

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Belajar merupakan suatu proses yang tidak nampak, namun yang nampak hanyalah hasil proses. Oleh karena itu dalam belajar harus ada masukan, yaitu yang akan diproses tersebut. Apabila dalam proses memasukkan informasi berjalan dengan lancar, tentunya hasil yang akan dicapai juga maksimal. Oleh karena itu, guru harus bisa mengelola proses belajar di kelas dengan menerapkan strategi pembelajaran.

Metode termasuk salah satu faktor terpenting dalam proses pembelajaran yang dijadikan sebagai alat untuk mencapai tujuan pembelajaran. Metode pembelajaran adalah cara yang ditempuh dalam proses pembelajaran sehingga diperoleh hasil yang optimal (Sugihartono: 81). Namun dalam pelaksanaannya pembelajaran tidak pernah luput dari dampak negatif salah satunya yaitu kesulitan untuk belajar yang menimbulkan munculnya kejenuhan dalam diri siswa. Ketika siswa mengalami kesulitan dalam belajar siswa akan merasakan jenuh dalam belajar.

Ketika pembelajaran dilakukan di sekolah siswa juga dapat mengalami kejenuhan dalam belajar, hal ini dapat terjadi jika strategi pembelajaran yang diberikan oleh guru mapel kurang tepat, siswa kurang menyukai mata pelajaran, siswa susah menangkap materi pembelajaran. Namun siswa harus mampu mengatasi kejenuhan belajarnya untuk meraih prestasi dan juga mendapatkan nilai yang memuaskan. Karena Saat ini masa pandemi pembelajaran dilakukan secara

daring, untuk itu siswa harus mampu melawan rasa jenuh itu dengan berbagai caranya yang positif.

Kejenuhan dalam pembelajaran merupakan suatu sikap yang kadang muncul dalam diri siswa. Untuk itu perlu adanya pengatasan yang berkaitan dengan kejenuhan belajar yang telah dialaminya demi masa depannya. Upaya mengatasi kejenuhan belajar merupakan salah satu upaya yang diawali dengan niat yang baik. Jika memang upaya tersebut bisa diatasi maka hasil belajar yang diperoleh oleh siswa pasti akan membuahkan hasil yang maksimal karena tidak ada gangguan dalam dirinya. Entah karena mengalami kejenuhan, kecemasan maupun hal menyimpang yang lainnya.

Dalam mewujudkan hal tersebut, saat ini proses belajar daring merupakan salah satu cara yang aman digunakan untuk belajar, karena terdapat suatu wabah penyakit yang begitu serius yaitu covid19. Untuk itu dilakukannya belajar secara daring (dalam jaringan) sehingga siswa-siswa mengalami kejenuhan dalam belajar. Menurut pendapat Slameto (2010: 2), bahwa belajar ialah suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk mempengaruhi suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil dari suatu pengamatannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya.

Berdasarkan pendapat Slameto (2010: 44), bahwa seseorang dikatakan telah belajar apabila ia dapat melakukan sesuatu yang sebelumnya tidak dapat dilakukannya. Melalui belajar ini, diharapkan siswa akan mampu memperoleh hasil belajar yang optimal, sehingga prestasi belajarnya juga akan meningkat. Akan tetapi, dalam proses belajar ada juga yang belum memenuhi apa yang

diharapkan dan ada juga yang sudah sesuai dengan yang diharapkan. Hal tersebut disebabkan karena daya serap siswa berbeda-beda dan ada juga yang merasa jenuh dalam mengikuti kegiatan belajar secara daring.

Apalagi di desa seperti ini siswa mengalami susah untuk mendapatkan signal dan terkadang juga ada siswa yang tidak bisa membeli kuota untuk belajar, atau bahkan siswa kurang paham jika di jelaskan melalui daring (dalam jaringan). Untuk itu dalam proses kegiatan belajar mengajar ini ada siswa yang merasa kurang terpenuhi dalam memperoleh pembelajaran masih ada siswa yang merasa kurang terpenuhi dalam memperoleh materi yang baik. Salah satu faktor penyebabnya adalah kejenuhan dalam belajar belajar.

Faktor kejenuhan dapat menghambat siswa dalam memperoleh suatu pendidikan baik di kelas maupun secara daring. Untuk itu siswa tidak mampu mengembangkan dan meningkatkan kemampuan prestasi dalam belajarnya. Kejenuhan belajar juga dapat timbul dari faktor internal (dari dalam diri) maupun faktor eksternal (dari luar diri siswa).

Secara harfiah, jenuh artinya padat atau penuh sehingga tidak lagi mampu memuat apa pun. Selain itu, arti dari jenuh juga dapat berarti jenuh atau bosan. Dalam proses belajar anak, disamping siswa sering mengalami kelupaan terhadap materi yang dipelajarinya, terkadang siswa juga mengalami peristiwa negatif lainnya yang disebut dengan jenuh belajar. Peristiwa jenuh ini jika dialami seorang siswa yang sedang dalam proses belajar dapat menjadikan siswa tersebut merasa telah memubazirkan usahanya. Sedangkan arti dari kejenuhan merupakan suatu kondisi mental dimana seseorang merasa bahwa dia dihinggapai kebosanan

yang amat sangat dalam melakukan tugas rutin yang sudah lama dilakukannya. Biasanya jika siswa sering mengalami kejenuhan dalam belajar.

Menurut Syah (2012: 181) menyatakan bahwa arti dari kejenuhan belajar adalah rentang waktu tertentu yang digunakan oleh siswa untuk belajar, namun tidak mendatangkan hasil atau sia-sia. Apalagi dalam proses belajar siswa mengalami kejenuhan dalam belajar maka hal ini akan mempengaruhi prestasi belajar siswa. Jadi kejenuhan merupakan salah satu faktor penting dan juga dapat menunjang prestasi belajar siswa.

Dalam upaya peningkatan prestasi belajar siswa, diharapkan siswa mampu meningkatkan motivasi dalam belajarnya dan senantiasa merasa senang ketika sedang belajar, baik di dalam kelas maupun dilakukan secara daring (dalam jaringan). Hal ini juga dapat berpengaruh dalam diri siswa dalam memperoleh materi pembelajaran yang disampaikan oleh guru.

Sedangkan menurut pendapat Sun (2011: 13), menyatakan bahwa kejenuhan belajar adalah ketidakseimbangan antara otak kanan dengan otak kiri dalam proses belajar. Dan kita juga cenderung lebih dominan menggunakan otak kiri jika dalam berpikir seperti contohnya untuk menghitung.

Arti dari kejenuhan belajar adalah suatu kondisi mental dimana seorang pelajar atau mahasiswa mengalami kebosanan yang amat sangat dalam melakukan aktifitas belajar, dan kebosanan tersebut membuat motivasi belajar mereka menjadi menurun. Siswa yang mengalami kejenuhan dalam belajar merasa bahwa pengetahuan dan kecakapan yang diperoleh dari belajar tidak ada kemajuan. Siswa yang mengalami kejenuhan belajar juga merasa bahwa sistem akalnya tidak

dapat bekerja sebagaimana yang diharapkan dalam mempelajari pengalaman atau hal baru, sehingga kemajuan belajarnya seakan-akan jalan ditempat atau bahkan tidak ada perkembangan.

Dalam pembelajaran secara daring ini tampaknya para pelajar sudah mulai merasakan jenuh. Dimana siswa terbiasa berada di sekolah untuk berinteraksi secara langsung dengan teman-temannya. Bermain dan bercanda gurau dengan teman-temannya serta bertatap muka dengan guru yang lainnya. Sehingga dengan adanya pembelajaran dengan jarak jauh bisa membuat para siswa perlu waktu untuk beradaptasi dan mereka juga perlu menghadapi perubahan baru yang secara tidak langsung akan mempengaruhi daya serap belajar mereka. Jika anak sudah mengalami kejenuhan saat belajar anak akan sulit untuk berkonsentrasi dalam mengikuti pembelajaran.

Dampak dari kejenuhan belajar daring oleh siswa yaitu siswa menjadi tidak berprestasi, daya serap belajar siswa kurang, siswa ketinggalan pelajaran oleh teman-teman yang lainnya, siswa juga berperilaku negatif. Hal ini dapat diketahui ketika peneliti melakukan wawancara saat melakukan Pengenalan Lapangan Persekolahan 2 di SMK Negeri 3 Pati terhadap beberapa siswa yakni, responden pertama bahwa siswa kurang suka terhadap pembelajaran daring karena tidak bisa bertatap muka secara langsung dengan guru. Sehingga timbul rasa jenuh ketika guru memberikan tugas secara daring tanpa dijelaskan secara langsung. Hal ini juga seakan memaksa siswa untuk dapat memahami materi dengan sendirinya.

Banyaknya tugas disertai materi tanpa penjelasan secara langsung membuat siswa menjadi jenuh dan malas dalam belajar. Responden kedua

mengatakan demikian bahwasanya pelaksanaan pembelajaran daring cenderung monoton menggunakan aplikasi yang terbatas sehingga menyebabkan rasa malas dalam mengikuti pembelajaran. Apalagi tugas dan materi yang terlalu banyak namun minim penjelasan serta penguatan dari guru menyebabkan kejenuhan belajar belajar daring. Hal ini dapat terjadi karena pembelajaran daring dalam waktu yang cukup lama, media, serta metode atau strategi belajar yang digunakan guru cenderung monoton yang berdampak pada ketidakpahaman terhadap materi yang diberikan.

Sama halnya dengan responden ketiga mengatakan bahwa ketika siswa melakukan pembelajaran secara daring siswa merasa sangat bosan, malas dan jenuh karena kondisi siswa yang tinggal di pelosok desa mengakibatkan siswa mengalami kesusahan dalam jaringan internet dan siswa juga dalam keadaan sosial yang lemah sehingga siswa susah jika harus membeli kuota belajar.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan siswa yang bersangkutan pada tanggal 12 sampai 19 Oktober 2020 pada siswa kelas XI Jasa Boga 4 SMK N 3 Pati diperoleh data-data tentang siswa yang mengalami jenuh melakukan pembelajaran daring di keadaan seperti ini yaitu di masa pandemi Covid-19. Siswa yang mengalami kejenuhan pembelajaran daring ada 2 yakni NV dan WDA. Melalui wawancara dengan siswa yang mengalami kejenuhan pembelajaran daring diketahui bahwa siswa semula mengikuti pelajaran secara luar jaringan, karena kondisi seperti ini yaitu sedang musim covid-19 jadi tidak memungkinkan jika siswa harus belajar secara luar jaringan, sehingga pihak pendidik dan peserta didik sepakat untuk belajar secara daring. Siswa yang

mengalami kejenuhan belajar daring ini disebabkan karena tidak adanya interaksi langsung dengan teman sekolah, sehingga anak tidak bisa bercanda gurau dengan temannya baik di kelas maupun di halaman sekolah. Siswa juga tidak bisa melakukan aktifitas njajan-njajan bareng di kantin sekolah.

Ternyata selama kegiatan pembelajaran secara daring proses konseling yang dilakukan BK sekolah juga kurang begitu maksimal. Sehingga siswa kekurangan motivasi mengikuti proses pembelajaran. Ini tentu menjadi problem yang akan terus tumbuh jika tidak segera ditangani. Maka dari itu peneliti mencoba menawarkan solusi dengan melaksanakan model konseling individu *Rational Emotif Therapy* dengan teknik *Assertive Training* kepada beberapa siswa sebagai sampel uji coba.

Selain itu pemberian layanan konseling individu melalui pendekatan *Rational Emotif Therapy* dengan teknik *Assertive Training* juga merupakan wujud usaha untuk melakukan perbaikan emosional siswa yang sedang mengalami kejenuhan saat belajar daring. Diharap dengan layanan konseling individu melalui pendekatan dan teknik tersebut di atas mampu meningkatkan semangat siswa kelas XI Jasa Boga 4 SMK Negeri 3 Pati Tahun Pelajaran 2020/2021 dalam mengikuti pembelajaran daring.

Alasan peneliti memilih konseling individu pendekatan *Rational Emotif Therapy* dengan Teknik *Assertive Training*, sebagai upaya dalam mengatasi masalah kejenuhan pembelajaran secara daring yang dialami siswa Kelas XI Jasa Boga 4 SMK Negeri 3 Pati Tahun Pelajaran 2020/2021. Tujuannya mampu membantu memperbaiki dan merubah sikap, persepsi, cara berpikir, keyakinan

dan pandangan klien yang irasional menjadi pandangan yang rasional. Dengan demikian klien dapat mengembangkan dirinya ke arah yang lebih baik dan meningkatkan sel-actualizationnya seoptimal mungkin.

Berdasarkan latar belakang di atas maka penulis mengadakan penelitian dengan judul "Mengatasi Kejenuhan Pembelajaran Daring Melalui Pendekatan Konseling *Rational Emotif Therapy* dengan Teknik *Assertive Training* Pada Siswa SMK Negeri 3 Pati".

1.2 Fokus dan Lokus penelitian

1.2.1 Fokus Penelitian

Berdasarkan penelitian yang berjudul "Mengatasi Kejenuhan Pembelajaran Daring Melalui Konseling *Rational Emotif Therapy* dengan Teknik *Assertif Training* Penelitian ini difokuskan untuk siswa yang mengalami kejenuhan belajar daring dengan menggunakan pendekatan *Rational Emotif Therapy* teknik *Assertive Training* Pada Siswa Kelas XI Tata Boga 4 SMK Negeri 3 Pati". Maka peneliti akan mengungkap variable dalam penelitian ini yaitu kejenuhan pembelajaran daring sebagai variable terikat (Y) dan konseling *Rational Emotive Therapy* dengan Teknik *Assertive Training* adalah variable bebas (X).

1.2.2 Lokus Penelitian

Lokasi dalam penelitian ini meliputi setting, tempat, populasi, dan subjek. Setting dalam penelitian ini bertempat di SMK Negeri 3 Pati yang beralamat di Jl. Kol Sunandar No.108, Ngagul, Winong, Kec. Pati, Kabupaten Pati, Provinsi Jawa Tengah. Lebih tepatnya berada di jalur Pati – Tlogowungu. Dari arah selatan

terletak setelah pertigaan pertigaan RS Mitra Bangsa, sebelum Stadion Joyo Kusumo Pati, gedung sekolah terletak di sebelah kanan jalan raya. Kanan kiri sekolah merupakan area pertokoan. Populasi penelitian ialah bagian utama dalam penelitian, karena berbagai macam bahan penelitian diperoleh dari subjek penelitian. Penentuan subjek dalam penelitian ini hanya beberapa siswa SMK Negeri 3 Pati yang menjadi subjek penelitian. Penelitian ini yaitu seluruh siswa kelas XI Tata Boga 4 SMK Negeri 3 Pati, dengan subjek siswa yang memiliki masalah kejenuhan pembelajaran daring.

1.2.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka permasalahan dirumuskan sebagai berikut:

1. Faktor apa yang menyebabkan kejenuhan pembelajaran daring pada siswa kelas XI Jasa Boga 4 SMK Negeri 3 Pati tahun pelajaran 2020/2021?
2. Bagaimana kejenuhan pembelajaran daring pada kelas XI Jasa Boga 4 SMK Negeri 3 Pati Tahun Pembelajaran 2020/2021 dapat diatasi melalui konseling *rational emotif therapy*?

1.2.4 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian yang hendak dicapai dalam pelaksanaan konseling *rational emotif therapy* sebagai berikut:

1. Mendiskripsikan faktor penyebab kejenuhan pembelajaran daring pada siswa kelas XI Jasa Boga 4 tahun pelajaran 2020/2021.

2. Membantu mengatasi kejenuhan pembelajaran daring pada kelas XI Jasa Boga 4 SMK Negeri 3 Pati Tahun Pembelajaran 2020/2021 melalui konseling *rational emotif therapy*.

1.2.5 Manfaat Penelitian

Suatu penelitian diharapkan hasilnya dapat berguna bagi pihak-pihak yang berkaitan, baik manfaat teoritis maupun manfaat praktis. Adapun manfaat yang diharapkan oleh peneliti yaitu:

1.2.5.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah, memperluas dan memperdalam pengetahuan dalam menerapkan model konseling yang digunakan dan sekaligus sebagai acuan guna penelitian lebih luas lagi.

1.2.5.2 Manfaat Praktis

- a. Bagi kepala Sekolah

Sebagai dasar penentuan kebijakan yang dapat membantu dalam pelaksanaan program Bimbingan dan Konseling di Sekolah yang diadakan oleh konselor.

- b. Bagi Konselor

Sebagai panduan untuk memberi layanan kepada siswa yang mengalami kejenuhan belajar daring.

- c. Bagi Siswa

Siswa terbantu dalam mengatasi kejenuhan belajar daring melalui konseling *rational emotif therapy*.

1.2.6 Ruang Lingkup Penelitian

Sesuai dengan judul penelitian yaitu Mengatasi Kejenuhan Belajar Daring Melalui Layanan Konseling Individual Pendekatan *rational emotif therapy* Pada Siswa Kelas XI Jasa Boga 4 SMK N 3 Pati tahun Pelajaran 2020/2021. Maka batasan dalam penelitian ini yaitu membahas mengenai Konseling *rational emotif therapy* dan kejenuhan belajar daring yang dialami siswa kelas XI Jasa Boga 4 SMK N 3 Pati Tahun Pelajaran 2020/2021, dan cara mengaplikasikan konseling *rational emotif therapy* untuk mengatasinya.

