**BAB I**

**PENDAHULUAN**

1. **Latar Belakang**

Pendidikan pada hakekatnya bertujuan agar para siswa dapat mencapai perkembangan yang optimal sesuai dengan potensi diri, kemampuan dan nilai pribadinya. Perkembangan yang optimal salah satunya ditunjukkan melalui prestasi akademik yang tinggi. Prestasi akademik yang tinggi ini merupakan indikator utama dalam pendidikan di sekolah karena prestasi menunjukkan tingkat kompetensi siswa dalam menguasai materi pembelajaran (Depdiknas, 2006).

Sayangnya dalam proses pendidikan masih banyak siswa yang mengalami kesulitan dalam belajar. Para siswa dengan kesulitan belajar ini cenderung memiliki prestasi akademik yang jauh di bawah potensi kemampuannya dan standar tingkat penguasaan materi pelajaran. Sebagai contoh, Menteri Pendidikan dan Kebudayaan (Mendikbud) Anies Baswedan mengumumkan indeks integritas ujian nasional (IIUN) tingkat kabupaten/kota bagi jenjang SMA/sederajat, Senin (18/05/2015). IIUN ini juga dikirimkan kepada kepala daerah sebagai hasil pemetaan pendidikan nasional. Mendikbud mengatakan, dengan diketahuinya hasil UN dan IIUN ini diharapkan dapat mendorong sekolah-sekolah di berbagai daerah juga pemangku kepentingan pendidikan di daerah tersebut untuk lebih berprestasi dan berintegritas. Dan tentu saja, kata dia, hasil pemetaan ini bisa menjadi media untuk menghilangkan praktik kecurangan. “Dari IIUN ini terlihat daerah mana saja yang berintegritas dan yang tidak”. Mendikbud memaparkan beberapa contoh daerah yang memiliki integritas tinggi, salah satunya adalah Nusa Tenggara Timur (NTT). Provinsi ini tercatat sebagai provinsi yang memiliki integritas tinggi walaupun hasil UN nya masih rendah. Dari 22 kabupaten/kota di NTT, IIUN tertinggi adalah 80,61 yang diraih oleh Kabupaten Belu. Meskipun IIUN kabupaten ini tinggi, rata-rata nilai UN siswa di sini menurun 1,04 poin dari tahun lalu. Secara nasional Mendikbud mengakui bahwa integritas dalam pelaksanaan UN masih rendah. Dan untuk NTT, ia mengatakan, dengan modal integritas ini intervensi yang akan dilakukan untuk daerah ini lebih mudah daripada intervensi bagi daerah yang memiliki nilai UN tinggi tapi integritasnya rendah. “NTT sudah memiliki modal karena integritas tinggi, perbaikan dilakukan dengan meningkatkan pembinaan prestasi akademik. Kalau daerah yang integritasnya rendah, itu harus dilakukan revolusi mental,” katanya.  
Selain NTT, Menteri Anies juga menyebutkan nama Provinsi DKI Jakarta dan Kalimantan Timur sebagai daerah yang memiliki hasil UN dan IIUN tinggi. Secara umum, standar mutu sekolah-sekolah di Jakarta sudah lebih baik. Namun tidak demikian halnya dengan Kalimantan Timur, standar mutu di provinsi ini belum sebaik Jakarta tapi hasil yang diperoleh sangat memuaskan.  
Untuk melihat hasil pemetaan IIUN per kabupaten/kota.

(Sumber: <http://kemdikbud.go.id/kemdikbud/berita/4204>)

Banyak siswa yang cerdas, pintar dalam berbagai mata pelajaran sehingga  sukses dalam ujian nasional. Namun ada pula siswa yang  cerdas dan pintar dalam mata pelajaran merasa pesimis, mencari  bocoran soal, membeli kunci jawaban, menerima kunci dari sms yang kurang pas. Sebagian siswa lagi tidak tahu, dan pasrah  dalam kondisi tertekan, menurun daya ingatan, tidak terstruktur dan kusut ingatan pada materi ujian, bayang-bayang  pikiran menghantui kegagalan ujian, pikiran kacau, berkecamuk rasa malu dan takut  tidak dapat menjawab soal  ujian  yang benar. Kondisi psikologis siswa seperti ini penting untuk mendapatkan pelayanan agar dapat sukses dalam Ujian Nasional.

Oleh sebab itu, Bandura memperkenalkan konsep *self efficacy.* Bandura (Kurniawan, 2011) mendefinisikan *self efficacy* sebagai “keyakinan manusia pada kemampuan mereka untuk melatih sejumlah ukuran pengendalian terhadap fungsi diri mereka dan kejadian-kejadian di lingkungannya”. Keyakinan *efficacy* dikatakan memengaruhi bagaimana seseorang melihat dan menginterpretasi suatu kejadian. Rendahnya aspek dapat terlihat dari kurang adanya keyakinan diri siswa terkait permasalahan belajar dan sosial. Siswa terkadang merasa tidak mampu terhadap pelajaran tanpa adanya usaha untuk memperbaiki diri. Diperoleh pemahaman bahwa siswa sebenarnya mampu namun mereka kurang yakin dengan apa yang mereka miliki. Begitu juga dalam hal sosial, siswa memiliki rasa minder jika mereka dihadapkan dengan perlombaan atau kegiatan yang melibatkan sekolah lainnya. Peneliti menyimpulkan bahwa *self efficacy*  yang ada pada diri siswa merupakan salah satu aspek *self-knowledge* atau pengetahuan tentang diri yang mengalami gangguan untuk mengatasi hal tersebut diperlukan suatu teknik pemberian bantuan kepada siswa yang memungkinkan siswa mampu mengelola secara efektif pengalaman belajarnya sendiri dalam berbagai cara sehingga mencapai hasil belajar yang optimal dan kapasitas bertindak pada situasi yang penuh tekanan.

*Self efficacy* dipengaruhi oleh aktivitas belajar sehari-hari, sekaligus mempengaruhi aktivitas belajar selanjutnya. Lefrancois (1999) mengungkapkan bahwa *self efficacy* dapat dipengaruhi dengan kombinasi empat hal, yaitu hasil dari suatu pengalaman, hasil dari membandingkan dengan orang lain yang lebih ataupun kurang dari dirinya, hasil dari persuasi oleh orang lain, dan kondisi emosional yang muncul tiba-tiba pada saat mengerjakan tugas. Lefrancois juga mengungkapkan bahwa penilaian terhadap *self efficacy* juga memotivasi tingkah laku dengan mempengaruhi pikiran dan emosi. *Self efficacy* yang tinggi akan menyediakan hal yang dibutuhkan seseorang untuk mengerjakan sesuatu secara efektif dalam sebagian besar situasi yang dihadapi dalam hidup.

Untuk mengatasi hal tersebut diperlukan suatu teknik pemberian bantuan kepada siswa yang memungkinkan siswa mampu mengelola secara efektif pengalaman belajarnya sendiri dalam berbagai cara sehingga mencapai hasil belajar yang optimal dan kapasitas bertindak pada situasi yang penuh tekanan.

Dari observasi dan wawancara awal pada hari senin tanggal 12 Januari 2015 yang telah penulis lakukan kepada guru pembimbing di SMA Negeri 2 Watampone Kabupaten Bone, terdapat siswa yang memiliki *self efficacy* yang rendah yaitu individu yang merasa tidak berdaya, cepat sedih, apatis, cemas, menjauhkan diri dari tugas-tugas yang sulit, cepat menyerah saat menghadapi rintangan, aspirasi yang rendah dan komitmen yang lemah terhadap tujuan yang ingin di capai, dalam situasi sulit cenderung akan memikirkan kekurangan mereka, beratnya tugas tersebut, dan konsekuensi dari kegagalannya, serta lambat untuk memulihkan kembali perasaan mampu setelah mengalami kegagalan.

Gejala lain yang sering ditemukan pada siswa yaitu terkadang siswa apatis dengan hasil belajarnya. Ketika memperoleh hasil belajar yang rendah, siswa tidak pernah mempertanyakan kembali pelajaran yang kurang dipahami serta siswa malas mengerjakan tugas atau pekerjaan rumah yang diberikan. Oleh karena itu, siswa merasa ragu dengan kemampuan yang dimilikinya, ketika menghadapi kegagalan siswa bukannya mencari tahu mengapa gagal tetapi justru putus asa. Sehingga *self* *efficacy* menjadi rendah diakibatkan kekuatan keyakinan yang kurang. Hal ini dapat dikaitkan dengan kurangnya informasi tentang kemampuan para siswa untuk yakin pada dirinya sendiri.

Dari beberapa teknik yang ada maka alternatif yang ditawarkan oleh konselor untuk meningkatan *self efficacy* siswa adalah dengan menggunakan teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT).

Ellis berpendapat bahwa “REBT merupakan terapi yang sangat komprehensif, yang menangani masalah-masalah yang berhubungan emosi, kognisi, dan perilaku”.

Albert Ellis:

Kita bisa mengubah perasaan dengan menggunakan nalar yang logis dan deduktif, dan bukannya membiarkan perasaan menguasai kita. Suatu perubahan yang mendalam dalam cara berpikir dapat menghasilkan perubahan yang berarti dalam cara berperasaan dan berperilaku. Maka, orang yang mengalami gangguan dalam alam perasaannya, harus dibantu untuk meninjau kembali cara berpikir dan memanfaatkan akal sehat. Sistem keyakinan adalah penyebab masalah-masalah emosional. Oleh karenanya, konseli ditantang untuk menguji kesahihan keyakinan-keyakinan tertentu (Stein & Book, 2002:56).

REBT berasumsi bahwa cara yang efisien dan efektif untuk membantu orang dalam membuat perubahan pribadinya adalah mengkonfrontasikan para klien dengan keyakinan yang tidak rasional serta menyerang, menantang, mempertanyakan, dan membahas keyakinan yang tidak rasional (Corey,2009:244). Berpikir tidak rasional adalah pikiran yang salah secara empiris atau pikiran yang tidak dapat diverifikasikan secara empiris. Pikiran tidak rasional ini tidak ada gunanya bagi individu dan hanya mengarahkan individu pada konsekuensi yang merusak diri sendiri. Dengan menempatkan kondisi emosinya dalam kerangka berpikir rasional, konseli diharapkan dapat menampilkan perilaku yang rasional pula. Selanjutnya masalah akan menjadi ringan atau bahkan sembuh sama sekali (Oemarjoedi, 2003).

Albert Ellis:

Teknik yang paling cepat, paling mendasar, paling rapi dan memiliki efek paling lama untuk membantu orang-orang dalam mengubah respon-respon emosionalnya yang disfungsional adalah mendorong mereka agar mampu melihat dengan jelas apa yang dikatakan oleh mereka kepada diri mereka sendiri—pada B (*Belief)*, sistem keyakinan mereka tentang stimulus-stimulus yang mengenai diri mereka pada A (pengalaman-pengalaman yang mengaktifkan) dan mengajari mereka bagaimana secara aktif dan tegas membantah (pada D). Keyakinan-keyakinan *irasional* mereka sendiri (Corey: 2009:243).

Berdasarkan fakta tersebut, maka peneliti mencoba menerapkan Konseling *Rational Emotif Behavioral Therapy* untuk meningkatkan *Self Efficacy* siswa di SMA Negeri 2 Watampone Kabupaten Bone.

1. **Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas rumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Bagaimanakah gambaran tingkat kecenderungan perilaku *self efficacy* siswa sebelum dan sesudah diberikan teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* di SMA Negeri 2 Watampone Kabupaten Bone?
2. Apakah penerapan teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* dapat meningkatkan *self efficacy* siswa di SMA Negeri 2 Watampone Kabupaten Bone?
3. **Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui gambaran tingkat kecendrungan perilaku *self efficacy* siswa sebelum dan sesudah diberikan teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* di SMA Negeri 2 Watampone Kabupaten Bone.
2. Untuk mengetahui penerapan teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* dalam meningkatkan *self efficacy* siswa di SMA Negeri 2 Watampone Kabupaten Bone.
3. **Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat teoritis
2. Bagi akademisi, sebagai bahan informasi dalam pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dibidang Psikologi Pendidikan dan Bimbingan.
3. Bagi peneliti, akan menjadi masukan dan acuan yang berharga dalam mengembangkan penelitian dimasa mendatang sebagai calon guru pembimbing.
4. Manfaat praktis
5. Bagi guru pembimbing atau konselor sekolah, diharapkan bisa dijadikan acuan dan masukan dalam pengaplikasian ilmu konseling untuk menangani siswa yang memiliki s*elf efficacy* rendah.
6. Bagi para mahasiswa, akan menjadi bahan informasi dah rujukan kedepannya jika sudah terjun ke lapangan sebagai seorang konselor sekolah.
7. Bagi siswa, diharapkan dapat dijadikan sebagai latihan untuk membantu dirinya dalam mengatasi masalah yang dihadapi.