondisi psikis siswa. Sedangkan faktor eksternal berupa: metode mengajar guru, tugas yang diberikan bersifat monoton serta kurangnya dukungan dari orangtua dan guru.<sup>8</sup>

Kejenuhan belajar diakibatkan oleh stress yang berlarut-larut yang berkaitan dengan belajar, yang menimbulkan perasaan putus asa dan tidak berdaya. Jika tidak segera di atasi, maka akan berakibat serius dan menimbulkan masalah seperti menurunnya motivasi belajar, timbulnya rasa malas yang besar serta menurunnya prestasi belajar.<sup>9</sup>

Berdasarkan informasi awal yang peneliti peroleh di SMAN 1 Deli Tua, ternyata permasalahan mengenai kejenuhan belajar juga dialami oleh siswa di sekolah tersebut, khususnya siswa kelas XII MIA 3. Hal tersebut juga diperkuat dengan hasil

---

<sup>6</sup>Naelul Muna. 2020. *Strategi Guru BK dalam Mengatasi Burnout Study Siswa SMKN 1 Widasari. Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam.* **4 (1)**, h. 82

<sup>7</sup>Naeila Rifatil Muna. 2013. *Efektivitas Teknik Self Regulation Learning dalam Mereduksi Tingkat Kejenuhan Belajar Siswa di SMA Insan Cendikia Sekarkemuning Cirebon. Jurnal Holistik.* **14 (02)**, h. 63

<sup>8</sup>Naelul Muna. 2020. *Strategi Guru BK dalam Mengatasi Burnout Study Siswa SMKN 1 Widasari. Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam.* **4 (1)**, h. 82

<sup>9</sup>Naeila Rifatil Muna. 2013. *Efektivitas Teknik Self Regulation Learning dalam Mereduksi Tingkat Kejenuhan Belajar Siswa di SMA Insan Cendikia Sekarkemuning Cirebon. Jurnal Holistik.* **14 (02)**, h. 63

wawancara bersama guru BK (Ibu Tety Nursiwanti, M.Psi) yang memegang kelas tersebut. Berikut ini penjelasan mengenai kejenuhan belajar siswa kelas XII MIA 3 berdasarkan penuturan Ibu Tety Nursiwanti, M.Psi:

“Saat ini siswa di SMAN 1 Deli Tua melakukan pembelajaran tatap muka terbatas, dimana setiap tingkatan hanya masuk 2 hari dalam seminggu selebihnya proses belajar mengajar dilakukan secara daring. Kejenuhan belajar pada siswa kelas XII MIA 3 yang tampak ketika pelaksanaan pembelajaran tatap muka seperti siswa dikelas tersebut banyak melakukan aktivitas di luar kegiatan belajar saat proses pembelajaran sedang berlangsung. aktivitas yang dimaksud tersebut adanya siswa yang bermain hp, bahkan tidur ketika jam pelajaran. Selain itu, ketika jam pelajaran terakhir para siswa terlihat kelelahan dan bosan padahal pelajaran hanya berlangsung 2 jam selama 2 hari. Membolos juga sering dikaitkan dengan kebosanan siswa dalam mengikuti kegiatan belajar, membolos yang dimaksud yaitu ketika siswa izin ke toilet dalam waktu yang lama bahkan sampai jam pelajaran berakhir pun siswa tidak kembali ke kelas, bahkan ada siswa yang tidak berangkat ke sekolah. Selain itu, karena banyaknya tugas yang diberikan oleh semua guru sehingga membuat siswa menjadi bosan dalam belajar, bahkan beberapa siswa ada yang sama sekali tidak membuka materi yang diberikan oleh guru sehingga tidak mengumpulkan tugas tersebut.”<sup>10</sup>

Kejenuhan belajar merupakan suatu hambatan dalam proses belajar. Oleh karena itu, permasalahan tersebut harus segera ditangani agar tidak menimbulkan efek negative pada siswa. Dalam hal ini, bimbingan dan konseling memiliki peranan penting dalam mengatasi kejenuhan belajar dengan menggunakan berbagai pendekatan dan teknik konseling yang ada. Hal ini dibuktikan dengan beberapa penelitian yang menggunakan teknik konseling untuk mengatasi kejenuhan belajar. Salah satunya penelitian yang dilakukan oleh Naeila Rifatil Muna yang menyimpulkan bahwa teknik *self regulation learning* efektif untuk mengurangi kejenuhan belajar siswa di SMA Insan Cendikia Sekarkemuning Cirebon. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Ulfah Faridah dan Arsyadani Mishbahuddin menyimpulkan bahwa

---

<sup>10</sup>Wawancara dengan Ibu Tety Nursiwanti, M.Psi selaku Guru BK XII MIA 3.



teknik *self instruction* efektif dalam mengurangi kejenuhan belajar siswa kelas VIII 5 SMP Negeri 04 Kota Bengkulu.

Salah satu pendekatan dalam dunia konseling yang dikenal dengan nama *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT). REBT merupakan suatu pendekatan untuk menyelesaikan masalah klien dengan cara mengubah persepsi serta cara berfikir klien menjadi rasional. Albert Ellis merupakan tokoh dalam pendekatan REBT, Ellis berpandangan bahwa peristiwa dan pengalaman individu tidak menyebabkan gangguan emosional, akan tetapi gangguan emosional bergantung pada penilaian atau verbalisasi tentang peristiwa dan pengalaman tersebut. Gangguan emosi tersebut disebabkan oleh pikiran irasional tentang suatu peristiwa atau pengalaman yang dialami individu.<sup>11</sup> Oleh karena itu, REBT diharapkan dapat mengubah pandangan negative siswa terhadap proses belajar yang diyakini memberikan tekanan kepada mereka. Karena sistem pendidikan sulit diubah, maka cara yang dianggap lebih baik mampu mengatasi kejenuhan belajar adalah merekonstruksi fikiran negative siswa tentang belajar sehingga mereduksi kejenuhan yang mereka alami.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti tertarik mengangkat judul penelitian tentang: **“Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Pendekatan REBT Untuk Menurunkan Tingkat Kejenuhan Belajar Daring Pada Masa Covid-19 Di SMA Negeri 1 Deli Tua”**

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan di atas, maka rumusan masalah yang terdapat dalam penelitian ini adalah “Apakah layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan *REBT* efektif dalam menurunkan tingkat kejenuhan belajar daring pada masa Covid-19 di SMA Negeri 1 Deli Tua?.”

---

<sup>11</sup>Gantina Komalasari, Eka Wahyuni dan Karsih. 2014. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: PT. Indeks, h. 202



### C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah “Untuk mengetahui efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan *REBT* dalam menurunkan tingkat kejenuhan belajar daring pada masa Covid-19 di SMAN 1 Deli Tua.”

### D. Manfaat Penelitian

#### 1. Manfaat Secara Teoritis

- a. Penelitian ini diharapkan bisa memberikan pemahaman ilmu khususnya dalam layanan bimbingan dan konseling.
- b. Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan minat siswa dalam memanfaatkan layanan bimbingan dan konseling di sekolah.
- c. Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai bahan masukan bagi pihak yang terkait dalam penelitian.

#### 2. Manfaat Secara Praktis

##### a. Bagi Siswa

Penelitian ini dapat membantu siswa menurunkan tingkat kejenuhan belajar secara baik melalui layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan pendekatan *REBT*.

##### b. Bagi Guru BK

Penelitian ini dapat memberikan masukan kepada guru BK sebagai bahan masukan untuk menurunkan tingkat kejenuhan belajar siswa melalui layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan pendekatan *REBT*.

##### c. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kemampuan peneliti sebagai calon guru BK dalam memberikan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan pendekatan *REBT* dalam menurunkan tingkat kejenuhan belajar siswa, sekaligus sebagai bekal dalam menapaki karir sebagai guru BK.