

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Proses pembelajaran dilihat dari interaksi guru dengan siswa didalam kelas, sebagian siswa memiliki karakter disiplin dalam aturan di lingkungan sekolah, masyarakat dan keluarga serta dapat mengikuti petunjuk yang disampaikan. Sebaliknya siswa masih tidak bisa disiplin dalam aturan di lingkungan sekolah, masyarakat dan keluarga serta tidak dapat mengikuti petunjuk yang disampaikan seperti contoh yang ada di lingkungan sekolah yaitu sering melanggar aturan yang ada di sekolah meliputi datang terlambat, tidak mengerjakan tugas dengan baik, melanggar atribut sekolah, adapun di lingkungan masyarakat masih banyak yang melanggar aturan lalu lintas, melanggar aturan-aturan yang ditetapkan di masyarakat.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara di kelas penelitian yaitu X SMK Negeri 1 Singaraja beberapa siswa dalam sehari-harinya di sekolah dalam proses pembelajaran menunjukkan karakter mampu mengikuti aturan seperti berpakaian dengan rapi, datang tepat waktu, mengikuti pembelajaran dengan tertib dan disiplin. Dari kelas yang peneliti amati terdapat siswa yang belum memiliki karakter self defference seperti tidak mengikuti aturan meliputi tidak berpakaian dengan rapi, datang tidak tepat waktu, tidak mengikuti pembelajaran dengan tertib dan disiplin.

Apabila gejala-gejala yang ditunjukkan oleh siswa dibiarkan begitu saja maka akan berdampak kurang baik dalam proses belajar. Untuk dapat mengintervensi fenomena tersebut peneliti memilih dua pendekatan yaitu Pendidikan, dan Bimbingan dan Konseling. Dari kedua pendekatan tersebut peneliti memilih pendekatan Bimbingan dan konseling. Dimana salah satu upaya untuk membantu siswa dalam menghadapi suatu permasalahan yang terkait dengan self defference rendah adalah melalui layanan konseling kognitif behavioral dengan teknik restrukturisasi pikiran sehingga digunakanlah konseling kognitif behavioral dengan teknik restrukturisasi pikiran yang bertujuan untuk membantu siswa dalam meningkatkan self defference. Peneliti memilih teknik restrukturisasi pikiran karena pemikiran adalah inti dari perubahan perilaku, yang dimana diharapkan agar konseli dapat mengubah pemikiran yang negatif menjadi pemikiran positif dan menjadikan konseli lebih baik.

Berdasarkan fenomena- fenomena diatas disebut dengan self defference, apabila gejala-gejala yang ditunjukkan oleh siswa dibiarkan begitu saja maka akan berdampak kurang baik dalam proses belajar. Semua itu disebabkan karena kurangnya pemahaman terkait self defference.

Menurut (Dharsana, 2016) Self defference adalah karakteristik yang mentaati aturan sehingga menjadi kebiasaan yang baik serta menerima saran dari orang lain dan mengikuti petunjuk-petunjuk yang

ada. Dari definisi tersebut mengandung 3 indikator yaitu : 1) mematuhi aturan, 2) menerima saran-saran dari orang lain, 3) dapat mengerjakan sesuatu sesuai dengan petunjuk.

Menurut Murray self defference (def) dalam (Dharsana, 2016) adalah adanya kemauan untuk menyesuaikan diri mengikuti perintah atau aturan serta mampu menerima saran dan mengikuti petunjuk- petunjuk.

Berdasarkan pendapat di atas maka peneliti memilih dari ahli Dharsana yang berbunyi bahwa self defference adalah karakteristik untuk mematuhi aturan dan menerima saran serta melaksanakan petunjuk-petunjuk yang berlaku. Indikator dalam self defference ialah : 1) mentaati perintah aturan, 2) Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain, 3) dapat mengerjakan sesuai dengan petunjuk..

Upaya yang dilakukan untuk bisa mengintervensi self defference dapat dilakukan dengan beberapa pendekatan yaitu : (1) Pendidikan dan pelatihan (2) Bimbingan dan konseling. Dari kedua pendekatan tersebut peneliti memilih pendekatan bimbingan dan konseling karena untuk mengintervensi self defference karena bimbingan konseling memiliki konsep, tahapan-tahapan, proses dan teknik untuk mengintervensi.

Menurut (Dharsana, 2017) bimbingan adalah bantuan yang diberikan kepada individu (peserta didik) agar dengan potensi yang dimiliki mampu mengembangkan diri secara optimal dengan jalan memahami diri, memahami lingkungan, mengatasi hambatan guna menentukan rencana masa depan yang lebih baik.

Menurut Prayitno, Bimbingan adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh orang yang ahli kepada seseorang atau beberapa individu, baik anak-anak, remaja, atau orang dewasa agar orang yang dibimbing dapat mengembangkan kemampuan dirinya sendiri dan mandiri dengan memanfaatkan kekuatan individu dan sarana yang ada dapat dikembangkan berdasarkan norma-norma yang berlaku (Dharsana, 2017).

Prayitno dan Erman Amti (1994), mengungkapkan bahwa bimbingan adalah untuk membantu setiap individu untuk lebih mengenali berbagai informasi tentang dirinya sendiri (Dharsana, 2017).

Tiga pendapat ahli diatas menunjukkan bahwa bimbingan adalah proses pemberian bantuan yang diberikan seseorang yang ahli kepada individu (peserta didik) agar dapat mengembangkan potensi yang dimilikinya, memahami diri dan lingkungannya serta dapat menemukan solusi dari permasalahannya.

Konseling adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh seorang konselor kepada konseli yang dimana konseli bertatap muka langsung sehingga dapat teratasi masalah pada dirinya(Dharsana, 2016).

Jadi pengertian bimbingan dan konseling yaitu suatu proses bantuan yang diberikan oleh konselor kepada konseli agar konseli mampu mengembangkan potensi yang dimilikinya, memahami diri dan lingkungannya, serta mampu menyelesaikan masalah yang dihadapinya.

Tujuan bimbingan konseling bertujuan untuk sebagai bantuan

yang diberikan kepada individu agar individu tersebut dapat mengerti dirinya dan lingkungannya, mampu memilih, memutuskan, dan merencanakan hidupnya secara bijaksana, mampu mengembangkan kemampuan dan kesanggupannya secara maksimal, dapat memecahkan masalah yang dihadapi secara bijaksana, serta mampu memahami dan mengarahkan diri dalam bertindak serta bersikap sesuai dengan tuntutan dan keadaan lingkungannya.

Self Defference dapat diintervensi dengan berbagai Teori Konseling diantaranya yaitu : (1) Teori Konseling Behavioral Bf Skinner, (2) Teori Psikoanalitik Sigmund Freud, (3) Teori Konseling Self Adler, (4) Teori Konseling Kelompok Psikodinamika dalam Teori Asumsi Melanie Klien, (5) Teori Konseling yang Berpusat pada Pribadi oleh Carl Roger, (6) Teori Konseling Gestalt Fritz Perls, (7) Teori Analisis Transaksional Eric Berne, (8) Teori Reality Counseling (William Glasser), (9) Teori Motivasi Manusia "Maslow's", (10) Teori Logo Konseling Victor Frakl, (11) Teori Konseling Kognitif (Aaron Beck), (12) Teori Melatih Konseling Tingkah Laku (13) Teori Konseling Kognitif Behavioral (Aaron Beck), (14) Teori Kognitif Sosial (Albert Bandura), (15) Teori Rasional Emotive Behavioral Counseling (Albert Ellis), (16) Teori Kosepsi Georgy Kelly, (17) Teori Eklecticism, (18) Teori Personologi Murray, (19) Teori Pemilihan jabatan Jhon L. Holland, Teori Perkembangan Karir dan Perkembangan Hidup (Super) Teori Pemilihan Jabatan atau Karir Anne Roe, (22) Teori Perkembangan Karir

oleh Ginzberg dan Konseling Karir Trait and Faktor.

Dari teori-teori konseling diatas maka peneliti akan menggunakan teori konseling Kognitif Behavioral oleh Aaron Beck untuk mengintervensi self defference yang mempunyai kelemahan dan kelebihan serta memenuhi syarat yang memiliki konsep, tahapan-tahapan, proses dan teknik untuk mengintervensi self defference.

Berdasarkan latar belakang di atas peneliti mengambil judul “Efektivitas Konseling Kognitif Behavioral Dengan Teknik Restrukturisasi Pikiran Untuk Meningkatkan Self Defference Siswa”

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Dari latar belakang yang telah dipaparkan diatas, peneliti memberikan identifikasi masalah yang akan menjadi bahan penelitian adalah:

1) Bahwa terdapat beberapa siswa yang mengalami self defference yang rendah di kelas di SMK Negeri 1 Singaraja dengan gejala perilaku seperti tidak mampu mengikuti aturan dan perintah, datang terlambat, bolos, melanggar atribut sekolah dan tidak menyelesaikan tugas tepat waktu.

## **1.3 Pembatasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah di uraikan dan mengingat terbatasnya waktu, materi, dana serta kemampuan penelitian serta pembatasan masalah ini dilakukan agar peneliti lebih fokus dan memperoleh hasil yang optimal. Maka penelitian ini terbatas pada:

- 1) Subjek penelitian ini terbatas pada pemberian konseling kognitif behavioral dengan teknik restrukturisasi pikiran untuk meningkatkan self defference siswa kelas X di SMK N 1 Singaraja.

#### **1.4 Rumusan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah secara operasional permasalahan yang akan diteliti dapat dirumuskan sebagai berikut:

- 1) Apakah terdapat perbedaan self defference siswa yang diberikan konseling kognitif behavioral dengan teknik restrukturisasi dengan siswa yang tidak diberikan konseling kognitif behavioral dengan teknik restrukturisasi siswa?
- 2) Apakah konseling kognitif behavioral teknik restrukturisasi pikiran efektif untuk meningkatkan self defference siswa kelas X di SMK N 1 Singaraja?

#### **1.5 Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan dari dilaksanakannya penelitian ini yaitu untuk mengetahui efektivitas konseling kognitif behavioral dengan teknik restrukturisasi yaitu:

- 1) Untuk mengetahui perbedaan self defference siswa yang diberikan konseling kognitif behavioral dengan teknik restrukturisasi pikiran dengan siswa yang tidak diberikan konseling kognitif behavioral dengan teknik restrukturisasi di SMK Negeri 1 Singaraja.
- 2) Untuk mengetahui efektivitas konseling kognitif behavioral

dengan teknik restrukturisasi pikiran dalam meningkatkan self defference siswa kelas X di SMK N 1 Singaraja.

### **1.6 Manfaat Penelitian**

Penulis ini mempunyai beberapa manfaat antara lain:

- 1) Manfaat Secara Teoritis
  - a. Informasi yang dihasilkan melalui penelitian ini diharapkan dapat menjadikan acuan menjadi lebih baik dalam bidang pendidikan khususnya bimbingan konseling untuk meningkatkan kebiassaan displin siswa.
  - b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat member rangsangan bagi penulis lain untuk meneliti lebih jauh dan mendalam terutama mengenai masalah-masalah yang belum terjangkau dalam penelitian ini.
  - c. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat memberi pemahaman terkait efektivitas konseling kognitif behavioral dengan teknik restrukturisasi untuk meningkatkan self defference siswa kelas X PH C SMK Negeri 1 Singaraja.
- 2) Manfaat Secara Praktis
  - a. Bagi Guru Pembimbing

Bagi guru pembimbing di sekolah tentu ini akan menjadi suatu cara dalam mengatasi permasalahan siswa, terutama pada permasalahan yang menyangkut permasalahan siswa.
  - b. Bagi Peneliti



Bagi peneliti sendiri manfaat yang dapat dirasakan yaitu semakin bertambahnya wawasan peneliti , dan dapat terselesaikannya tugas akhir penulis, yang merupakan syarat utama dalam menyelesaikan studi S1.

c. Bagi Peneliti Lain

Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan pustaka (refrensi) bagi peneliti lain dalam meningkatkan atau menambah wawasan.

