

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan suatu usaha dalam membina dan mengembangkan kepribadian seseorang baik rohani atau jasmani. Beberapa ahli juga menyebutkan bahwa pendidikan memiliki pengertian dimana adanya proses perubahan sikap dan tingkah laku seseorang atau sekelompok orang dalam mencapai pendewasaan diri melalui pengajaran dan latihan. Sehingga, dengan pendidikan tersebut dapat memberikan dampak yang positif bagi seseorang, juga dengan adanya pendidikan dapat memberantas buta huruf, memberikan keterampilan, dan kemampuan mental seseorang (Mahdiyah, 2019). Pada UU no. 20 tahun 2003 pendidikan yaitu suatu usaha dasar dan terencana dalam mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dalam dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat dan negara. Pendidikan faktor penting bagi maju mundurnya suatu kualitas masyarakat atau bangsa sangat bergantung pada pendidikan yang ada pada rakyat bangsa. Ki Hajar Dewantara sebagai bapak pendidikan Nasional Indonesia mengatakan pendidikan merupakan tuntutan dalam hidup tumbuhnya anak – anak,

adapun maksud dari pendidikan yaitu menuntun segala kodrat yang ada pada anak – anak agar mereka dapat mencapai keselamatan dan kebahagiaan (Zakky, 2020).

Pendidikan di Indonesia sekarang menganut sistem pendidikan nasional, sistem pendidikan tersebut banyak diadopsi baik dari sekolah negeri maupun sekolah swasta. Indonesia memiliki tiga jenjang pendidikan yaitu Pendidikan Dasar, Pendidikan Menengah, dan Pendidikan Tinggi. Indonesia mewajibkan bagi masyarakatnya untuk wajib belajar selama 12 tahun (Mahdiyah, 2019). Pendidikan di Indonesia khususnya di sekolah umum seperti SMP dan SMA siswa di bimbing oleh guru mata pelajaran umum dan guru BK (Bimbingan dan Konseling). Tiap sekolah di Indonesia baik tingkat SMP dan SMA memiliki satu bahkan lebih guru BK. Guru BK memiliki peran yang amat penting bagi dunia pendidikan, guru BK memiliki peran sebagai pembimbing atau pengampu dalam layanan yaitu untuk memotivasi para siswanya agar tidak mudah menyerah ketika siswa sedang mengalami suatu permasalahan, memberikan layanan informasi kepada siswa ketika para siswa memerlukan informasi, memberikan layanan bimbingan belajar seperti belajar kelompok atau tutor sebaya dan memberikan suatu layanan konseling atau pengarahan untuk siswa bila siswa tengah mengalami kebingungan dalam menentukan karier selanjutnya (Kompasiana, 2019). Keluarga, sekolah dan tenaga pendidikan memiliki peran yang amat penting bagi siswanya selama masa pertumbuhan para

siswanya karena siswa memiliki pertumbuhan yang berbeda beda sehingga, guru yang lebih lama menghabiskan waktu bersama siswa disekolah (Salameh, 2019). Karena tidak hanya pribadi siswa yang menjadi penyebab terjadinya permasalahan, kondisi sekolah dan sikap guru juga bisa menjadi pemicu masalah tersebut muncul, sehingga guru sebagai tenaga pendidik harus membuka diri untuk semua siswa tanpa syarat dalam membantu perkembangan para siswanya (Fauzi, 2020).

Guru BK di sekolah terkadang mengalami kesulitan dalam memilih model konseling yang tepat untuk membantu para siswa dalam menyelesaikan permasalahan yang dihadapi oleh siswanya. Sehingga, penelitian ini akan membuat buku panduan bagi guru BK di sekolah untuk membantu memberikan bimbingan konseling yang tepat khususnya dalam pengembangan model konseling *cognitive behavior*. Karena peran guru BK sendiri harus benar dan sungguh-sungguh menguasai bidangnya agar pelayanan yang diberikan kesiswa dapat terlaksana dan tersampaikan dengan benar sehingga para siswa dapat mengaplikasikan arahan dengan benar (Kompasiana, 2019). Guru BK juga memiliki cara dalam memberikan layanan kepada siswanya agar tersampai dengan benar, salah satunya menggunakan dapat menggunakan model konseling kepada siswanya yang mengalami permasalahan yaitu kurangnya atau rendahnya tanggung jawab. Banyak model konseling yang sering digunakan oleh guru BK salah satunya ada model konseling *cognitive behavior*, model konseling tersebut karena

sesuai untuk diterapkan pada remaja di sekolah (Karneli, 2018). Model konseling *cognitive behavior* merupakan suatu model konseling yang memiliki tujuan untuk merubah pikiran yang belum teramati dan negatif pada seseorang (Mahendra, 2019). Model konseling *cognitive behavior* memiliki berbagai macam keuntungan, model konseling ini dapat membuktikan diri sebagai pendekatan yang kapabel dalam menangani beragam masalah manusia menurut perseptif umumnya seperti perilaku merokok, depresi, permasalahan keluarga, gaya pengasuhan (*parenting*), permasalahan tingkahlaku sosial yaitu permasalahan kenakalan remaja (Iswara, 2015).

Konseling *cognitive behavior* ini didasarkan pada susunan cognitive seperti keyakinan dan strategi perilaku yang mengganggu (Wardani, 2018). Perilaku yang bermasalah pada seseorang memiliki mekanisme yang mendasari pemikiran yang distorsi dan difungsional sehingga mempengaruhi tindakannya (Gökkaya, 2017). Konseling *cognitive behavior* menekankan dari prilaku seseorang yang mana didasari dibentuk dan ditentukan oleh lingkungan dan perilakunya sendiri (Jayanthi, 2019). Keefektifan dari konseling *cognitive behavior* seperti hasil penelitian (Jannah, 2019) bagaimana konseling *cognitive behavior* dapat membantu siswa dalam menyelesaikan tanggung jawabnya mengerjakan soal dengan bersungguh-sungguh dalam proses penelitiannya dan mendapatkan hasil bahwa konseling *cognitive behavior* memang memiliki keefektifan dalam

membantu para siswa SMA ketika mengalami suatu kesulitan, permasalahan atau rintangan yang dialami di sekolah. Masalah lain yang dialami siswa SMA seperti juga halnya menjaga jarak, tidak dapat bergaul dengan teman dan bahkan menarik diri dari teman teman (Dharsana, 2020). Tujuan dari konseling *cognitive behavior* yakni pada proses konseling dapat memunculkan restrukturisasi *cognitive* dari perilaku menyimpang dan adanya sistem kepercayaan dalam perubahan emosi dan perilaku kearah yang diinginkan atau lebih baik karena konseling *cognitive behavior* juga mengurangi stress dan kecemasan pada seseorang (Khoshniyat, 2016). Sehingga konseling *cognitive behavior* ini dapat menjadi solusi dan membantu guru BK di sekolah ketika membantu para siswanya dalam memecahkan permasalahan hingga mengurangi kecemasan yang tengah dihadapi (Reiss, 2017). Pada model konseling *cognitive behavior* mengkombinasi teknik *cognitive* dan perilaku untuk membantu menyelesaikan permasalahan yang dihadapi seseorang dengan cara melakukan restrukturisasi *cognitive* yang artinya mengajak seseorang atau konseli untuk menentang pemikiran dan emosi yang salah dengan menampilkan suatu fakta atau bukti yang bertentangan dengan keyakinan konseli tersebut (Damayanti & Nurjannah, 2006).

Permasalahan yang kerap muncul dimasa pendidikan ini biasanya permasalahan yang kompleks pada diri siswa. Permasalahan kompleks muncul dari berbagai aspek antara lain yaitu bermasalah dengan guru,



masalah siswa dengan pelajar lain, dan juga masalah siswa dengan lingkungan sekolah (Iswara, 2015). SMA merupakan masa kritis mencari identitas diri dimana seseorang menginjak masa remaja. Salah satu contoh permasalahan yang kerap muncul pada masa sekolah khususnya ketika SMA yakni permasalahan tanggung jawab. Tanggung jawab merupakan sebuah sikap dalam seseorang dimana kesediaan menanggung segala akibat atau sanksi yang telah dituntutkan oleh kata hatinya, oleh lingkungan sekitar, bahkan norma-norma agama, melalui kerelaan dan komitmen. Tanggung jawab tidak muncul secara otomatis pada diri seseorang hal itu dikarenakan, penanaman dan pembinaan tanggung jawab ini bisa muncul pada seseorang seperti halnya seseorang dapat belajar bersikap tanggung jawab melalui hasil interaksi dengan orang tua, guru dan bahkan teman sebayanya (Ulfa, 2014).

Menurut Myers (dalam Desmita, 2008) ketika suatu kemampuan *cognitive* seseorang mencapai kematangan kebanyakan para remaja mulai memiliki pemikiran mengenai sesuatu yang diharapkan dan melakukan kritik terhadap lingkungan sekitar mereka baik sekolah maupun lingkungan rumah, orang tua dan terhadap kekurangan pada diri mereka. Para remaja umumnya juga mulai mempunyai konflik seperti dengan teman sebayanya, intimidasi, secara pribadi ataupun dimedia sosial, kekerasan bahkan sampai terpengaruh obat-obatan dan alkohol (Widiyarti, 2019). Seperti fenomena yang baru saja terjadi pada tahun 2019 dimana di Bali di hebohkan

beredarnya video porno di duga pemeran dalam video tersebut merupakan siswa SMA yang berada di Denpasar (Surya, 2019). Hal tersebut jelas bukan hal yang pantas dilakukan oleh remaja bahkan kedua remaja tersebut masih duduk di bangku sekolah, dimana para remaja tersebut mencerminkan perilaku tanggung jawab yang rendah. Karena para siswa tersebut tidak bisa mempertanggungkan perbuatannya dimana lingkungan sekitar, sekolah bahkan norma – norma agama yang ada dalam diri remaja tersebut tidak ada sampai berbuat hal yang tidak wajar di masa-masa yang seharusnya remaja tersebut bertanggung jawab untuk menyelesaikan pendidikan sekolahnya bukan berbuat yang tidak wajar seperti kasus membuat video porno bahkan menggunakan pakaian sekolah. Pemikiran bahkan hingga tindakan yang dilakukan siswa remaja ini sangat lah mencerminkan pemikiran dan pengaruh yang buruk baik untuk diri sendiri remaja dan lingkungan sekitarnya. Kurangnya rasa tanggung jawab pada diri siswa tersebut sehingga melakukan tindakan yang tidak terpuji tersebut.

Bentuk dari permasalahan dari kasus diatas memerlukan pemecahan yang tepat bagi siswa secara pribadi dalam mengatasi permasalahan yang dihadapi tersebut. Sebagai tenaga pendidik tentu harus bisa membantu siswanya menangani dengan tepat merubah pemikiran siswa yang salah kearah yang positif dengan tujuan siswa merasa sehat, bahagia baik secara fisik dan mental dengan menggunakan konseling *cognitive behavior* (Suranata, 2017). Jika hal tersebut dilakukan maka kemungkinan siswa

secara pribadi atau siswa dapat sendiri memahami permasalahan yang tengah dihadapi, siswa dapat juga menyelesaikan permasalahan tersebut dengan baik, dan siswa sendiri memiliki kemampuan menyesuaikan diri dalam menghadapi masalah atau mengahapi lingkungannya yang baru tanpa adanya kesulitan (Iswara, 2015).

Menurut Aaron T.Beck (dalam Corey, 2003) bahwa konseling *cognitive behavior* suatu pendekatan konseling yang dirancang untuk menyelesaikan permasalahan seseorang dengan cara restrukturisasi cognitive dan perilaku yang menyimpang. Karena konseling *cognitive behavior* memiliki orientasi pada tubuh dan perilaku (Hidayah, 2017a). Perasaan yang tidak nyaman dan pemikiran yang negatif dapat menyebabkan seseorang terbawa dalam permasalahan psikologis yang lebih serius seperti halnya, gangguan kecemasan bahkan hingga depresi. Konseling *cognitive behavior* ini menekankan pada perubahan *cognitive*, persepsi dalam membentuk emosi perilaku yang berfokus pada keadaan saat ini terkait dengan tekanan psikologis yang mendasari kesulitan dimasa lalu (Suranata, 2020). Persepsi dan pengalaman juga merupakan suatu proses aktif dimana melibatkan data inspektif dan instrospektif. Karena hal tersebut suatu tingkah laku seseorang yang tidak rasional diubah ke pemikiran yang irasional karena hal tersebut merupakan dasar dari konseling *cognitive behavior* (Hidayah, 2017b). Bila keyakinan tersebut tidak diubah, hal tersebut menyebabkan tidak adanya kemajuan dalam tingkah laku dan jika



keyakinan berubah secara otomatis tingkah laku seseorang akan berubah. Sehingga konseling *cognitive behavior* merupakan cara bagi seseorang dapat merasakan dan berperilaku untuk bagaimana dia mengartikan dunianya sendiri. Jadi konseling *cognitive behavior* salah satu konseling yang dapat digunakan di sekolah bagi terutama guru BK untuk membantu para remaja atau siswanya menyelesaikan dan meluruskan permasalahan yang tengah dialami para remaja di sekolahan seperti halnya perilaku rendahnya tanggung jawab pada siswa. Penelitian ini akan memberikan panduan bagi guru BK dalam memberikan bantuan konseling terutama pada konseling *cognitive behavior* dalam membantu siswa menyelesaikan permasalahan yang tengah dihadapinya.

Menurut Gladding (2015) model konseling *cognitive behavior* terdapat beberapa teknik-teknik yang dapat digunakan pada konseling *cognitive behavior* yaitu 1) *Operant conditioning*, 2) *Desensitization*, 3) *Flooding*, 4) *Assertivness* dan *social skill training*, 5) *Participant modelling*, 6) *Self control procedures*, 7) *Contigency contracting*, 8) *Cognitive restructuring*. Pada penelitian ini memutuskan untuk melakukan penelitian mengembangkan buku panduan model konseling *cognitive behavior* dalam membantu siswa memecahkan permasalahannya khususnya pada tanggung jawab siswa. Sehingga peneliti melakukan penelitian di salah satu SMA Negeri yang berada di Denpasar, karena sekolah tersebut berada di pusat perkotaan Denpasar. Dimana seperti kasus diatas adanya perilaku

tanggung jawab yang rendah pada remaja SMA yang bersekolah di Denpasar.

Berdasarkan hal diatas tersebut peneliti memilih untuk mengembangkan buku panduan pelaksanaan model konseling *cognitive behavior* dalam penelitian ini difokuskan juga pada tanggung jawab. Penelitian ini mengambil judul yaitu “Pengembangan Buku Panduan Model Konseling *Cognitive Behavior* Untuk Meningkatkan Sikap Tanggung Jawab Siswa SMA”.

### **1.2 Identifikasi Masalah**

- 1.2.1 Terdapat Siswa yang memiliki sikap tanggung jawab yang rendah.
- 1.2.2 Pelaksanaan intervensi siswa dalam bimbingan konseling belum dilaksanakan secara efektif dan belum meratanya sebaran panduan model konseling *cognitive behavior* untuk mengintervensi siswa terutama pada tanggung jawab.

### **1.3 Pembatasan Masalah**

Pada penelitian ini memiliki masalah yang akan diteliti seperti keterbatasan waktu, materi, dan kemampuan peneliti, sehingga penelitian ini terbatas pada:

- 1.3.1 Penelitian ini dibatasi pada pengembangan panduan konseling *cognitive behavior* dengan orientasi pengembangan sikap tanggung jawab siswa SMA.
- 1.3.2 Pengujian penelitian ini terbatas berdasarkan penilaian ahli dan praktis.

#### **1.4 Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian pada latar belakang masalah yang ada diatas, dapat dirumuskan permasalahan penelitian sebagai berikut :

- 1.4.1 Bagaimana prosedur pelaksanaan model konseling *cognitive behavior* untuk meningkatkan sikap tanggung jawab siswa SMA?
- 1.4.2 Bagaimanakah kelayakan buku panduan konseling *cognitive behavior* untuk meningkatkan sikap tanggung jawab siswa SMA?

#### **1.5 Tujuan Penelitian**

Berkaitan dengan permasalahan diatas, maka tujuan penelitian ini sebagai berikut :

- 1.5.1 Untuk menghasilkan prosedur pelaksanaan model konseling *cognitive behavior* untuk meningkatkan sikap tanggung jawab siswa SMA.
- 1.5.2 Untuk mengetahui kelayakan buku panduan konseling *cognitive behavior* untuk meningkatkan sikap tanggung jawab siswa SMA.

## 1.6 Manfaat Penelitian

Berdasarkan dengan tujuan penelitian diatas, adapun manfaat dari penelitian ini dibedakan menjadi dua yakni manfaat teoritis dan manfaat praktis sebagai berikut:

### 1.6.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan keilmuan dan memperkaya teori-teori dalam dunia pendidikan terutama menjadi panduan prosedur yang rinci pada model konseling *cognitive behavior* yang dapat digunakan dalam mengintervensi siswa oleh guru dan hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan rangsangan bagi peneliti lain untuk meneliti lebih jauh dan mendalam lagi terutama mengenai permasalahan yang belum dibahas pada penelitian ini.

### 1.6.2 Manfaat Praktis

#### 1.6.2.1 Manfaat Bagi Siswa

Siswa sebagai subjek pada penelitian ini diharapkan mendapat pengaruh dalam kehidupannya kedepan terutama bagi perilaku tanggung jawab siswa baik pada diri nya sendiri maupun lingkungan sekitarnya dimasa yang akan datang.

#### 1.6.2.2 Manfaat Bagi Guru BK

Manfaat bagi guru BK yaitu dapat memperoleh panduan dalam memberikan layanan bimbingan konseling khususnya penggunaan model

konseling *cognitive behavior* dalam mengatasi siswa yang memiliki tanggung jawab yang rendah.

