

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Disiplin belajar adalah kepatuhan peserta didik dalam mengikuti aturan dalam belajar dan suatu sikap yang teratur tanpa adanya pelanggaran yang dapat merugikan pihak manapun, dan semua itu dilakukan sebagai tanggung jawab yang bertujuan untuk mendewasakan diri. Pemberlakuan peraturan dan tata tertib dengan menanamkan etika serta norma sehingga tercipta suasana belajar yang tertib, aman, tenang, dan menyenangkan.

Disiplin diri sangat sering dikaitkan dengan kemauan keras, berharap bahwa individu yang datang ke kelas menjadi peserta didik yang rajin dan tekun. Tetapi tidak semua sesuai harapan, banyak peserta didik yang kurang disiplin diri dalam proses pembelajaran.

Disiplin belajar sangat penting diterapkan, karena sikap disiplin bertujuan agar dapat menjaga dari perilaku yang menyimpang dan hal-hal yang dapat mengganggu dalam proses pembelajaran. Dengan disiplin membuat peserta didik terlatih dan mempunyai kebiasaan melakukan tindakan yang baik serta dapat mengontrol setiap tindakannya sehingga peserta didik akan taat, patuh dan tertib terhadap kegiatan belajar mengajar. Di dalam pembelajaran, disiplin sangat dibutuhkan karena tanpa adanya kesadaran melaksanakan aturan yang ditetapkan sebelumnya, pembelajaran tidak akan berjalan efektif dan optimal. Agar pembelajaran berjalan lancar maka semua peserta didik harus disiplin terutama dalam ketertiban diri saat belajar di

kelas.

Tingkat kedisiplinan belajar setiap peserta didik akan berbeda-beda. Peserta didik yang terbiasa disiplin dalam belajar akan mempergunakan waktu sebaik-baiknya di sekolah maupun di rumah sehingga akan menunjukkan kesiapannya dalam proses pembelajaran di sekolah, sedangkan peserta didik yang tidak disiplin dalam belajar mereka kurang menunjukkan kesiapannya dalam belajar.

Perilaku disiplin tidak akan tumbuh dengan sendirinya, melainkan perlu kesadaran diri, latihan, kebiasaan, dan juga adanya hukuman. Disiplin belajar peserta didik juga tidak akan tercipta apabila peserta didik tidak mempunyai kesadaran diri. Peserta didik akan disiplin dalam belajar apabila peserta didik sadar akan pentingnya belajar dalam kehidupannya. Peserta didik yang sudah terbiasa disiplin waktu dan perbuatan yang dilakukan bukan lagi dirasakan sebagai suatu beban, melainkan suatu tindakan yang sudah biasa dilakukan setiap hari. Peserta didik yang sadar akan pentingnya belajar akan menunjukkan perilaku yang memiliki kecenderungan disiplin yang tinggi dalam dirinya, disamping itu juga akan timbul suatu motivasi dalam diri. Mereka menyadari bahwa dengan disiplin belajar akan mempermudah kelancaran di dalam proses pendidikan. Hal ini terjadi karena dengan disiplin rasa malas akan teratasi.

Kata “disiplin” berasal dari bahasa latin yaitu “Discere” yang berarti belajar. Berdasarkan kata tersebut, munculah kata Disciplina yang mempunyai arti pengajaran atau pelatihan. Dalam bahasa Inggris disiplin yaitu Disciple memiliki arti pengikut atau murid yang berarti mengikuti orang untuk belajar di bawah pengawasan seorang pemimpin. Seiring dengan perkembangan zaman, kata tersebut mengalami perubahan menjadi discipline yang artinya kepatuhan atau yang

menyangkut tata tertib. Dalam bahasa Indonesia istilah disiplin sering terkait dan menyatu dengan istilah tata tertib dan ketertiban.

Menurut Tu'u (2004 : 30) mengatakan, ketertiban mempunyai arti kepatuhan seseorang dalam mengikuti peraturan atau tata tertib karena suatu dorongan yang datang dari luar dirinya biasanya dari orang lain atau peraturan dalam suatu lingkungan. Sedangkan, disiplin sebagai kepatuhan dan ketaatan yang muncul karena adanya kesadaran dan dorongan dari dalam diri orang tersebut. Bisa diartikan bahwa disiplin hanya akan tumbuh jika seseorang memiliki kesadaran dari dalam dirinya, meskipun mendapat tekanan dari luar atau orang lain jika tidak dibarengi kesadaran maka disiplin tidak akan muncul dengan sendirinya.

Berdasarkan dari pengertian di atas, dapat dikatakan disiplin adalah kesadaran dan kesediaan yang muncul dari hati seseorang dalam upaya pengendalian untuk mentaati dan mematuhi semua peraturan maupun norma yang telah ditetapkan. Disiplin yang baik mencerminkan besar tanggungjawab seseorang terhadap tugas-tugas yang diberikan kepadanya. Seseorang yang disiplin akan selalu bertanggungjawab dengan apa yang menjadi tanggungan ataupun kewajibannya. Disiplin yang diterapkan secara terus-menerus akan menjadikan seseorang terbiasa dengan berbagai peraturan dan norma pada suatu lingkungan tertentu.

Menurut Tu'u (2004) menemukan yang menunjukkan pergeseran perubahan hasil belajar siswa sebagai kontribusi mengikuti dan menaati peraturan sekolah. Indikator tersebut meliputi: (1) dapat mengatur waktu dirumah (2) rajin dan teratur belajar, (3) perhatian yang baik saat belajar di kelas, (4) Ketertiban diri saat belajar.

Potensi peserta didik dapat dilihat dari motivasi belajar yang dimiliki. Memiliki motivasi belajar yang tinggi merupakan sebuah penentu terhadap keberhasilan hasil

belajarnya, sebaliknya jika memiliki motivasi yang rendah dapat menyebabkan kurangnya usaha belajar, yang pada akhirnya dapat berpengaruh terhadap hasil belajar yang didapatkan.

Menurut penelitian Sardiman (2011), bahwa siswa yang tidak punya motivasi tidak akan berusaha keras untuk belajar dan sebaliknya, siswa yang memiliki motivasi tinggi akan mempunyai banyak energi untuk melakukan kegiatan belajar. Sejalan dengan penelitian Sardiman di temukan juga di bahwabanyak sekali siswa yang memiliki motivasi rendah. Motivasi rendah tersebut ditunjukkan melalui perilaku yang terlambat masuk sekolah, bermain gadget saat guru memberikan materi pembelajaran, berbicara sendiri dengan teman sebangku saat kegiatan belajar mengajar, dan tidur didalam kelas.

Suarni (2014) Motivasi juga dapat dikatakan serangkaian usaha untuk menyediakan kondisi-kondisi tertentu, sehingga seseorang terdorong untuk melakukan kegiatan – kegiatan belajar, keinginan –keinginan didalam seseorang individu yang mendorong dirinya untuk bertindak dan menjaga keinginan serta kegiatan yang diinginkan dalam mencapai tujuan personal.

Suranata (2021) motivasi belajar memiliki peranan yang penting dalam kegiatan belajar, selain itu motivasi juga menimbulkan gairah saat siswa menjalani kegiatan pembelajaran .

Gading (2019) Faktor motivasi menjadi salah satu faktor utama yang mempengaruhi hasil dan prestasi belajar siswa.

Winkel (2004) berpendapat bahwa motivasi sangatlah penting untuk mencapai keberhasilan siswa dalam belajar. Motivasi belajar merupakan suatu pendorong yang mengaktifkan siswa untuk melibatkan diri. Motivasi yang kuat akan membuat

siswa untuk bekerja keras dan dapat mencapai sesuatu yang menjadi tujuan mereka, dan motivasi muncul karena adanya dorongan akan kebutuhan.

Menurut Hamzah B Uno (2021:23) Motivasi adalah dorongan internal dan eksternal pada siswa-siswa yang sedang belajar untuk mengadakan perubahan tingkah laku, pada umumnya dengan beberapa indikator dan unsur yang mendukung.

Adapun indikator dari motivasi belajar menurut Hamzah B Uno (2021: 31) adalah: 1). Adanya hasrat dan keinginan berhasil, 2) Adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar, 3) Adanya harapan dan cita-cita masa depan, 4) Adanya penghargaan dalam belajar, 5) Adanya kegiatan yang menarik dalam belajar, 6) Adanya lingkungan belajar yang kondusif sehingga memungkinkan seseorang siswa dapat belajar dengan baik.

Variabel yang ditetapkan ini, akan mudah diintervensi dengan berbagai teori konseling seperti : (1) Teori Psikoanalitik dari Sigmund Freud, (2) Teori Self Adler, (3) Teori Konseling kelompok Psikodinamika dalam asumsi oleh Melanie Klein, (4) Konseling yang berpusat pada pribadi oleh Carl Rogers , (5) Teori Gestalt oleh Fritz Perls, (6) Teori Analisis Transaksional Eric Berne, (7) Teori Reality Counseling oleh William Glasser, (8) Teori Motivasi Manusia oleh Maslow, (9) Teori Logo Konseling dari Victor Frankl, (10) Teori Konseling Behavioral dari Aaron Beck, (11) Teori Konseling Tingkah Laku oleh Krumboltz, (12) Teori Behavioral / Teori Tingkah Laku, (13) Teori Behavioral Sosial oleh Albert Bandura, (14) Teori Rational Emotive Behavioral Counselling oleh Albert Ellis, (15) Teori Konsepsi oleh George Kelly, (16) Teori Eklektisisme oleh Arnold Lazarus, (17) Teori Personologi Murray, (18) Teori Pemilihan Jabatan dari John L Holland, (19)

Teori perkembangan Karir dan Perkembangan (Super), (20) Teori Pemilihan jabatan atau karir menurut Anne Roe, (21) Teori Perkembangan Karir oleh Ginzberg, dan (22) Teori Konseling Karir Trait dan Faktor. (Dharsana, 2013)

Teori-teori konseling di atas tentunya dapat diaplikasikan dalam melaksanakan layanan bimbingan dan konseling. Melihat permasalahan konseli berkaitan dengan disiplin dan motivasi belajar, kelebihan dan kekurangan masing-masing teori dan kemampuan peneliti dalam mengaplikasikan teori konseling yang ada, maka peneliti memilih model konseling kognitif behavior Teknik restrukturisasi kognitif untuk meningkatkan disiplin dan motivasi belajar pada siswa kelas X SMK PGRI 5 Denpasar.

Kognitif behavior merupakan sebuah paradigma terapeutik penting, seperti yang sudah berulang kali dibuktikan sebagai intervensi yang efektif dan efektif untuk berbagai masalah psikologis manusia. Berdasarkan dari pemaparan pengertian Konseling Kognitif Perilaku adalah upaya untuk meningkatkan keyakinan akan kemampuan untuk memilih atau memperkirakan suatu tindakan serta mampu mengarahkan diri agar tercapai hasil yang diinginkan oleh siswa.

Kognitif behavior menurut Willis merupakan terapi tingkah laku yang menghubungkan dengan pikiran yang berasal dari dua konsep yang dituangkan oleh Ivan Pavlov dan B. F. Skinner. Kognitif behavior terhadap peningkatan disiplin belajar dan motivasi belajar merupakan bantuan yang diberikan oleh konselor kepada individu dengan tujuan berkembangnya potensi individu, mampu mengatasi masalah yang dihadapi, dan dapat menyesuaikan diri secara positif. Dengan layanan tersebut diharapkan siswa dapat mengendalikan dirinya yang berkenaan dengan sikap dan kebiasaan belajar yang baik, serta mampu menyesuaikan diri dengan

lingkungan sosialnya.

Sedangkan Restrukturisasi kognitif adalah salah satu teknik yang digunakan dalam teori kognitif perilaku yang menitik beratkan pada modifikasi pikiran-pikiran yang salah. Teknik restrukturisasi kognitif merupakan suatu proses di mana konselor membantu klien mencari pikiran-pikiran Self-defeating dan mencari alternatif rasional sehingga remaja dapat belajar menghadapi situasi-situasi pembangkit kecemasan.

Teknik restrukturisasi kognitif menurut Ellis merupakan Cognitif Restructuring yaitu memusatkan perhatian pada upaya mengidentifikasi dan mengubah pikiran-pikiran atau pernyataan diri negative dan keyakinan keyakinan klien yang tidak rasional menjadi pikiran-pikiran yang positif dan rasional.(Dwi Lestari, 2018)

Hasil pengamatan dan observasi yang di lakukan di SMK PGRI 5 Denpasar ketika awal tahun ajaran 2023/2024, di temukan banyak siswa dengan gejala sikap dan perilaku yang tidak mengerjakan tugas dan PR, tidak mempunyai catatan lengkap, belajar menjelang ulangan saja, sering mencontek pekerjaan teman, mengganggu teman saat belajar, membuat gaduh di kelas, sering datang terlambat kesekolah, para siswa juga tidak memiliki hasrat dan keinginan berhasil, terlihat tidak memiliki dorongan dan kebutuhan belajar, dan juga harapan dan cita-cita masa depan. Hasil wawancara dengan guru mata pelajaran juga menyatakan bahwa siswa tidak memiliki cita-cita yang ingin di gapai sebagai hasil dari proses belajarnya, bahkan tidak jarang siswa akan lebih memilih di hukum karena tidak buat tugas di bandingkan harus mengerjakan tugas. Setelah di lakukan wawancara terhadap siswa tersebut, di peroleh informasi bagaimana sikap siswa terhadap proses belajar yang mereka lakukan di sekolah. Sebagian siswa menyatakan bahwa mereka

bersungguh-sungguh dalam mengikuti proses belajar dan juga mereka sudah meliki cita-cita yang ingin mereka capai yang mereka gunakan sebagai dorongan atau motivasi dalam proses belajar, dan Sebagian siswa lagi malah menyatakan masa bodo terhadap tugas-tugas yang di berikan guru, karena di pikiran mereka walaupun mereka tidak mengerjakan tugas, ataupun mengikuti proses belajar dengan baik, mereka juga pasti bisa lulus.

Fenomena yang sering terjadi di sekolah yang di lihat saat peneliti melakukan observasi adalah banyak siswa yang tidak memiliki motivasi dan disiplin dalam proses belajar, diantaranya adalah para siswa tidak mau menyelesaikan tugasnya tepat waktu, suka menunda dan mengulur waktu, tidak mau mengerjakan tugasnya sampai tuntas, tidak focus dalam melaksanakan proses pembelajaran bahkan cenderung sangat malas. Gejala-gejala lain yang tampak juga adalah pada saat proses belajar mengajar di kelas banyak siswa yang selalu keluar masuk kelas dengan alasan ingin buang ari kecil, dan tidak jarang juga banyak siswa yang ke kantin saat proses belajar di kelas. Berdasarkan hasil pengumpulan data tes psiko (Minat dan Bakat) terhadap siswa kelas X di SMK PGRI 5 Denpasar, menunjukan bahwa beberapa siswa di SMK PGRI 5 Denpasar memiliki disiplin belajar dan motivasi belajar yang rendah.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka dapat di simpulkan bahwa peneliti memutuskan untuk mempertimbangkan variable disiplin dan motivasi belajar siswa di jadikan sebagai variable terikat dalam penelitian ini (dijadikan variable yang akan di intervensi), dan di harapkan penelitian ini dapat di pergunakan oleh Guru BK dalam meningkatkan disiplin dan motivasi belajar siswa asuhnya. Seiring perkembangan zaman, problematika peserta didik di sekolah semakin beragam.

Jalan pikiran mereka menjadi terbagi dengan masalah di luarsekolah dan di dalam sekolah. Suatu tindak layanan sekolah pada peserta didik dengan bimbingan konseling yang mengarahkan para peserta didik untuk mengetahui bakat dan potensi dalam diri mereka. Bimbingan Konseling biasanya berbicara mengenai aspek psikologis, ini akan sangat penting jika ada banyak gangguan psikis pada peserta didik yang biasanya tertekan masalah dan tidak mampu menangkap pelajaran dengan baik. Bimbingan konseling juga sangat penting posisinya untuk memotivasi diri bahwa mereka adalah suatu pribadi yang unik dan mampu bersaing. Perlunya bimbingan konseling dapat berfungsi sebagai pemantau masalah-masalah siswa yang berkaitan tentang masalah kelainan tingkah laku. Sulitnya salah satu siswa untuk memotivasi dirinya untuk berkembang, tidak memiliki cita-cita untuk kehidupannya, tidak bisa mengumpulkan tugas tepat waktu, malas mengikuti proses pembelajaran. Gejala tersebut di atas mengacu pada jenis perilaku disiplin dan motivasi belajar.

Berdasarkan deskripsi tersebut di atas, peneliti merumuskan penelitian ini dengan judul “Efektifitas Konseling Kognitif Behavioral dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif untuk meningkatkan disiplin belajar dan motivasi belajar siswa kelas X di SMK PGRI 5 Denpasar”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dalam penelitian ini dapat

diidentifikasi masalah sebagai berikut :

1.2.1 Masih rendahnya disiplin dan motivasi belajar siswa kelas X SMK PGRI5 Denpasar.

1.2.2 Penggunaan Model Konseling Kognitif Behavioral dengan Teknik Restrukturisasi diharapkan dapat meningkatkan Disiplin dan Motivasi Belajar Siswa Kelas X SMK PGRI 5 Denpasar ?

1.3 Pembatasan Masalah

Mengingat banyaknya permasalahan yang ada dalam penelitian ini, maka peneliti membatasi permasalahan yaitu pada “ Efektivitas Konseling Kognitif Behavioral dengan Teknik Restrukturisasi untuk meningkatkan Disiplin dan Motivasi Belajar Siswa Kelas X SMK PGRI 5 Denpasar”.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut diatas maka, dapat diidentifikasi masalah penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagaimana Efektivitas Konseling *Cognitive Behavioral* dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif dalam Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa Kelas X di SMK PGRI 5 Denpasar ?
2. Bagaimana Efektivitas Konseling *Cognitive Behavioral* dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas X di SMK PGRI 5 Denpasar.
3. Bagaimana Efektivitas Konseling *Cognitive Behavioral* dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif secara simultan dalam Meningkatkan Disiplin Belajar Dan Motivasi Belajar Siswa Kelas X di Smk PGRI 5 Denpasar ?

1.5 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan yang diharapkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Menganalisis dan mendeskripsikan Efektivitas Konseling *Cognitive Behavioral* dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif secara simultan dalam Meningkatkan Disiplin Belajar Dan Motivasi Belajar Siswa Kelas X di SMK PGRI 5 Denpasar
2. Menganalisis dan mendeskripsikan Efektivitas Konseling *Cognitive Behavioral* dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif secara simultan dalam Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa Kelas X di SMK PGRI 5 Denpasar
3. Menganalisis dan mendeskripsikan Efektivitas Konseling *Cognitive Behavioral* dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif secara simultan dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas X di SMK PGRI 5 Denpasar

1.6 Manfaat Penelitian

Dari hasil penelitian ini diharapkan memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis
 - a. Diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan tentang peran Guru Pembimbing dalam meningkatkan disiplin dan motivasi belajar siswa dalam mengikuti proses kegiatan pembelajaran dengan pendekatan Kognitif Behavioral pada Kelas X Sekolah Menengah Kejuruan PGRI 5 Denpasar.
 - b. Dapat dijadikan sebagai bahan rujukan bagi peneliti selanjutnya pada kajian yang sama namun pada ruang lingkup yang cakupannya mendalam dan lebih luas terhadap efektivitas Kognitif Behavioral dalam meningkatkan disiplin

belajar dan motivasi belajar siswa.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi peneliti, sebagai bukti untuk menelusuri sejauh mana peran Guru Pembimbing dapat dimanfaatkan keberadaanya untuk mengatasi permasalahan siswa pada Kelas X Sekolah Menengah Kejuruan PGRI 5 Denpasar, khususnya untuk meningkatkan disiplin dan motivasi belajar siswa.
- b. Bagi Sekolah, sebagai bahan masukan untuk menyusun program layanan bimbingan dan konseling di sekolah.
- c. Bagi guru pembimbing sebagai acuan layanan bimbingan dan konseling dalam membantu mengatasi rendahnya disiplin belajar siswa dan motivasi belajar siswa dalam mengikuti proses kegiatan pembelajaran di Sekolah.
- d. Bagi siswa, dapat dijadikan sebagai wawasan, pemahaman dalam mengarahkan dirinya dan cara menangani masalah yang di alami setelah diberikan layanan tersebut oleh guru pembimbing di sekolah.

