

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Sebagai seorang siswa, mengikuti sebuah pembelajaran di sekolah menjadi sebuah kewajiban yang harus mereka penuhi. Mengikuti pembelajaran dalam sebuah institusi pendidikan formal menuntut siswanya untuk dapat belajar dan memahami materi materi yang disampaikan oleh pembimbing dan memberikan output yang baik sesuai dengan indikator penilaian yang berlaku di tempat tersebut. Hal ini tentunya diperoleh dengan kegiatan belajar mengajar

Belajar adalah salah satu kegiatan yang tidak bisa kita hindari dalam kehidupan kita, dengan belajar memudahkan seseorang untuk mengetahui sesuatu dan menemukan suatu hal yang baru. Belajar menurut W.S. Winkel (1989:36), belajar merupakan suatu aktivitas mental/psikis, yang berlangsung dalam interaksi aktif dengan lingkungan, yang menghasilkan perubahan-perubahan dalam pengetahuan-pemahaman, keterampilan dan nilai-sikap. Perubahan itu bersifat secara relatif konstan dan berbekas. Adapun menurut pendapat James O. Whittaker (1972:36) dapat didefinisikan sebagai proses dimana tingkah laku ditimbulkan atau diubah melalui latihan atau pengalaman". Adapun juga pendapat menurut Sejatinya belajar merupakan sebuah kegiatan bertukar pikiran dan ilmu untuk meningkatkan kompetensi seseorang maupun memperkaya wawasan dari individu yang terlibat dalam kegiatan pembelajaran tersebut.

Dalam proses belajar, setiap individu dipengaruhi oleh minat atau ketertarikan dalam belajar. Hal ini biasanya dipengaruhi oleh berbagai faktor dan menjadi hal yang cukup krusial karena tinggi rendahnya minat belajar dapat mempengaruhi efektifitas pembelajaran yang diikutinya. Minat belajar juga mempengaruhi seberapa banyak *value* dan ilmu yang diperoleh dari program pembelajaran yang diikuti oleh orang tersebut. Hal ini tentu korelatif dengan bagaimana keaktifan siswa siswi disekolah berdasarkan minat belajar mereka. Kurangnya dukungan dari orang-orang sekitarnya, pola didik dan perhatian dari

orang tua, serta faktor lingkungan yang mendistraksi fokus belajar siswa sehingga membuat anak menjadi malas belajar.

Malas belajar adalah sebagai gejala perilaku siswa yang tidak ingin berpartisipasi dalam proses belajar. pada dasarnya tidak ada karakter khusus yang dapat dijadikan patokan sifat malas atau tidak karena malas bersifat sementara. Umumnya, sifat malas senantiasa dibandingkan antara kegiatan yang biasanya dilakukan dengan kegiatan yang tengah dilakukan saat itu. Karenanya, ukuran malas tergantung pada aktivitas orang-orang yang ada disekitarnya”.

Rasa malas belajar pada siswa diartikan sebagai tindak resesif seseorang untuk melakukan sesuatu yang telah menjadi kewajibannya. Rasa malas dalam ruang lingkup siswa di sekolah dapat mengacu pada sikap acuh tak acuh, menolak mengerjakan tugas, tidak disiplin, tidak tekun, dan suka menunda sesuatu. Rasa malas belajar ini mungkin terjadi karena adanya gangguan yang mengganggu fokus belajar seorang siswa. Gangguan tersebut dapat mempengaruhi daya tangkap siswa dan motivasinya untuk mengikuti pembelajaran di sekolah. Beberapa contoh gangguan diantaranya: kejenuhan, banyaknya tugas sekolah, kondisi emosional siswa, lingkungan di sekitar rumahnya, pengaruh lingkungan pertemanan, dan penyalahgunaan *handphone*.

Pada zaman sekarang banyak siswa yang suka begadang tengah malam salah satunya siswa sering bermain *handphone* sampai lupa waktu, apalagi perkembangan zaman akhir-akhir ini dibidang teknologi yang sangat canggih, membuat beberapa siswa kehilangan minat dalam belajar ada juga banyak siswa yang malas karena terlalu asyik nongkrong dan berkumpul dengan teman-temannya sampai larut malam sehingga menyebabkan siswa malas dalam belajar.

Menurut Wasty Soemanto (2012: 34) penyebab malas belajar adalah karena adanya masalah dari perhatian. Ditinjau dari segi kepentingan pendidikan dan belajar, pemilihan jenis perhatian yang efektif untuk memperoleh pengalaman belajar adalah hal yang penting bagi subjek yang belajar. Pemilihan cara kerja perhatian oleh siswa ini dapat di bimbing oleh pihak pendidik atau

lingkungan belajarnya. Salah satu usaha untuk membimbing perhatian siswa yaitu melalui pemberian rangsangan atau stimuli yang menarik perhatian siswa.

Menurut Solina, Erlamsyah, dan Syahniar (2013: 32) perasaan juga dapat mempengaruhi kemaunan siswa untuk belajar. Jika perasaan siswa sedang kurang baik, maka akan membuat siswa tersebut malas dalam belajar. Perasaan dapat diartikan sebagai suasana psikis yang mengambil bagian pribadi dalam situasi, dengan jalan membuka diri terhadap suatu hal yang berbeda dengan keadaan atau nilai dalam diri.

Sementara itu, di lokasi penelitian yaitu di SMAN 1 Mejobo Kudus terdapat beberapa faktor yang menjadi penyebab malas belajar pada beberapa siswa, diantaranya : siswa belum mampu mengatur waktu dengan baik, terlalu banyak menghabiskan waktu bermain game handphone, atau berkumpul dengan teman-teman dengan mengabaikan tugas maupun persiapan untuk belajar di sekolah. kurangnya motivasi belajar rendah, seperti : siswa tidak pernah mencatat, tidak mengerjakan tugas, melamun bahkan tidak memperhatikan penjelasan guru. Faktor dari lingkungan sekolah perlu diperhatikan karena akan berdampak dengan kedisiplinan belajar siswa di sekolah dan kurang perhatian dari orang tua. Peran orang tua sangat penting untuk memberitahu untuk tidak malas belajar dan membimbing anaknya yang semangat dan selalu optimis. Kurangnya perhatian dari orang tua dapat berdampak dan mengakibatkan belajar yang buruk di sekolah sehingga dapat menurunkan semangat siswa dalam mengikuti pembelajaran dan menjadikan siswa malas.

Berdasarkan kenyataan dilapangan yang diperoleh dari hasil wawancara dengan guru pembimbing dan hasil observasi dengan guru pembimbing dan juga siswa observasi awal dapat informasi bahwa di SMA N 1 Mejobo Kudus masih terdapat siswa-siswa yang minat dan motivasi belajarnya rendah. mengalami malas belajar, yaitu siswa malas membaca dan mengerjakan tugas (PR), terlalu banyak menghabiskan waktu bermain *handphone* (game), siswa sering nongkrong nyampai larut malam bersama teman-temannya, dan kurangnya kesadaran terhadap belajar. Hal ini terjadi karena minat dan kesadaran terhadap belajarnya yang cukup rendah sehingga siswa malas dalam mengikuti

pembelajaran yang diberikan oleh guru bahkan siswa tidak peduli terhadap kegiatan pembelajaran di sekolah. Apabila malas belajar dibiarkan maka akan menghambat perkembangan siswa untuk mencapai prestasi. Misal rendahnya nilai ulangan atau ujian, tidak naik kelas, dan sebagainya.

Melihat beberapa siswa yang malas belajar tentunya hal yang tidak boleh dibiarkan, karena perilaku tersebut tidak adaptif dan harus segera ditangani secara serius. Dengan memberikan konseling individu, seorang guru dapat memberikan proses konseling untuk menanggulangi masalah malas belajar pada siswa. Salah satu pendekatan konseling yang dapat digunakan dalam mengatasi masalah tersebut adalah menggunakan konseling behavior. Menurut Gerald Corey (1988: 197) menyatakan bahwa konseling behavior adalah konseling yang berurusan dengan perubahan tingkah laku kearah yang lebih adaptif serta studinya terbatas pada pengamatan dan perubahan tingkah laku.

Teknik konseling yang digunakan dalam mengatasi malas belajar siswa dalam konseling behavior ini adalah menggunakan teknik *Self Management*. Menurut Purnamasari (2012:47) yaitu menyatakan bahwa pada dasarnya management diri atau *self management* merupakan pengendalian diri terhadap pikiran, ucapan, dan perbuatan yang dilakukan sehingga mendorong pada penghindaran diri terhadap hal-hal yang tidak baik dan peningkatan perbuatan yang baik dan benar. *Self Management* adalah sebuah proses merubah “totalitas diri” baik itu dari segi intelektual, emosional, spiritual, dan fisik agar apa yang diinginkan dapat tercapai.

Dalam mengatasi malas belajar siswa di SMA N 1 Mejobo Kudus yaitu dengan menggunakan konseling behavioristik dengan teknik *Self Management*. Dengan menggunakan konseling dan teknik tersebut guru memiliki peran penting untuk membantu siswa agar mampu mengubah perilakunya sehingga dapat meningkatkan motivasinya dalam minat belajar.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti akan melakukan penelitian mengenai “Penerapan Konseling Behavioristik Teknik *Self Management* Dalam Mengatasi Malas Belajar Siswa SMA N 1 Mejobo Kudus”.

1.2 Fokus dan Lokus Penelitian

1.2.1 Fokus penelitian

Penelitian ini difokuskan pada pengaruh penerapan Konseling Behavioristik dengan Teknik *Self Management* untuk mengatasi Malas Belajar di SMA N 1 Mejobo Kudus. Bahwa siswa yang mengalami malas belajar adalah siswa yang mengalami kondisi di mana malas atau menunda tugas yang diberikan oleh guru secara langsung dan tidak langsung. Hal tersebut dapat disebabkan karena faktor dalam diri siswa sendiri, hubungan dengan orang tua, dan faktor lingkungan rumah.

Fokus penelitian tentang malas belajar pada siswa di SMA N 1 Mejobo Kudus Kelas X dengan menerapkan pendekatan konseling *behavioristik* dengan teknik self-management. Teknik *Self Management* sangat berpengaruh dalam proses perubahan tingkah laku, yang dimana konseli dituntut untuk aktif selama proses terapi sehingga konseli mampu mengontrol, mengendalikan, serta merubah tingkah laku tersebut menjadi tingkah laku yang diharapkan.

1.2.2 Lokus Penelitian

Lokus penelitian yang berjudul “Upaya Mengatasi Malas Belajar di SMA N 1 Mejobo Kudus Menggunakan Konseling Behavioristik dengan teknik *Self Management*” akan dilakukan di Jalan Raya Pasar Doro Jepang, Mejobo Kudus, Jawa Tengah.

Lokus dalam penelitian tersebut yaitu tempat atau lokasi yang menjadi ruang untuk peneliti melakukan percobaan dan analisis sesuai dengan hipotesis dan latar belakang yang dilakukan.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas peneliti merumuskan masalah sebagai berikut:

- 1.3.1 Apa sajakah faktor yang menyebabkan siswa SMA N 1 Mejobo Kudus mengalami masalah malas belajar?
- 1.3.2 Bagaimana pendekatan Konseling Behavioristik dengan teknik *Self Management* dapat mengatasi malas belajar siswa di SMA N 1 Mejobo Kudus?

1.4 Tujuan Penelitian

Penelitian ini dilakukan terhadap siswa di SMA N 1 Mejobo Kudus tahun ajaran 2021/2022 dengan tujuan sebagai berikut:

- 1.4.1 Untuk mendeskripsikan faktor penyebab siswa malas belajar di SMA N 1 Mejobo Kudus
- 1.4.2 Untuk mengetahui sejauh mana pendekatan Konseling *Behavioristik* dengan teknik *Self Management* yang mampu mengatasi siswa malas belajar di SMA N 1 Mejobo Kudus.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan yang berhubungan dengan Bimbingan dan Konseling dan khususnya yang menyangkut upaya mengatasi malas belajar melalui pendekatan konseling Behavioristik dengan teknik *Self Management* pada siswa di SMA N 1 Mejobo Kudus Tahun Ajaran 2021/2022.

1.5.2 Manfaat Praktis

1.5.2.1 Bagi Siswa

Siswa dapat menyadari pentingnya belajar maupun membaca dan memperoleh berbagai informasi sehingga siswa dapat mengatasi malas belajar dengan teknik *Self Management* dengan menggunakan Konseling Behavioristik.

1.5.2.2 Bagi Orang Tua

Orang tua dapat menggunakan penelitian ini sebagai bahan kajian dalam mengambil kebijakan mendidik dan mengarahkan dengan baik untuk belajar di rumah maupun di sekolah dengan menerapkan layanan Konseling Behavioristik dengan teknik *Self Management* dalam mengatasi malas belajar pada kegiatan sehari-hari.

1.5.2.3 Bagi Pihak Sekolah

Penelitian ini diharapkan pada pihak sekolah untuk memperhatikan perkembangan perilaku siswa dan menegakkan kedisiplinan bagi siswa yang malas belajar. Menggunakan penelitian ini sebagai bahan

pertimbangan dalam membuat kebijakan dalam meningkatkan mutu pendidika dan pelaksanaan program Bimbingan dan Konseling di sekolah khususnya pada kasus malas belajar.

1.5.2.4 Bagi Peneliti

Peneliti memperoleh pengalaman dan pengetahuan bahwa teknik *Self Management* dalam layanan Behavioristik adalah teknik yang tepat digunakan untuk mengatasi permasalahan malas belajar yang dialami siswa.

