

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Belajar merupakan kewajiban untuk seluruh manusia, dari manusia tersebut dilahirkan ke dunia hingga tidak lepas dari proses belajar dalam pembelajaran yang resmi, semacam dalam ruang lingkup lembaga sekolah. Peserta didik dituntut untuk senantiasa memenuhi standart kompetisi yang diselenggarakan oleh lembaga tersebut. Menurut Mustaqim (2004) bahwa belajar adalah perubahan tingkah laku yang relatif tetap yang terjadi karena latihan dan pengalaman dengan kata lain yaitu suatu aktifitas atau usaha yang disengaja aktifitas tersebut menghasilkan perubahan, berupa sesuatu yang baru baik yang segera nampak atau tersembunyi tetapi juga hanya berupa penyempurnaan terhadap sesuatu yang pernah dipelajari. Perubahan – perubahan itu meliputi perubahan ketrampilan jasmani, kecepatan perseptual, isi ingatan, abilitas berfikir, sikap terhadap nilai – nilai dan inhibisi serta lain – lain fungsi jiwa (perubahan yang berkenaan dengan aspek psikis dan fisik) perubahan tersebut relatif konstan.

Belajar menurut Trianto (2010) adalah suatu proses yang ditandai dengan adanya perubahan pada diri seseorang. Perubahan sebagai hasil dari proses belajar dapat diindikasikan dalam berbagai bentuk seperti berubah pengetahuan, pemahaman, sikap dan tingkah laku, kecakapan, ketrampilan dan kemampuan, serta perubahan aspek – aspek yang lain yang ada pada individu yang belajar. Berdasarkan beberapa pengertian belajar diatas dapat disimpulkan bahwa belajar merupakan suatu proses yang terjadi pada semua orang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku, pengetahuan, dan ketrampilan yang mencakup ranah kognitif, efektif, dan psikomotor yang berlangsung terus menerus. Proses belajar juga terjadi di dalam pendidikan dimana proses ini menjadi usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar

dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. pada hakikatnya pendidikan merupakan upaya membentuk manusia yang lebih berkualitas dalam keseluruhan proses pendidikan di sekolah, kegiatan belajar merupakan kegiatan yang paling pokok. Ini berarti bahwa berhasil tidaknya pencapaian tujuan pendidikan banyak bergantung kepada bagaimana proses belajar yang dialami oleh siswa sebagai anak didik.

Proses pembelajar di area sekolah saat ini yang terjadi di lapangan adalah secara daring karena adanya wabah *covid-19* yang mengakibatkan proses pembelajar dilakukan dirumah. Peserta didik di tuntut untuk selalu mengikuti pembelajaran secara online melalui aplikasi *google meet*, *zoom* dan semacamnya dalam proses belajar peserta didik kerap mengungkapkan bahwa pembelajaran secara *online* susah untuk dipahami dan pemberian tugas yang banyak dari setiap mata pelajaran mengakibatkan peserta didik malas dalam mengikuti proses belajar *online*. Bersumber pada hasil observasi yang dilakukan pada Guru Bimbingan dan Konseling, diperoleh informasi bahwa peserta didik kerap mengeluh bosan/ jenuh dikala mengikuti aktivitas belajar mengajar sebab para peserta didik terus menerus dihadapkan pada rutinitas kegiatan belajar mengajar yang monoton. Berdasar dari observasi dengan peserta didik, mengungkapkan hasil yang sama ialah mereka jenuh dengan aktivitas belajar di sekolah. Bagi mereka pemicu bosan ialah keletihan akibat menerima pelajaran dalam jangka waktu yang panjang, tidak hanya itu pula sebab tugas yang diberikan dirasa lumayan banyak.

Terdapatnya kejenuhan belajar berakibat kurang baik pada prestasi belajar peserta didik. Bersumber pada dialog dengan sebagian guru mata pelajaran diketahui bahwa banyak peserta

didik di kelas XI nilai pelajarannya turun. Para guru menuturkan bahwa jika dilihat dari kemampuan akademiknya seharusnya peserta didik- peserta didik tersebut dapat mendapatkan nilai yang bagus, akan tetapi nilai yang mereka bisa cenderung turun. Sebagian peserta didik berkata kalau tidak peduli dengan nilai yang didapat sebab mereka merasa telah berupaya dengan optimal, sebab sangat banyak tuntutan belajar yang peserta didik hadapi hambatan- hambatan dalam proses belajarnya. Salah satunya ialah *burnout study* atau kejenuhan dalam belajar. Menurut Gunarsa(2008) *Burnout study* ialah sesuatu kondisi mental seseorang saat menghadapi kejenuhan dalam belajar sehingga menimbulkan rasa enggan, tidak ingin, lesu, letih yang amat sangat besar, serta tidak bergairah dalam proses belajar. Tingkatan kejenuhan yang sedang hingga dengan berat bisa membatasi pembelajaran.

Burnout study dirasakan oleh pribadi dalam bersekolah(peserta didik) yang diisyarati dengan terdapatnya kelelahan emosional, depresi, serta perasaan rendah diri. Peserta didik yang mengalami *burnout study* menyangka dirinya telah tidak sanggup mengikuti pelajaran yang sedang diajar oleh gurunya di kelas serta melaksanakan kegiatan lain untuk menutupi rasa bosannya semacam mengobrol di kelas, tidur, bermain gadget, serta aktivitas yang lain yang mengganggu proses belajar. *burnout study* di golongan peserta didik mejadi penting untuk di perhatikan. Perihal tersebut disebabkan *burnout* jadi salah satu sumber kasus yang dikira paling mengganggu pada dunia pembelajaran Brunk, D.(2006).

Akibatnya peserta didik yang mengalami *burnout study* akan melakukan tindakan semacam absensi, hilangnya motivasi untuk belajar mengerjakan tugas serta di keluarkan dari sekolah Meier&Shmeck (Duru&Balkis 2014). Akibat dari *burnout study* itu sendiri pada dunia akademik akan berkonsekuensi pada akademik serta perilaku peserta didik, dan prokratinasi akademik sehingga dalam mengerjakan tugas peserta didik tersebut tidak mengerjakan dengan optimal.

Faktor- faktor yang menimbulkan peserta didik mengalami *burnout study* ialah dibagi jadi 2, terdapat aspek internal serta aspek eksternal. Kejenuhan belajar pula terjadi sebab kegiatan yang senantiasa sama yang dikerjakan oleh peserta didik di tiap harinya. Kejenuhan belajar ini akan sangat berakibat untuk peserta didik untuk keberlangsungan pendidikannya. Ahli lain Sugihartono dkk(2012) pula menyampaikan ada 2 aspek yang pengaruhi belajar, ialah aspek *internal* serta aspek *eksternal*. Aspek *internal* ialah aspek yang terdapat dalam diri individu yang sedang belajar, dan aspek *eksternal* ialah aspek yang terdapat di luar individu. Aspek internal meliputi: aspek jasmaniah serta aspek psikologis. Aspek jasmaniah meliputi aspek kesehatan serta cacat badan, sebaliknya Faktor psikologis meliputi intelegensi, kepedulian, minat, bakat, motif, kematangan serta keletihan. Faktor *eksternal* yang mempengaruhi dalam belajar meliputi faktor keluarga, faktor sekolah serta aspek warga. Berdasarkan pernyataan di atas, dapat diketahui bahwa faktor psikologis dan kelelahan termasuk faktor yang dapat mempengaruhi belajar. Kedua faktor tersebut erat kaitannya dengan permasalahan kejenuhan belajar, pakar lain menyebutkan Hakim(2004) kejenuhan belajar ialah sesuatu keadaan mental seorang dikala hadapi rasa bosan serta letih yang amat sangat sehingga menyebabkan munculnya rasa lesu, ataupun tidak bergairah untuk melaksanakan kegiatan belajar. Sebaliknya pakar lain jugamenyatakan Syah(2003) pemicu kejenuhan yang sangat umum ialah keletihan yang menyerang, sebab keletihan bisa jadi pemicu timbulnya perasaan bosan pada sisiwa yang bersangkutan. keletihan mental seseorang selaku faktor utama pemicu timbulnya *burnout study*. Fenomena-fenomena mengenai kejenuhan belajar dijabarkan sebagai berikut. Peserta didik yang wajib penuh standart sekolah untuk lulus. Sepanjang masa *covid-19* pembelajaran dilakukan dirumah walaupun tidak masuk ke sekolah paraguru mempersiapkan pelajaran bonus atau tambahan untuk dikerjakan. Perihal

tersebut menyebabkan peserta didik merasa terbebani serta jenuh dengan kondisi yang mereka alami. Kejenuhan belajar pula dirasakan oleh para peserta didik SMA Negeri 1 Menganti Gresik. Hal tersebut diungkapkan para peserta didik saat berdialog dengan Guru BK, dimana mereka merasa jenuh sebab pada hari Senin hingga Jumat wajib mengikuti banyak mata pelajaran yang diajarkan sesuai dengan kurikulum di sekolah tersebut.

Terkait dengan kasus menimpa kejenuhan belajar yang dirasakan oleh peserta didik SMA Negeri 1 Menganti, maka perlu adanya peran sekolah melalui Bimbingan dan Konseling. Menurut Tidjan dkk (2001) menyebutkan tujuan layanan bimbingan di sekolah apabila dilihat dari peserta didik yang menerima layanan ialah supaya peserta didik dengan keahlian yang di milikinya bisa menanggulangi kesusahan dalam menguasai dirinya sendiri serta menanggulangi kesusahan dalam mengenali serta memecahkan masalahnya. Simpulan komentar di atas bisa diketahui bahwa bimbingan dan konseling mempunyai kedudukan yang berarti dalam menanggulangi kesulitan peserta didik memecahkan masalahnya jika permasalahan *burout study* tidak segera mendapatkan layanan akan menimbulkan dampak buruk pada kondisi psikologis individu dan pencapaian prestasinya selain itu menjadikan siswa tidak produktif dalam belajar dan potensi yang dimilikinya terhambat. Perihal ini kesulitan yang dirasakan peserta didik ialah kejenuhan belajar. Guru BK di SMA Negeri 1 Menganti telah membagikan layanan untuk mengatasi permasalahan tersebut ialah dengan membagikan layanan bimbingan kelompok kepada peserta didik tetapi belum optimal.

Pembelajaran sendiri ialah salah satu perihal yang sangat berarti dalam memajukan Negeri. Bagi undang-undang Nomor. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pembelajaran Nasional ataupun dapat disingkat Sisdiknas dalam pasal 1, pembelajaran ialah usaha sadar serta terencana guna mewujudkan suasana belajar

serta proses pendidikan supaya peserta didik secara aktif meningkatkan kemampuan dirinya guna mempunyai kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, karakter, kecerdasan, akhlak mulia, dan ketrampilan yang dibutuhkan dirinya, warga, meningkatkan seluruh kemampuan yang dipunyai peserta didik lewat proses pendidikan.

Bimbingan dan konseling ini ialah proses dimana konselor menolong konseli supaya bisa meningkatkan kemampuan dirinya maupun memecahkan permasalahan yang lagi dialaminya, dalam bimbingan dan konseling terdapat pelayanan dasar yang dilakukan oleh konselor kepada konseli yaitu layanan bimbingan kelompok dalam hal ini sangat berguna bagi konselor sebagai sarana untuk memberikan materi terhadap masalah *burnout study* yang di alami oleh peserta didik. Lewat bimbingan kelompok teknik *role playing* ini dimungkinkan akan dapat menolong peserta didik berkaitan untuk merendahkan rasa jenuh dalam belajar sebab di dalam bimbingan kelompok memfasilitasi peserta didik untuk bertukar komentar, berperan seperti apa yang siswa mau dan lebih gampang guna menangkap permasalahan yang dihadapinya.

Pakar lain Romlah (2006) berkata jika dialog kelompok ialah obrolan yang telah direncanakan antara 3 orang ataupun lebih dengan tujuan untuk membongkar permasalahan ataupun untuk memperjelas sesuatu perkara, dibawah pimpinan seseorang pemimpin. Dialog kelompok ialah usaha bersama untuk membongkar sesuatu permasalahan, yang didasarkan pada beberapa informasi, bahan- bahan, serta pengalaman-pengalaman, dimana masalah ditinjau selengkap dan sediam mungkin.

Berdasarkan uraian diatas usaha ataupun alternatif cara peneliti dalam menanggulangi kasus *burnout study* peserta didik salah satunya bisa memakai teknik *Role playing* dimana teknik ini untuk mengekspekasikan berbagai jenis perasaan yang menekankan(perasaan- perasaan negatif) melalui sesuatu

suasana yang dikondisikan sedemikian rupa sehingga konseli bisa secara leluasa mengatakan dirinya sendiri melalui peran tertentu. (Muwakhidah,2016).

Menurut ahli lain Geldard & Geldard (Suwarjo & Eliasa, 2013) menjabarkan penggunaan media permainan dalam konseling anak (konseli) berfungsi untuk mendapatkan penguasaan diri atas permasalahan yang dihadapi; mendapatkan kekuatan dalam dirinya, mengekspresikan emosinya, membentuk pemecahan masalah dan kemampuan membuat keputusan, membangun kemampuan sosial, membangun *self concept* dan *self esteem*, meningkatkan kemampuan berkomunikasi, serta menambah wawasan. penjelasan di atas dapat diketahui bahwa permainan dapat memberikan seseorang kemampuan untuk mengatasi permasalahan-permasalahan yang dihadapinya.Hal ini permasalahan yang dihadapi oleh peserta didik SMA Negeri 1 Menganti merupakan *burnout study* atau kejenuhan belajar.

Berdasarkan berbagai penjabaran di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai upaya untuk menurunkan *burnout study* melalui bimbingan kelompok teknik *Role playing* pada peserta didik kelas XIIPS 4SMA Negeri 1 Menganti.

B. Ruang Lingkup dan Batasan masalah

Penelitian ini akan dilaksanakan di SMA Negeri 1 Menganti dengan menggunakan objek penelitian bnaerupa siswa-siswi kelas XI IPS 4 di SMA Negeri 1 Menganti. Mengingat adanya keterbatasan kemampuan peneliti dalam melakukan penelitian, variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah efektivitas layanan bimbingan kelompok

dengan teknik *Role playing* dan *Burnout study* pada siswa kelas XI IPS 4SMA Negeri 1 Menganti.

C. Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang yang peneliti uraikan diatas, maka rumusan masalah pada penelitian ini dirumuskan sebagai berikut. Bagaimana efektivitas bimbingan kelompok dengan teknik *Role playing* berpengaruh terhadap *burnout study* pada siswa kelas XI IPS 4di SMA Negeri 1 Menganti?

D. Tujuan penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan oleh peneliti, maka rumusan masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas layanan bimbingan kelompok teknik *Role playing* terhadap *Burnout Study* pada siswa kelas XI IPS 4 SMANegeri 1 Menganti.

E. Variabel Penelitian

1. Bimbingan kelompok teknik *role playing*

Bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* adalah suatu proses bimbingan dimana para peserta didik akan mendapatkan suatu kesempatan untuk bermain peran seperti apa yang di inginkan.

Role playing ialah sesuatu kegiatan yang menyenangkan. secara lebih lanjut bermain peran ialah sesuatu aktivitas yang dilakukan seorang untuk memperoleh kesenangan, *role playing* ialah sesuatu metode bimbingan dan konseling kelompok yang dilakukan secara sadar dan diskusi tentang peran dalam kelompok. Santrock pula menerangkan bermain peran

memungkinkan peserta didik sanggup mengatasi frustrasi dan merupakan sesuatu medium untuk ahli terapi untuk menganalisis konflik-konflik dan cara mereka mengatasinya. **2. Burnout study**

Burnout (Kejenuhan) belajar adalah suatu kondisi lelah fisik, kognitif, emosional dan hilangnya motivasi seseorang dikarenakan banyaknya pekerjaan dan tuntutan secara terus-menerus dan semakin hari semakin meningkat sehingga menyebabkan seseorang merasa bosan dan enggan melakukan tugas sekolahnya. *Burnout study* memiliki beberapa unsur yang perlu diperhatikan seperti Kelelahan emosi, kelelahan fisik, kelelahan kognitif, hilangnya motivasi sehingga *burnout study* bisa rendah.

F. Manfaat penelitian

1. Secara teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan pembaca dan mengembangkan pengetahuan mengenai *burnout study* pada peserta didik khususnya dalam bidang bimbingan dan konseling.

2. Secara Praktis

a. Manfaat bagi peserta didik

Penelitian ini diharapkan dapat menambah dan meningkatkan pengetahuan mengenai *burnout study* yang terjadi pada peserta didik terhadap tugas-tugas akademiknya.

b. Manfaat bagi guru

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan referensi atau acuan khususnya dalam peningkatan media BK dan dapat meningkatkan serta mengembangkan kualitas layanan bimbingan dan konseling bagi peserta didik.

c. Manfaat bagi sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan, pemahaman dan pencegahan mengenai *burnout study* dan media BK yang digunakan dalam pemberian layanannya.