

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Keberhasilan pembangunan serta perkembangan sebuah negara sangat dipengaruhi oleh peran pendidikan yang begitu signifikan. Sejalan dengan dinamika perkembangan era modern, pendidikan tidak hanya dipandang sebagai kebutuhan dasar masyarakat Indonesia, tetapi juga berfungsi sebagai sarana untuk mengoptimalkan pengembangan potensi peserta didik. Kondisi tersebut sejalan dengan ketentuan yang tercantum dalam Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional. Pada Pasal 1 Ayat 1 dijelaskan bahwa pendidikan merupakan upaya yang dilakukan secara sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar serta proses pembelajaran yang memungkinkan peserta didik berperan aktif dalam mengembangkan potensi yang dimilikinya. Selain itu, Pasal 3 menegaskan bahwa pendidikan nasional bertujuan untuk mengembangkan kemampuan peserta didik sekaligus membentuk karakter dan peradaban bangsa yang bermartabat. Melalui pendidikan, peserta didik diharapkan menjadi pribadi yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, demokratis, serta memiliki rasa tanggung jawab.

Salah satu faktor utama yang berkontribusi terhadap keberhasilan pencapaian tujuan pendidikan adalah pelaksanaan kegiatan pembelajaran. Kegiatan tersebut merupakan proses interaksi edukatif antara guru dan peserta didik yang dirancang untuk memfasilitasi pengembangan potensi serta kemampuan peserta

didik secara optimal. Dalam kondisi yang ideal, proses pembelajaran tidak hanya berlangsung secara satu arah, melainkan juga mampu menumbuhkan partisipasi aktif peserta didik dalam kegiatan pembelajaran. Peserta didik diharapkan mempunyai semangat dalam belajar, menunjukkan kedisiplinan selama mengikuti pembelajaran, berperan aktif dalam proses belajar, mampu mengajukan pertanyaan, menyelesaikan tugas dengan baik, serta menunjukkan usaha yang maksimal dalam mencapai tujuan pembelajaran (Sanjani, 2020). Keberhasilan proses pembelajaran tidak hanya ditentukan oleh metode pembelajaran yang diterapkan oleh guru, tetapi juga dipengaruhi oleh motivasi belajar yang dimiliki oleh peserta didik.

Motivasi belajar dapat diartikan sebagai kekuatan yang berasal dari dalam diri maupun lingkungan sekitar yang mendorong peserta didik untuk melaksanakan aktivitas belajar dalam rangka mencapai tujuan pembelajaran (Handayani, 2019). Motivasi belajar memiliki peran yang sangat penting dalam menentukan keterlibatan, antusiasme, serta ketekunan siswa selama pembelajaran. Tingkat motivasi belajar yang tinggi pada peserta didik berpengaruh terhadap meningkatnya partisipasi dan keterlibatan mereka dalam proses pembelajaran sehingga kegiatan belajar dapat berlangsung secara lebih efektif. Peserta didik tersebut juga lebih cenderung fokus saat menerima materi, mampu menyelesaikan tugas dengan baik, serta tetap berupaya ketika menghadapi kesulitan dalam belajar. Sebaliknya, peserta didik dengan motivasi belajar yang rendah cenderung memperlihatkan perilaku yang pasif, kurang berkonsentrasi, serta lebih mudah putus asa, kurang disiplin, dan kurang terlibat dalam kegiatan pembelajaran (Prihatini, 2018). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa motivasi belajar merupakan salah satu faktor yang sangat berperan dalam mendukung pencapaian tujuan pembelajaran.

Sejumlah studi empiris yang dilakukan pada jenjang Sekolah Menengah Pertama (SMP) menunjukkan bahwa tingkat motivasi belajar siswa kelas VIII masih bervariasi. Hasil penelitian yang dilaksanakan di SMP Negeri 1 Yogyakarta menemukan bahwa sebanyak 2% siswa berada pada kategori motivasi belajar rendah, sedangkan 20% termasuk dalam kategori sedang (Baskoro & Setyadi, 2023). Penelitian lain di SMP Negeri 1 Sukowono mengungkapkan bahwa 56,1% siswa mengalami permasalahan motivasi belajar yang rendah (Rizki et al., 2023). Kondisi yang lebih mengkhawatirkan ditemukan pada penelitian di SMP Negeri 2 Cicalengka, yang menunjukkan bahwa 68% siswa memiliki motivasi belajar rendah dan 28% berada pada kategori sedang (Pathonah & Siddik, 2024). Temuan serupa juga diperoleh dari SMP PGRI 1 Cianjur, di mana 15% siswa termasuk kategori motivasi rendah dan sebagian besar lainnya, yaitu 73%, berada pada kategori sedang (Nurasiah et al., 2022). Dengan demikian, berbagai hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa permasalahan motivasi belajar masih menjadi isu yang perlu mendapat perhatian pada jenjang SMP.

Informasi yang diperoleh melalui wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling (BK) di SMP Negeri 1 Singaraja pada tanggal 10 Oktober 2025 menunjukkan bahwa tingkat motivasi belajar siswa kelas VIII berada dalam kondisi yang bervariasi, mulai dari kategori rendah hingga tinggi. Rendahnya motivasi belajar yang dimiliki peserta didik sering kali ditunjukkan melalui minimnya keterlibatan dalam proses pembelajaran, kebiasaan menunda penyelesaian tugas yang diberikan, serta mudah putus asa ketika menghadapi kesulitan dalam proses belajar. Guru BK menyampaikan bahwa kondisi tersebut dipengaruhi oleh berbagai faktor yang berasal dari dalam maupun luar diri peserta didik. Faktor internal

meliputi rendahnya ketertarikan terhadap kegiatan belajar, kurangnya keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri, serta adanya pola pikir irasional mengenai kemampuan yang dimiliki. Adapun faktor eksternal meliputi pengaruh lingkungan pertemanan, penerapan metode pembelajaran yang kurang beragam, serta kondisi kelas yang kurang mendukung proses belajar secara optimal.

Guna mengatasi persoalan tersebut, pihak Guru BK sebenarnya telah mengupayakan berbagai macam program bantuan, mulai dari layanan klasikal, bimbingan kelompok, hingga konseling baik secara berkelompok maupun individual. Program-program ini dinilai cukup berhasil menyadarkan sebagian siswa akan pentingnya edukasi serta membantu membenahi pola belajar mereka. Meski begitu, masih terdapat sejumlah siswa yang belum memperlihatkan progres motivasi yang memuaskan. Pihak Guru BK mengidentifikasi bahwa hambatan ini terjadi karena siswa bersangkutan memendam keyakinan irasional terhadap kemampuan akademik dan pengalaman belajar sebelumnya. Dampaknya, bentuk layanan BK yang bersifat umum belum mampu mengintervensi aspek kognitif secara mendalam yang membelenggu motivasi belajar siswa tersebut.

Keterangan dari Guru BK tersebut selaras dengan hasil observasi yang ditemukan peneliti pada saat melakukan proses pembelajaran pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Singaraja selama bulan Oktober 2025. Dari pengamatan yang dilakukan, terlihat jelas bahwa tingkat partisipasi siswa di tiap-tiap kelas belum merata. Gambaran umum mengenai hasil observasi tersebut dipaparkan pada tabel di bawah ini:

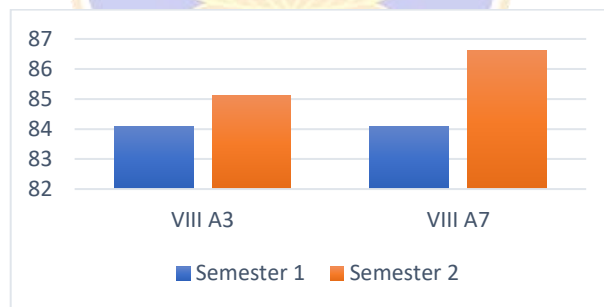
Tabel 1.1  
Hasil Observasi Proses Pembelajaran

Aspek Observasi	Temuan
Perhatian siswa pada saat pembelajaran	Terdapat siswa yang kurang memperhatikan penjelasan guru.
Partisipasi dalam pembelajaran	Terdapat siswa yang bersikap pasif.
Perilaku belajar	Terdapat siswa yang menunda tugas dan kurang fokus.
Respon terhadap kesulitan belajar	Sebagian siswa mudah menyerah ketika menghadapi materi sulit.
Keterlibatan dalam kelas	Terdapat siswa yang bermain dengan teman sebangku dan tidak mengikuti pembelajaran secara optimal.

Hasil observasi tersebut diperkuat melalui wawancara dengan siswa kelas VIII A10 yang dilaksanakan pada tanggal 20 Oktober 2025. Siswa menyampaikan bahwa motivasi belajar mereka meningkat ketika materi pembelajaran disampaikan secara jelas, mudah dipahami, dan menggunakan metode pembelajaran yang menarik. Sebaliknya, motivasi belajar cenderung menurun ketika siswa menghadapi materi atau tugas yang dianggap sulit. Beberapa siswa menyampaikan bahwa mereka merasa tidak mampu memahami materi pelajaran, meragukan kemampuan dirinya dalam menyelesaikan tugas, serta berpikir bahwa usaha belajar yang dilakukan tidak akan memberikan hasil yang baik. Pola pikir tersebut memunculkan perasaan malas, bosan, cemas, dan kurang percaya diri, yang kemudian ditunjukkan melalui perilaku belajar yang kurang adaptif, seperti menunda pengerjaan tugas, belajar hanya menjelang ujian, bersikap pasif selama pembelajaran, dan menghindari materi yang dianggap sulit. Kondisi tersebut menunjukkan adanya kecenderungan pola pikir irasional dalam memaknai kemampuan diri dan proses belajar.

Sebagai penguat dari hasil wawancara dan observasi di lapangan, peneliti menyertakan data kuantitatif dari dua kelas yang berupa perbandingan nilai rata-

rata mata pelajaran Matematika siswa kelas VIII A3 dan VIII A7 ketika masih berada di kelas VII, berdasarkan rekomendasi dari guru Bimbingan dan Konseling (BK). Secara teoritis, peserta didik yang memiliki motivasi belajar yang tinggi umumnya menunjukkan ketekunan, konsistensi, serta tingkat keterlibatan yang lebih besar dalam kegiatan akademik. Kondisi tersebut pada akhirnya dapat meningkatkan peluang mereka untuk mencapai prestasi belajar yang optimal (Sitorus et al., 2024). Sebaliknya, peserta didik yang memiliki motivasi belajar rendah cenderung memperlihatkan sikap abai terhadap materi, rendahnya daya tahan dalam merampungkan tugas, minimnya kontribusi di kelas, serta adanya intensi untuk menjauhi tantangan akademik, yang mana akumulasi dari perilaku tersebut berisiko memicu kemerosotan hasil belajar mereka. Atas dasar pertimbangan tersebut, nilai akademik ini diintegrasikan sebagai data sekunder guna memperjelas sekaligus melengkapi pemahaman mengenai motivasi belajar siswa yang menjadi subjek utama dalam penelitian ini.

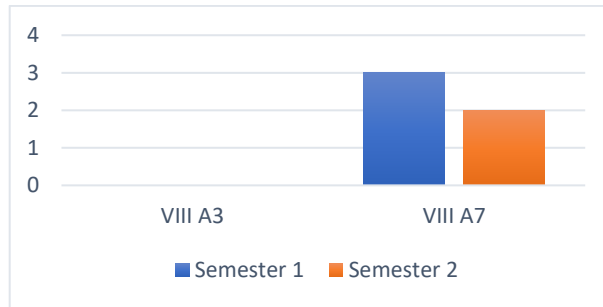


Gambar 1.1  
Perbandingan Nilai Rata-Rata Matematika  
(Sumber: Dokumentasi Nilai Mata Pelajaran Matematika Siswa Kelas VII Semester 1 dan Semester 2 Tahun Ajaran 2024/2025)

Melalui sajian grafik tersebut, dapat dicermati bahwa rerata nilai pada mata pelajaran Matematika untuk siswa kelas VIII A3 dan VIII A7 menunjukkan peningkatan yang positif dari semester ganjil ke semester genap sewaktu mereka berada di kelas VII. Adanya kenaikan ini mengindikasikan bahwa terdapat progres

dalam capaian akademis peserta didik di kedua kelas tersebut. Walaupun performa hasil belajar tidak bisa dijadikan tolok ukur tunggal untuk mendefinisikan tinggi atau rendahnya tingkat motivasi belajar, rekam jejak angka ini setidaknya memberikan sinyal bahwa siswa mengalami pertumbuhan dalam ranah kognitif mereka. Fakta tersebut menjadi penguat guna melengkapi temuan dari sesi wawancara serta pengamatan lapangan terkait kondisi motivasi belajar siswa. Asumsi ini bertumpu pada teori bahwa motivasi dalam belajar merupakan salah satu elemen penting yang turut menyumbang keberhasilan siswa dalam meraih prestasi, meski di sisi lain disadari bahwa hasil belajar juga dikondisikan oleh variabel lain seperti talenta akademik, strategi instruksional guru, kondisi kelas, hingga afirmasi sosial di sekeliling siswa (Sitorus et al., 2024).

Selain capaian akademik, aspek kehadiran siswa juga digunakan sebagai data pendukung untuk melengkapi informasi mengenai kondisi motivasi belajar siswa. Kehadiran siswa dalam mengikuti kegiatan pembelajaran dapat memberikan gambaran mengenai tingkat partisipasi dan keterlibatan siswa di sekolah. Meskipun data kehadiran tidak dapat digunakan sebagai satu-satunya untuk menentukan tingkat motivasi belajar siswa, pola kehadiran dapat menjadi salah satu informasi dalam memahami keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran. Kristiani dan Pahlevi (2021) menyatakan bahwa kehadiran siswa memiliki keterkaitan dengan partisipasi siswa dalam kegiatan belajar sehingga dapat digunakan sebagai data pendukung dalam mengidentifikasi kondisi belajar siswa secara umum.



Gambar 1. 1  
Perbandingan Jumlah Alpa Kelas VIII A3 dan VIII A7  
(Sumber: Dokumentasi Data Kehadiran Siswa Kelas VII Semester 1 dan Semester 2 di SMP Negeri 1 Singaraja Tahun Ajaran 2024/2025)

Berdasarkan grafik tersebut, diketahui bahwa kelas VIII A3 tidak menunjukkan adanya ketidakhadiran tanpa keterangan, sedangkan pada kelas VIII A7 masih ditemukan siswa yang tidak hadir tanpa keterangan pada kedua semester. Data tersebut menunjukkan adanya perbedaan pola kehadiran siswa pada masing-masing kelas. Meskipun ketidakhadiran siswa dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor dan tidak secara langsung menunjukkan tingkat motivasi belajar siswa, data kehadiran ini dapat memberikan informasi tambahan mengenai keterlibatan siswa dalam mengikuti kegiatan pembelajaran di sekolah. Oleh karena itu, data kehadiran digunakan sebagai data pendukung untuk melengkapi hasil wawancara dan observasi dalam memahami kondisi motivasi belajar siswa pada kelas yang menjadi subjek penelitian.

Kesimpulan yang diperoleh dari sesi wawancara bersama guru BK, pengamatan langsung di kelas, diskusi bersama siswa, serta penelaahan data pelengkap berupa nilai akademis dan absensi mengonfirmasi bahwa rendahnya motivasi belajar siswa dipicu oleh kombinasi faktor internal dan eksternal. Kendati demikian, aspek kognitif yang menjadi bagian dari ranah internal teridentifikasi sebagai determinan yang paling dominan. Gejala ini ditunjukkan lewat kecenderungan siswa dalam memberikan penilaian negatif terhadap kemampuan

diri maupun aktivitas akademik mereka, seperti menganggap materi pelajaran terlalu rumit, merasa tidak kompeten, serta bersikap skeptis terhadap hasil dari kerja keras mereka sendiri. Pola pikir yang keliru inilah memunculkan respons emosional yang buruk dan bermuara pada tindakan belajar yang tidak adaptif.

Jika ditinjau dari sudut pandang konseling kognitif behavior, corak perilaku yang diekspresikan oleh seseorang sangat ditentukan oleh cara pandang atau sistem keyakinan individu tersebut dalam merespons sebuah peristiwa. Hadirnya distorsi kognitif yang terjadi secara repetitif berisiko mengkonversi stabilitas emosi serta tindakan individu ke arah yang kurang adaptif (Dharsana et al., 2020). Di antara ragam distorsi kognitif yang kerap mendera siswa bermotivasi rendah ialah *overgeneralization* (misalnya beranggapan, “saya pasti gagal terus”), *labelling* (seperti melabeli diri, “saya anak malas”), dan *mind reading* (contohnya berasumsi, “guru itu sentimen kepada saya”). Eksistensi maladaptif kognitif tersebut mempertegas adanya jeratan pola pikir irasional yang secara nyata menghambat laju motivasi belajar peserta didik (Mahardika, 2023).

Motivasi belajar dalam perspektif konseling kognitif behavior dapat dipandang sebagai hasil dari proses berpikir individu terhadap pengalaman belajar yang dialami. Siswa yang memiliki pola pikir irasional terhadap kemampuan dirinya cenderung menunjukkan motivasi belajar rendah karena memandang dirinya tidak mampu menghadapi tuntutan pembelajaran. Oleh karena itu, perubahan perilaku belajar perlu diawali dengan perubahan pola pikir yang mendasarinya.

Menyikapi realitas tersebut, intervensi melalui layanan bimbingan dan konseling sangat penting. Layanan ini tidak boleh sekedar berorientasi pada

pembenahan tindakan belajar siswa, melainkan harus mampu membimbing mereka merombak sistem keyakinan irasional yang menjadi akar dari rendahnya motivasi belajar. Adapun salah satu alternatif solusi yang dinilai relevan untuk diimplementasikan ialah pendekatan konseling kognitif behavior dengan mengintegrasikan teknik restrukturisasi kognitif.

Alasan mendasar dipilihnya konseling kognitif behavior dalam penelitian ini karena kerangka kerjanya secara spesifik menitikberatkan pada keterkaitan antara aspek kognisi, afeksi, dan perilaku. Karakteristik pendekatan ini sangat sejalan dengan problematika yang dihadapi siswa, di mana rendahnya motivasi belajar mereka dipicu oleh distorsi kognitif, yang kemudian memperburuk kondisi emosional serta tindakan belajar mereka di sekolah. Di dalam rumpun pendekatan ini, teknik restrukturisasi kognitif diaplikasikan sebagai teknik utama yang ditargetkan untuk melatih individu dalam mengidentifikasi, mengevaluasi, serta mengganti pemikiran-pemikiran irasional tersebut ke arah yang lebih rasional, objektif, dan adaptif (Natalia et al., 2022).

Dalam konteks pendidikan, teknik restrukturisasi kognitif membantu siswa untuk lebih sadar terhadap cara mereka menafsirkan situasi belajar yang dihadapi. Melalui proses ini, siswa dilatih untuk meninjau kembali pemikiran yang kurang mendukung dan mempertimbangkan alternatif cara berpikir yang lebih adaptif. Perubahan cara pandang tersebut diharapkan dapat mendorong siswa dalam membentuk emosi dan sikap yang lebih positif terhadap proses pembelajaran sehingga motivasi belajar dapat meningkat secara bertahap.

Hasil berbagai studi sebelumnya menunjukkan bahwa penerapan pendekatan kognitif behavior yang disertai teknik restrukturisasi kognitif mampu

memberikan dampak yang baik dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik. Adi et al. (2022) mengungkapkan bahwa intervensi berbasis kognitif behavior dengan teknik restrukturisasi kognitif terbukti mampu meningkatkan motivasi belajar peserta didik di satuan pendidikan kejuruan di Yogyakarta. Penelitian lainnya juga mengindikasikan bahwa pendekatan tersebut dapat membantu mengoptimalkan motivasi belajar siswa melalui perubahan pola pikir yang kurang rasional (Setyorini et al., 2024).

Berdasarkan uraian tersebut, upaya yang dipandang mampu menjadi solusi dalam mengatasi rendahnya motivasi belajar siswa yakni melalui implementasi layanan berbasis pendekatan kognitif behavior dipadukan dengan penggunaan teknik restrukturisasi kognitif. Atas dasar tersebut, peneliti berupaya menelaah secara komprehensif efektivitas pendekatan kognitif behavior dengan teknik restrukturisasi kognitif tersebut sebagai upaya peningkatan motivasi belajar peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Singaraja..

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Merujuk pada latar belakang masalah yang telah diuraikan, dapat dirumuskan beberapa permasalahan yang teridentifikasi sebagai berikut:

1. Terdapat perbedaan tingkat motivasi belajar siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Singaraja yang terlihat dari tingkat keaktifan serta partisipasi peserta didik dalam kegiatan pembelajaran.
2. Kondisi rendahnya motivasi belajar siswa berhubungan dengan munculnya pola pikir irasional terkait kemampuan diri serta pelaksanaan proses belajar.

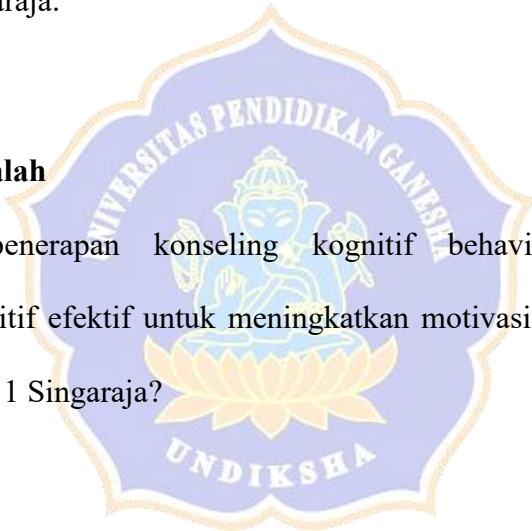
3. Pemberian layanan bimbingan konseling yang belum optimal dalam menyentuh aspek kognitif yang mendasari rendahnya motivasi belajar siswa.

### **1.3 Pembatasan Masalah**

Merujuk pada hasil identifikasi masalah, penelitian ini dibatasi pada analisis efektivitas konseling kognitif behavior dengan teknik restrukturisasi kognitif dalam layanan konseling kelompok untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik kelas VIII yang berada pada kategori sangat rendah hingga sedang di SMP Negeri 1 Singaraja.

### **1.4 Rumusan Masalah**

Apakah penerapan konseling kognitif behavior dengan teknik restrukturisasi kognitif efektif untuk meningkatkan motivasi belajari siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Singaraja?



### **1.5 Tujuan Penelitian**

Untuk menguji efektivitas konseling kognitif behavior dengan teknik restrukturisasi kognitif untuk meningkatkan motivasi belajar siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Singaraja.

### **1.6 Manfaat Hasil Penelitian**

Adapun manfaat yang diharapkan dari hasil penelitian ini, yaitu sebagai berikut.

### **1.6.1 Manfaat Teoritis**

Studi ini diharapkan mampu memberikan kontribusi terhadap pengembangan bidang bimbingan dan konseling, terutama dalam implementasi konseling kognitif behavior dengan teknik restrukturisasi kognitif untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik SMP. Di samping itu, penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan empiris terkait hubungan antara pola pikir irasional dengan motivasi belajar siswa.

### **1.6.2 Manfaat Praktis**

#### **a. Manfaat bagi Guru Bimbingan dan Konseling**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi guru BK dalam merancang layanan konseling menggunakan pendekatan konseling kognitif behavior dengan teknik restrukturisasi kognitif untuk membantu meningkatkan motivasi belajar siswa.

#### **b. Manfaat bagi Siswa**

Penelitian ini diharapkan dapat membantu siswa mengidentifikasi, mengevaluasi, dan mengubah pola pikir irasional yang menghambat proses belajar sehingga siswa mampu mengembangkan motivasi belajar yang lebih adaptif.

#### **c. Manfaat bagi Penulis**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sarana bagi peneliti untuk menambah pengalaman dan memperluas wawasan dalam penerapan konseling kognitif behavior dengan teknik restrukturisasi kognitif dalam upaya meningkatkan motivasi belajar siswa.