

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Panti Asuhan Yatim Melati Kudus

1. Sejarah Berdirinya Panti Asuhan Yatim Melati Kudus

Panti Asuhan Yatim atau dikenal juga dengan nama LKSA Melati merupakan panti asuhan tertua di Kudus yang didirikan pada tanggal 15 Februari 1987 oleh Yayasan Wakaf Al-Ikhsan Purwosari Kudus. Lembaga ini memberikan pendidikan formal dan nonformal kepada anak-anak, khususnya putra, anak yatim, piatu, yatim piatu, dan fakir miskin, yang bertujuan untuk menumbuhkan keimanan, ketakwaan kepada Allah SWT, dan penguasaan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi. Lembaga tersebut berdasarkan Pancasila dan UUD 1945 yang bertujuan untuk meningkatkan harkat dan martabat masyarakat serta kesejahteraan umat beragama.

Para inisiatornya diantaranya Dr. H. Mahfudz Ibawi, Sp.THT (Rektor Unisula Semarang), H. Malikut Mada, SH (pengusaha), Dr. H. Islam Nawawi (direktur RSUD Kudus), H. Kamal Ashadi (pengusaha pabrik rokok cap delima), dan H. Syahri. Selanjutnya mereka menggandeng H. Nawawi Rusdi (pengusaha PR Jambu bol), dan H. Rindho Wartono (pengusaha rokok sukun).¹ PAY Melati didirikan sebab para pendiri ingin mengaplikasikan perintah Allah SWT yang tercantum dalam surat Al-Maun ayat 1-3. Mereka sangat sadar bahwa kebahagiaan anak pada umumnya didapat jika memiliki orang tua lengkap dan keadaan ekonomi yang memadai, namun tidak dengan anak yatim dan dhuafa yang kebanyakan serba terbatas.

Tahun 1988 yayasan mendirikan LKSA Melati. Pada saat ini LKSA Melati belum memiliki gedung sendiri, sehingga dipinjami bangunan milik keluarga Dr. H. Mahfudz Ibawi (Jl. KH. Noorhadi, No 42 Janggalan Kudus). Pada wal berdirinya hanya ada 10 anak yatim dan dhuafa. Seiring berkembangnya panti jumlah anak asuh semakin bertambah mulai dari usia SD-SMA. Sebab belum memiliki Gedung sendiri akhirnya LKSA Melati memperoleh tanah wakaf seluas 3307 M dikelurahan Purwosari dari keluarga Dr. H. Mahfudz Ibawi bin Mochtadi, Anisah binti Mochtadi, Nooryanah binti Mochtadi, dan Alfin

¹ Dokumentasi buku milik Panti Asuhan Yatim Melati Kudus, pada tanggal 18 Desember 2023.

Yama bin Mochtadi. Kemudian tahun 1990 gedung LKSA Melati dibangun ditanah itu.

LKSA Melati dibawah YBW Al-Ikhsan dibuat melalui notaris Sulchan Abdul Malik, SH dengan akte Nomor 22 tanggal 23 November 1988 dengan tujuan “Ingin mempertinggi harkat kemanusiaan, kecerdasan, dan kesejahteraan umat yang berlandaskan syariat islam”. Pilihan usaha YBW Al-Ikhsan ialah mendirikan lembaga social, pendidikan, menyelenggarakan aktivitas islami, dakwah, dan aktivitas lain yang tidak bertentangan dengan syariat islam dan Undang-Undang.

Seiring dengan berjalannya waktu, pengurus harus sejumlah mengubah akte yayasan. Yang awalnya Nomor 22 tanggal 23 November 1988 kemudian diubah dengan akte Nomor 12 tanggal 10 Februari 1989. Kemudian diubah lagi menjadi akte Nomor 23 tanggal 29 September 2003. Kemudian selaras dengan ketentuan Undang-Undang perihal yayasan, akte yayasan diubah lagi menjadi akte Nomor 19 tanggal 11 April 2007, dengan pengesahan Menteri Hukum dan Hak Asasi Manusia. Direktorat Jendral Administrasi Hukum Umum No. C2825 HT 01.02 2007 pada tanggal 6 September 2007.²

2. Profil Panti Asuhan Yatim Melati Kudus

Nama Badan : Panti Asuhan Yatim Melati
 Alamat : Jl. HM Subchan ZE No. 262 A
 Desa : Purwosari
 Kecamatan : Kota
 Kabupaten : Kudus
 Kode Pos : 59316
 No. Telp/HP : +62 853-8469-7978
 Tahun Berdiri : 1987
 Penyelenggara : Yayasan Badan Wakaf Al-Ikhsan

3. Letak Geografis Panti Asuhan Yatim Melati Kudus

Panti Asuhan Yatim Melati Kudus bertempat di Jl. HM Subchan ZE No. 262 A, Purwosari, kecamatan Kota, Kudus, Jawa Tengah, 59316. Letak geografis Panti Asuhan Yatim Melati Kudus berada di titik 110829729 BT -6,803,541 LS. Sebelah timur berbatasan dengan rumah warga kelurahan Purwosari, sebelah selatan berbatasan dengan Gang 3 Jl. HM Subchan ZE, dan berjarak 150 meter ada petigaan pengkol, sebelah barat berbatasan dengan jalan raya Jl. HM Subchan ZE,

² Dokumentasi Buku Milik Panti Asuhan Yatim Melati Kudus, 18 Desember 2023.

dan sebelah utara berbatasan dengan rumah warga kelurahan Purwosari.³

4. Visi dan Misi Panti Asuhan Yatim Melati Kudus

a. Visi

Sebagai alternatif terakhir dalam pengasuhan anak dalam membentuk insan yang beriman dan bertaqwa pada Allah SWT serta berguna bagi bangsa dan Negara Republik Indonesia yang berlandaskan Pancasila dan UUD 1945.

b. Misi

- 1) Mendidik anak yang beriman dan bertaqwa serta menguasai Ilmu Pengetahuan dan Teknologi (IMTAK dan IPTEK).
- 2) Mewujudkan karakter bangsa Indonesia yang berwawasan Nusantara.
- 3) Mengadakan Aktivitas dan pelatihan dalam menguasai IMTAK dan IPTEK.⁴

5. Struktur Kepengurusan Panti Asuhan Yatim Melati Kudus

Ada juga struktur kepengurusan Panti Asuhan Yatim Melati Kudus terdiri dari ketua, wakil ketua, pengawas, sekretaris, bendahara, staff, bidang sosial (sie pendidikan dan pengasuhan, rumah tangga dan dapur, dan sie sarpras dan kebersihan), bidang dakwah dan kemasjidan, wakaf dan pembangunan, dan pendidikan dan pengembangan. Ada juga bagan struktur bisa diperhatikan di lampiran.⁵

6. Ikrar Anak Asuh Panti Asuhan Yatim Melati Kudus

“Dengan menyebut nama Allah yang maha pengasih lagi maha penyayang”

“Aku bersaksi bahwa tiada tuhan selain Allah dan nabi Muhammad sebagai utusan Allah”

Kami anak-anak Panti Asuhan Yatim Melati berjanji dengan ikhlas hati sebab Allah SWT:

- a. Kami bertekad menjadi manusia yang berakhlak mulia, berguna bagi agama, negara, dan bangsa.

³ Dokumentasi letak geografis Panti Asuhan Yatim Melati Kudus, 18 Desember 2023.

⁴ Dokumentasi Visi dan Misi Panti Asuhan Yatim Melati Kudus, 21 Desember 2023.

⁵ Dokumentasi Struktur Kepengurusan Panti Asuhan Yatim Melati Kudus, 21 Desember 2023.

- b. Kami tetap berusaha menjaga nama baik Panti Asuhan Yatim Melati serta menjalankan tata tertib tertulis atau tidak tertulis di dalam ataupun diluar Panti Asuhan Yatim Melati.
 - c. Kami akan berusaha berbuat baik, bertoleransi, dan amar ma'ruf nahi munkar sesama makhluk ciptaan Allah.
 - d. Bersih lahir batin dan teguh hati.
 - e. Berdisiplin dan berbudi luhur.
 - f. Percaya pada diri sendiri dan menegakkan agama islam.⁶
- 7. Tata Tertib dan Disiplin Anak Asuh Panti Asuhan Yatim Melati Kudus**
- a. Kami anak-anak PAY Melati Kudus harus taat dan patuh pada pengasuh dan pengurus, apabila dinasehati, diarahkan, dan disuruh selama tidak bertentangan atau melanggar dengan larangan agama dan negara.
 - b. Apabila keluar masuk PAY Melati harus sejjin dan salam serta mendapat restu dari pengasuh/ petugas piket yang diberi wewenang.
 - c. Harus melakukan tugas-tugas aktivitas rutin dengan tertib dan baik, bantu membantu demi terciptanya suasana keamanan, ketertiban, dan keindahan PAY Melati.
 - d. Anak-anak PAY Melati harus menjaga, memelihara, dan merawat harta benda dan kekayaan milik PAY Melati atau pribadi dengan sebaik-baiknya.
 - e. Bertindak jujur, sopan, santun, hormat menghormati di dalam atau diluar PAY Melati.
 - f. Insya Allah kami sanggup menjalankan tata tertib yang tertulis ataupun tidak tertulis dengan rasa tulus hati sebab Allah SWT.⁷
- 8. Daftar Anak Asuh Panti Asuhan Yatim Melati Kudus**
Berikut ini daftar anak asuh Panti Asuhan Yatim Melati Kudus tahun 2023.⁸

⁶ Dokumentasi Ikrar Anak Asuh Panti Asuhan Yatim Melati Kudus, 21 Desember 2023.

⁷ Dokumentasi Tata Tertib dan Disiplin Anak Asuh Panti Asuhan Yatim Melati Kudus, 21 Desember 2023.

⁸ Dokumentasi Daftar Anak Asuh Panti Asuhan Yatim Melati Kudus, 21 Desember 2023.

**Tabel 4.1 Daftar Anak Asuh Panti Asuhan Yatim Melati
Kudus tahun 2023**

NO	NAMA	SEKOLAH	STATUS	TH MASUK
1.	M. Nasrudin	MA Maahid X	Piatu	2016
2.	M. Itishom	MA Maahid XI	Dhuafa	2018
3.	M. Zulfan Franklin	MA Maahid XI	Dhuafa	2018
4.	Dewa Setio Bayu R	MA Maahid X	Dhuafa	2019
5.	Edi Setiawan	MA Maahid X	Yatim	2019
6.	M. Fajar Setiawan	MA Maahid X	Dhuafa	2019
7.	Ahmad Ainun Naim	MTs Maahid IX	Dhuafa	2020
8.	Paramatama Hamzah BF	MTs Maahid IX	Dhuafa	2020
9.	M. Haikal Walid	MTs Maahid IX	Dhuafa	2020
10.	Fahreza Danu Ardiansyah	MTs Maahid IX	Dhuafa	2020
11.	M. Hafiz	MTs Maahid IX	Yatim	2020
12.	M. Rizqi Salman A	MTs. Muh IX	Dhuafa	2020
13.	M. Faris Rafa I	MTs Muh IX	Dhuafa	2020
14.	M. Bachtiar	MTs Maahid IX	Dhuafa	2020
15.	M. Rizal Khakim	MTs Muh IX	Piatu	2020
16.	Febriyansyah	SD Purwosari 5	Yatim	2020
17.	Syahdan Maulana Akbar	MTs Maahid VIII	Dhuafa	2021
18.	M. Aditya Saputra	MTs Maahid VIII	Yatim	2021
19.	M. Abdul Mufid	MTs Maahid	Dhuafa	2021

		VIII		
20.	M. Rasya Ramadhan	SMP Muh 1 VII	Yatim	2022
21.	Adam Ghifahri	MTs Maahid VII	Dhuafa	2022
22.	Adien Muhammad Islam	MTs Maahid VII	Dhuafa	2022
23.	Ari	SMP Muh 2	Dhuafa	2022
24.	Revaldo Febriano	SD Damaran Kls 3	Piatu	2022

9. Jadwal Aktivitas Anak Asuh Panti Asuhan Yatim Melati Kudus

Berikut ialah aktivitas sehari-hari anak-anak asuh PAY Melati:⁹

Tabel 4.2 Jadwal Aktivitas Anak Asuh PAY Melati

NO	JAM	KEGIATAN	KETERANGAN
1.	03.30 – 04.45	Bangun tidur, qiyamullail, sholat subuh jamaah	Tiap-tiap hari
		Sahur bersama	Senin dan kamis
2.	04.45 – 05.30	Pembinaan, kultum, doa bersama, dan laporan piket	Senin dan kamis
		Dzikir Al-Ma'tsurat pagi	Tiap-tiap hari
		Pembacaan ikrar dan doa bersama	Jumat
		Pembelajaran Tahsin	Rabu dan Sabtu
	04.45 – 06.00	Pembinaan karakter	Ahad
3.	05.30 – 06.00	Kebersihan pagi	Tiap-tiap hari

⁹ Dokumentasi Jadwal Aktivitas Anak Asuh Panti Asuhan Yatim Melati Kudus, 21 Desember 2023.

4.	06.00 – 06.30	Sarapan pagi	Tiap-tiap hari
5.	06.30 – 11.15	Sekolah	Tiap-tiap hari
6.	11.15 – 12.30	Sholat Dzuhur berjamaah	Tiap-tiap hari
7.	12.30 – 13.00	Makan siang	Tiap-tiap hari
8.	13.00 – 14.30	Istirahat siang	Tiap-tiap hari
9.	14.30 – 15.00	Sholat ashar berjamaah	Tiap-tiap hari
10.	15.00 – 16.00	Kebersihan sore	Tiap-tiap hari
11.	16.00 – 17.00	Olahraga, bermain, mencuci kebutuhan pribadi	Tiap-tiap hari
12.	17.00 – 17.30	Mandi sore	Tiap-tiap hari
13.	17.30 – 18.00	Dzikir asmaul husna dan al ma'tsurat sore	Tiap-tiap hari
		Pembelajaran Tahsin	Senin dan kamis
14.	18.00 – 18.30	Buka puasa bersama	Senin dan kamis
		Sholat maghrib berjamaah	Tiap-tiap hari
15.	18.15 – 18.50	Kajian agama	Terjadwal
16.	19.00 – 19.15	Sholat isyak berjamaah	Tiap-tiap hari
17.	19.30 – 20.00	Makan malam	Tiap-tiap hari
18.	20.00 – 22.00	Jam wajib belajar	Tiap-tiap hari
19.	22.00 – 03.30	Tidur malam	Tiap-tiap hari

B. Temuan Hasil Penelitian

Setelah mengumpulkan data yang kongrit dari hasil penelitian yang dilakukan di Panti Asuhan Yatim Melati Purwosari Kudus, selanjutnya peneliti memaparkan hasil penelitian terkait Implementasi Layanan Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* dalam Mengatasi Kejenuhan Belajar yang Terjadi pada Anak di Panti Asuhan Yatim Melati Kudus.

1. Implementasi Layanan Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* dalam Mengatasi Kejenuhan Belajar yang Terjadi pada Anak di Panti Asuhan Yatim Melati Kudus

Sebelum mengetahui terkait Implementasi Layanan Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* dalam Mengatasi Kejenuhan Belajar pada Anak di Panti Asuhan Yatim Melati Kudus, maka kita perlu mengetahui terlebih dahulu tentang kondisi anak panti di PAY Melati Kudus. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan kepada konselor PAY Melati Kudus, anak-anak di PAY Melati Kudus berstatus yatim, piatu, yatim piatu, dan dhuafa. Untuk kondisinya, beliau mengatakan bahwa terdapat sebagian anak yang belum mandiri, belum mampu mengontrol emosi, dan masih sulit untuk beradaptasi. Hal ini disampaikan langsung oleh Bapak AW, S.Psi:

“Jadi mbak, anak-anak disini itu berstatus yatim, piatu, yatim piatu, dan juga dhuafa. Untuk kondisinya namanya juga anak-anak ya, ada yang sudah mandiri, ada yang masih ketergantungan dengan keluarga. Seperti kakaknya, buleknnya begitu. Terus untuk perilakunya juga ada yang sudah mampu mengendalikan emosi dengan baik, ada yang masih kurang baik, yang ini memang harus sangat diperhatikan mbak. Kami harus menjadi contoh tauladan bagi mereka dan harus membimbing mereka. Jadi ketika mereka dibawa kesini memang mengalami perubahan. Mungkin ketika dirumah mereka bisa melakukan apa saja, hidupnya liar karena kurangnya peran keluarga, tapi kalau disini tentunya butuh penyesuaian”.¹⁰

¹⁰ AW, wawancara oleh penulis, 20 Desember 2023, wawancara 1, transkrip

Masalah yang terjadi di PAY Melati Kudus ini sangat beragam seperti masalah dengan teman, belum nyaman dengan lingkungan, melanggar tata tertib, masalah akademik, dan masih banyak lagi. Hal itu disampaikan langsung oleh Bapak AW selaku konselor di PAY Melati Kudus:

“Banyak mbak, dan itu wajar karena kami hidup bersama-sama disini. Masalah yang sering muncul biasanya masalah dengan teman, belum nyaman dengan lingkungan atau masih tahap beradaptasi, pelanggaran tata tertib, masalah akademik, dan masih banyak lagi mbak. Yang paling sering terjadi memang masalah yang saya sebutkan tadi mbak.”¹¹

Masalah yang sering dialami pada anak di PAY Melati salah satunya adalah kejenuhan belajar yang terjadi karena 2 faktor yaitu faktor internal seperti masalah pribadi, malas, kelelahan fisik, kurang bersemangat, dan kurang motivasi. Faktor eksternalnya adalah metode pembelajaran yang kurang menarik, monoton, dan kurang menyukai mata pelajarannya. Seperti yang dijelaskan oleh Bapak AW:

“Faktornya banyak mbak, faktor-faktornya juga terdiri dari faktor internal dan eksternal. Faktor internal nya itu biasanya karena ada masalah pribadi, malas, kelelahan fisik, kurang bersemangat, dan kurangnya motivasi. Kalau faktor eksternal nya itu seperti metode pembelajaran yang kurang menarik, hanya belajar di satu tempat, kurang menyukai mata pelajaran yang di ajarkan. Jadi anak itu merasa belajar hanya gitu-gitu aja, monoton gitu lo mbak”.¹²

RI Sebagai salah satu siswa kelas 7 Mts juga mengatakan bahwa: “Biasanya ya karena saya kurang suka dengan mata pelajarannya mbak, atau kalau di panti biasanya ngajinya itu buat saya ngantuk mbak. Saya bosan”.¹³

FA Sebagai salah satu siswa kelas 8 Mts juga mengatakan bahwa: “Saya belum nyaman disini, jadi saya tidak bersemangat untuk melakukan kegiatan disini”¹⁴

¹¹ AW, wawancara oleh penulis, 20 Desember 2023, wawancara 1, transkrip

¹² AW, wawancara oleh penulis, 20 Desember 2023, wawancara 1, transkrip

¹³ RI kelas VII Mts, wawancara oleh penulis, 21 Desember, 2023, wawancara 2, transkrip

ZU Sebagai salah satu siswa kelas 9 Mts juga mengatakan bahwa:

“Kalau saya capek mbak”¹⁵

AK Sebagai salah satu siswa kelas 10 MA juga mengatakan bahwa:

“Sehari-hari seperti itu terus ya kadang bosan mbak”¹⁶

BU Sebagai salah satu siswa kelas 11 MA juga mengatakan bahwa:

“Kalau saya sakit mbak”¹⁷

NA Sebagai salah satu siswa kelas 12 MA juga mengatakan bahwa:

“Tidak tau pasti mbak, kadang juga kalau saya memikirkan hidup. Sering melamun begitu lo mbak”¹⁸

Dampak yang terjadi pada anak PAY Melati Kudus ketika mengalami kejenuhan belajar adalah mudah sakit, tidak produktif, hal belajar yang kurang maksimal, melakukan aktivitas menyimpang dengan membuat kegaduhan, mencari pelarian, dan masih banyak lagi. Hal itu disampaikan oleh Bapak AW selaku konselor di PAY Melati:

“Pasti dampaknya akan mempengaruhi kondisi psikologis dan pencapaian prestasi dari anak sendiri mbak. Karena biasanya mereka kurang mampu berdamai dengan masalahnya, sehingga ada yang mudah sakit, tidak produktif, hasil belajar yang kurang maksimal, bahkan kalau jenuh belajar biasanya mereka akan melakukan aktivitas yang menyimpang mbak. Misalnya mereka membuat kegaduhan, suka usil, mencari pelarian dengan cara membolos misalnya, memunculkan masalah, kemudian juga stress. Jadi mbak, ketika anak merasa jenuh belajar itu biasanya anak memang tertekan. Yang awalnya memiliki semangat belajar dan tekun dalam

¹⁴ FA kelas VIII Mts, wawancara oleh penulis, 21 Desember, 2023, wawancara 3, transkrip

¹⁵ ZU kelas IX Mts, wawancara oleh penulis, 21 Desember, 2023, wawancara 4, transkrip

¹⁶ AK kelas X MA, wawancara oleh penulis, 25 Desember, 2023, wawancara 5, transkrip

¹⁷ BU kelas XI MA, wawancara oleh penulis, 25 Desember, 2023, wawancara 6, transkrip

¹⁸ NA kelas XII MA, wawancara oleh penulis, 25 Desember, 2023, wawancara 7, transkrip

belajar, ketika sudah di serang kejenuhan belajar malah semangat nya melemah, kemudian juga cemas, brutal, se enak nya sendiri. Ya seperti itu mbak, karakter anak kan berbeda, ada yang jenuh belajar langsung tidak percaya diri, langsung tertekan, ada juga yang langsung mencari pelarian dengan hal-hal yang negatif.”¹⁹

RI Sebagai salah satu siswa kelas 7 Mts juga mengatakan bahwa:
“Saya tidak memahami materi mbak”²⁰

FA Sebagai salah satu siswa kelas 8 Mts juga mengatakan bahwa:
” Males mengikuti kegiatan mbak”²¹

ZU Sebagai salah satu siswa kelas 9 Mts juga mengatakan bahwa:
“Tidur di kelas kalau di sekolah, kalau di panti ya bolos kegiatan.”²²

AK Sebagai salah satu siswa kelas 10 MA juga mengatakan bahwa:
“Sulit menerima materi mbak, tidak paham saya. Kadang saya tinggal ngobrol sama teman saya”.²³

BU Sebagai salah satu siswa kelas 11 MA juga mengatakan bahwa:
“Ya tidak bisa mengikuti pembelajaran dengan baik”.²⁴

NA Sebagai salah satu siswa kelas 12 MA juga mengatakan bahwa
“Ya tidak bisa mengikuti pembelajaran dengan baik”²⁵

Kejenuhan belajar yang di alami oleh anak PAY Melati Kudus adalah dengan melakukan konseling kelompok menggunakan pendekatan *Rational Emotif Behaviour Teraphy* (REBT) dengan melaksanakan pada setiap satu smester satu kali

¹⁹ AW, wawancara oleh penulis, 20 Desember 2023, wawancara 1, transkrip

²⁰ RI kelas VII Mts, wawancara oleh penulis, 21 Desember, 2023, wawancara 2, transkrip

²¹FA kelas VIII Mts, wawancara oleh penulis, 21 Desember, 2023, wawancara 3, transkrip

²² ZU kelas IX Mts, wawancara oleh penulis, 21 Desember, 2023, wawancara 4, transkrip

²³ AK kelas X MA, wawancara oleh penulis, 25 Desember, 2023, wawancara 5, transkrip

²⁴ BU kelas XI MA, wawancara oleh penulis, 25 Desember, 2023, wawancara 6, transkrip

²⁵ NA kelas XII MA, wawancara oleh penulis, 25 Desember, 2023, wawancara 7, transkrip

selama 6 hari dengan bergantian mulai dari anak kelas 7 mts sampai 12 MA. Seperti yang dijelaskan oleh Bapak AW:

“Pasti mbak, itu memang sudah menjadi tugas kami sebagai konselor. Konselor memang sering mengadakan konseling kelompok dengan berbagai macam teknik sesuai kebutuhan. Kemudian, untuk kasus kejenuhan belajar biasanya dari konselor akan mengadakan konseling kelompok saat kenaikan semester di sekolah. Karena, dari situ kan kami bisa melihat laporan hasil belajar dari sekolah, kemudian juga melihat aktivitas pembelajaran selama 1 semester di panti. Sehingga, konselor bisa mengidentifikasi, mengevaluasi, kemudian melakukan tindakan lanjut dengan metode bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok ini kami adakan selama 6 hari full dengan cara mengumpulkan anak per kelasnya. Misal kelas 7 mts ya dijadikan 1 kelompok, seperti itu terus sampai kelas 12 MA.”²⁶

Implementasi Konseling kelompok menggunakan pendekatan REBT ini dilaksanakan dengan melalui empat tahap, yaitu tahap awal, tahap peralihan, tahap pelaksanaan, dan tahap akhir. Secara jelasnya, seperti yang disampaikan oleh Bapak AW:

“Dalam penerapan konseling kelompok kan tentu ada tahapanya mbak, yang pertama ada tahap awal, tahap peralihan, tahap kegiatan, dan tahap akhir. **Pada tahap awal**, kita namakan dengan tahap pembentukan ya mbak. Di sini kami pastinya mengucapkan salam terlebih dahulu, setelah itu kami membaca do’a, kemudian melakukan pengecekan data anak untuk memastikan semua anak yang terjadwal dalam konseling kelompok hadir semua. Pada tahap ini kami juga menjelaskan lagi terkait bimbingan kelompok, tujuannya, caranya, asasnya ya meskipun mungkin mereka sudah tau karena kan sering mbak, tapi tetap saya infokan. Siapa tau mereka ada yang lupa mbak, jadi saya mengingatkan. **Di tahap peralihan**, kami biasanya memberi informasi kepada anak untuk mengikuti kegiatan dengan baik untuk memperhatikan, bersemangat, kemudian juga mengajak untuk berpikir, merasakan, bertindak, bersikap, dan

²⁶ AW, wawancara oleh penulis, 20 Desember 2023, wawancara 1, transkrip

bertanggung jawab atas sesuatu masalah yang akan dibahas. Selanjutnya, kita akan membahas terkait materi yang dipilih. Disini kan konteksnya kejenuhan belajar ya mbak, nah disini kami bersepakat untuk membahas terkait masalah kejenuhan belajar dan menanyakan kepada mereka apakah sudah siap mengikuti kegiatan atau belum.”²⁷

Bapak AW juga menjelaskan bahwa dalam tahap pelaksanaan terdapat beberapa hal yang harus dilakukan oleh konselor seperti:

“**Pada tahap pelaksanaan /kegiatan**, kami langsung menanyakan kepada anak terkait topik yang dibahas, seperti kejenuhan belajar ini. Selanjutnya kami meminta anak untuk mengemukakan pendapat terkait kejenuhan belajar, seperti dampaknya pada mereka, dan cara penanganan menurut mereka. Pada tahap ini tentu kami sangat berharap anak bisa aktif dalam kegiatan mbak. Selanjutnya, giliran saya yang akan merespon apa saja yang sudah di kemukakan oleh anak-anak sebelumnya dan saya memberikan penegasan kepada mereka lagi dengan beberapa pertanyaan seperti “Apa saja dampak ketika kita jenuh dalam belajar?” kemudian konselor akan menjelaskan beberapa dampak kejenuhan belajar yang banyak sekali di alami oleh anak seperti yang sudah saya jelaskan di awal tadi mbak. Kalau sudah begitu, selanjutnya kita lanjut ke langkah pembinaan namanya. Pada tahap ini kegiatan yang dilakukan meliputi penguraian masalah, diskusi, pelatihan pengembangan sikap, pengetahuan, dan keterampilan melalui tugas dengan cara yaitu, setiap anak saya minta untuk menuliskan alasan mereka jenuh dalam belajar dan menulis beberapa hal yang harus mereka lakukan agar tidak jenuh dalam belajar, mulai dari manajemen waktu, memperbarui aktivitas yang lebih baik, atau menambah waktu untuk mencintai buku, terus anak juga saya minta untuk menulis konsekuensi jika mereka masih tetap jenuh dalam belajar.”²⁸

²⁷ AW, wawancara oleh penulis, 20 Desember 2023, wawancara 1, transkrip

²⁸ AW, wawancara oleh penulis, 20 Desember 2023, wawancara 1, transkrip

Agar kegiatan bimbingan kelompok tidak monoton, konselor biasanya memberikan Ice breaking. Hal ini disampaikan langsung oleh Bapak AW selaku konselor di PAY Melati:

“Agar kegiatan tidak monoton biasanya saya juga akan selingi dengan *ice breaking* mbak. Selanjutnya, konselor juga harus memberi penegasan terkait komitmen dalam masalah yang dihadapi. Disini, konselor biasanya banyak memberikan motivasi kepada mereka yang banyak masalah dengan diri sendiri, ya saya coba untuk memberikan pengertian kepada mereka bahwa setiap manusia pasti punya masalah, capek, bosan, itu hal yang wajar. Tapi, mereka juga harus sadar bahwa belajar adalah kewajiban, bahwa belajar adalah nikmat. Ketika kita di berikan kesempatan untuk belajar, maka kita harus menggunakan kesempatan itu dengan baik. Nah biasanya titik sadarnya mereka itu di tahap ini mbak. Tidak bisa dipungkiri, bahwa mereka itu memang sangat membutuhkan bimbingan dan peran. Saya selalu mengatakan kepada mereka bahwa saya adalah orang tua mereka, jadi ketika mereka salah saya akan menegur, ketika mereka berprestasi, saya akan bangga. Selanjutnya, **pada tahap akhir** kami memberikan informasi kepada mereka bahwa kegiatan sudah selesai, terus saya juga meminta kepada mereka untuk memberikan kesan dan perubahan yang ada pada mereka, kemudian saya juga memberikan apresiasi dan terimakasih kepada mereka, dan terakhir saya membaca do’a dan salam”²⁹

Kegiatan ini tentu saja sangat membutuhkan respon baik dari anak PAY Melati Kudus. Anak-anak PAY Melati Kudus mempunyai berbagai cara dalam mengatasi masalah yang dialami. Seperti yang dikatakan oleh RI, Sebagai salah satu siswa kelas 7 Mts juga mengatakan bahwa:

“Saya berusaha untuk menyukai semua mata pelajaran dan mencoba tidak mengantuk. Tapi terkadang juga saya masih ngantuk mbak, tapi saya sudah punya usaha agar tidak mengantuk”³⁰

²⁹ AW, wawancara oleh penulis, 20 Desember 2023, wawancara 1, transkrip

³⁰ RI kelas VII Mts, wawancara oleh penulis, 21 Desember, 2023, wawancara 2, transkrip

FA, Sebagai salah satu siswa kelas 8 Mts juga mengatakan bahwa:

“Ya berusaha berbicara dan mendekatkan diri dengan teman-teman yang lain mbak, biar lebih nyaman. Kadang juga cerita sama teman saya”³¹

ZU, Sebagai salah satu siswa kelas 9 Mts juga mengatakan bahwa:

“Mengurangi kegiatan yang kurang bermanfaat sih mbak. Tapi saya suka jadi kadang sulit. Seperti main bola, terus silat, gitu”³²

AK, Sebagai salah satu siswa kelas 10 MA juga mengatakan bahwa:

“Saya berusaha menyimak dengan baik mbak, terus juga berusaha untuk lebih kondusif di kelas. Tidak mau diajak ngobrol atau tidak mau mengajak ngobrol. Meskipun terkadang khilaf”³³

BU, Sebagai salah satu siswa kelas 11 MA juga mengatakan bahwa:

“Seharusnya kalau sakit saya istirahat dulu ya mbak, tapi terkadang saya ingin sekolah”³⁴

NA, Sebagai salah satu siswa kelas 12 MA juga mengatakan bahwa:

“Kalau saya tersadar kemudian saya mencoba mengalihkan fokus untuk mendengarkan pembelajaran. Atau terkadang saya ambil wudhu dulu biar lebih seger.”³⁵

³¹FA kelas VIII Mts, wawancara oleh penulis, 21 Desember, 2023, wawancara 3, transkrip

³²ZU kelas IX Mts, wawancara oleh penulis, 21 Desember, 2023, wawancara 4, transkrip

³³AK kelas X MA, wawancara oleh penulis, 25 Desember, 2023, wawancara 5, transkrip

³⁴BU kelas XI MA, wawancara oleh penulis, 25 Desember, 2023, wawancara 6, transkrip

³⁵NA kelas XII MA, wawancara oleh penulis, 25 Desember, 2023, wawancara 7, transkrip

2. Hasil Implementasi Layanan Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy dalam Mengatasi Kejenuhan Belajar pada Anak di Panti Asuhan Yatim Melati Kudus.

Hasil yang di dapatkan dalam implementasi layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan REBT dalam mengatasi kejenuhan belajar yang terjadi pada anak di PAY Melati Kudus yaitu dengan melalui kegiatan evaluasi. Evaluasi yang dilakukan konselor pada masalah ini adalah dengan melakukan evaluasi proses dan evaluasi hasil. Secara detailnya seperti yang dijelaskan oleh Bapak AW:

“Mengetahui hasil juga dari kegiatan evaluasi kami. Terus juga bisa dilihat dari raport semester depan yang kami terima. Kira-kira anak ada perkembangan atau malah sebaliknya. Nah itu nanti kita pasti ada *treatment* nya terkait tindak lanjut, dan sebagainya”³⁶

Bapak AW juga menambahkan bahwa:

“Ada dua hal yang harus kita amati untuk dijadikan bahan evaluasi mbak. **Pertama evaluasi proses**, pada tahap ini kami melakukan penilaian pada proses belajar anak agar mengetahui gambaran terkait aktivitas siswa dan efektifitas pelayanan yang sudah diselenggarakan agar kita bisa memberikan tindak lanjut yang tepat untuk kedepannya. **Yang kedua evaluasi hasil**, untuk mengetahui hasil ya tadi mbak. Kita meminta anak untuk merefleksikan dengan tulisan atau lisan terkait bagaimana anak berpikir tentang kejenuhan belajar, bagaimana perasaan mereka ketika mengalami kejenuhan belajar, apa yang harus mereka lakukan agar tidak jenuh dalam belajar, kemudian bagaimana mereka bisa bersungguh-sungguh untuk merubah perilaku kejenuhan belajar. y aitu tadi menjadi pertanyaan-pertanyaan saya pada tahap akhir pelaksanaan bimbingan kelompok mbak. Dari situ kan saya mengetahui berbagai respon dari mereka.”³⁷

³⁶ AW, wawancara oleh penulis, 20 Desember 2023, wawancara 1, transkrip

³⁷ AW, wawancara oleh penulis, 20 Desember 2023, wawancara 1, transkrip

Evaluasi hasil pada anak PAY Melati Kudus sudah baik. Sesuai dengan penjelasan anak PAY Melati Kudus bahwa mereka dapat memahami materi dengan baik dan mencoba melakukan perubahan dalam dirinya. Hal ini seperti yang disampaikan oleh RI:

“Ya itu tadi mbak, saya terkadang merasa bersalah. Terus juga senang karena masih dapat bimbingan dari konselor”.³⁸

“Saya kan baru kelas 1 Mts mbak, jadi baru 2 kali mengikuti kegiatan. Evaluasinya juga tadi mbak, saya berusaha untuk menyukai semua pelajaran agar tidak mengantuk dan biar saya juga lebih faham dengan materinya”.³⁹

“Selama dua kali ini ya memang sudah menggerakkan hati saya untuk berubah, dan saya juga sudah berusaha meskipun belum maksimal. Mungkin kalau semakin lama di sini ya semakin baik hasilnya”.⁴⁰

FA, Sebagai salah satu siswa kelas 8 Mts juga mengatakan bahwa:

“Bisa mbak, soalnya biasanya nanti di akhir diskusi akan di tanyakan. Jadi saya berusaha untuk bisa menyimpulkan.”⁴¹

“Senang mbak, saya menjadi lebih dekat dengan teman saya. Meskipun terkadang saya masih keingat dengan rumah saya.”

“Berusaha mengikuti arahan yang diberikan sama konselor mbak, terus saya juga menyadari kalau saya salah.”⁴²

“Sudah 1 tahun disini saya masih sering teringat rumah, tapi saya juga sudah mulai nyaman mbak sebenarnya. Dengan teman-teman disini, seru juga. Karena disini juga

³⁸ RI kelas VII Mts, wawancara oleh penulis, 21 Desember, 2023, wawancara 2, transkrip

³⁹ RI kelas VII Mts, wawancara oleh penulis, 21 Desember, 2023, wawancara 2, transkrip

⁴⁰ RI kelas VII Mts, wawancara oleh penulis, 21 Desember, 2023, wawancara 2, transkrip

⁴¹ FA kelas VIII Mts, wawancara oleh penulis, 21 Desember, 2023, wawancara 3, transkrip

⁴² FA kelas VIII Mts, wawancara oleh penulis, 21 Desember, 2023, wawancara 3, transkrip

bisa bermain, terus kalau sedih dapat bimbingan. Pas dapat bimbingan itu juga saya semakin bersemangat untuk mengikuti kegiatan disini dan berbaur dengan teman-teman saya”⁴³.

ZU, Sebagai salah satu siswa kelas 9 Mts juga mengatakan bahwa:

“Senang mbak, jadi lebih termotivasi”⁴⁴

“Memang saya yang salah mbak, saya menyadari itu. Dan seharusnya saya lebih bisa mengatur waktu dengan baik biar bisa maksimal hasil belajar saya, biar bisa lebih bersemangat”⁴⁵

“Alhamdulillah sekarang saya sudah bisa lebih berfikir di banding sebelumnya mbak. Dulu pas saya kelas 7,8 itu saya bandel banget mbak. Karena saya merasa belum nyaman disini, jadi saya tidak mau mengikuti kegiatan, kadang saya bolos keluar gitu mbak, buat main PS atau apa yang saya suka. Tapi sekarang, sepertinya sudah tidak separah itu lagi mbak. Paling ya itu, main bola, terus silat, terus begadang sampai larut malam. Meskipun begitu saya berusaha untuk bisa mengikuti semua kegiatan mbak. Karena tujuan awal saya disini ya biar saya bisa hidup menjadi yang lebih baik.”⁴⁶

AK, Sebagai salah satu siswa kelas 10 MA juga mengatakan bahwa:

“Seneng, karena ada yang menasehati. Seperti dapat peran keluarga utuh disini. Dari teman-teman, ustadz, pak konselor. Untuk evaluasi ya mbak, kan tadi saya jenuh belajar karena metode pembelajarannya yang membosankan, seharusnya yang mengevaluasi ya guru sekolahnya. Tapi, Alhamdulillahnya kegiatan di panti ini lebih kondusif dan tertata mbak. Dan saya juga menyadari, kalau saya harus berubah. Mau semembosankan apapun y aitu sudah menjadi kewajiban

⁴³FA kelas VIII Mts, wawancara oleh penulis, 21 Desember, 2023, wawancara 3, transkrip

⁴⁴ZU kelas IX Mts, wawancara oleh penulis, 25 Desember, 2023, wawancara 4, transkrip

⁴⁵ZU kelas IX Mts, wawancara oleh penulis, 25 Desember, 2023, wawancara 4, transkrip

⁴⁶ZU kelas IX Mts, wawancara oleh penulis, 25 Desember, 2023, wawancara 4, transkrip

saya untuk mengikuti. Seharusnya saya bisa mengikuti dengan baik meskipun saya kurang menyukainya. Seperti yang sering kali di sampaikan bapak konselor sih mbak.”⁴⁷

“Lebih terkontrol mbak, maksudnya motivasi, dukungan, dan bimbingan dari konselor itu selalu saya ingat mbak. Biar selalu jadi pembelajaran dan pedoman buat saya”⁴⁸

BU, Sebagai salah satu siswa kelas 11 MA juga mengatakan bahwa:

“Senang mbak, menambah pembelajaran dan pengetahuan saya. Terus mendapat dukungan, dan motivasi dari konselor juga”.⁴⁹

“Untuk evaluasi diri, Alhamdulillah saya selalu mengingat apa saja materi yang disampaikan saat diskusi mbak. Jadi saya berusaha untuk menerapkan dalam diri saya. Misalnya, selalu ingat dengan niat awal, terus juga kewajiban murid untuk mengikuti setiap pembelajaran dengan baik. Kemudian juga saya mikir mbak, disini kan kami gratis mbak, jadi kalau kami main-main rasanya kami kurang baik. Kalau diberikan fasilitas yang sudah baik ya seharusnya kita tinggal melakukan aktivitas dengan nyaman mbak. Saya juga bersyukur sekali sudah berada di lingkungan ini. Berkumpul dengan teman-teman, punya konselor, ustadz ustadzah yang baik, makan minum gratis, ya mau apa lagi kalau tidak belajar mbak.”⁵⁰

” Alhamdulillah, berkat bimbingan yang diberikan konselor hidup saya menjadi lebih tertata. Lebih bersemangat dan giat lagi dalam belajar, biar saya bisa membanggakan orang tua saya dan guru-guru saya.”⁵¹

⁴⁷ AK kelas X MA, wawancara oleh penulis, 25 Desember, 2023, wawancara 5, transkrip

⁴⁸ AK kelas X MA, wawancara oleh penulis, 25 Desember, 2023, wawancara 5, transkrip

⁴⁹ BU kelas XI MA, wawancara oleh penulis, 25 Desember, 2023, wawancara 6, transkrip

⁵⁰ BU kelas XI MA, wawancara oleh penulis, 25 Desember, 2023, wawancara 6, transkrip

⁵¹ BU kelas XI MA, wawancara oleh penulis, 25 Desember, 2023, wawancara 6, transkrip

NA, Sebagai salah satu siswa kelas 12 MA juga mengatakan bahwa

“Iya mbak, saya bisa menyimpulkan materi dari setiap diskusi yang diberikan”

“Senang pasti mbak. Dengan berdiskusi saya mengetahui apa yang harus saya perbaiki dari diri saya, kemudian dapat membantu permasalahan teman, mendapatkan dukungan dari konselor, terus dapat solusi dari konselor, dapat motivasi hidup, motivasi belajar.”⁵²

“Menjadi lebih baik dengan sebelumnya mbak, dan bisa menjadi contoh untuk teman-teman yang lain juga. Karena saya disini sudah kelas 12 dan kebetulan menjadi ketua panti. Untuk kejenuhan belajar ya mbak, saya berusaha untuk mengevaluasi diri dengan menambah kegiatan yang bermanfaat, terus lebih produktif. Karena saya mudah melamun mbak, jadi fokus saya juga mudah teralihkan. Terus, kata bapak konselor, saya juga harus berusaha menghilangkan pikiran-pikiran negatif saya mbak, saya harus bisa melatih fokus dengan banyak belajar, membaca, mengaji, menulis. Karena, kata bapak konselor manusia tidak boleh terlalu mengkhawatirkan jalan hidupnya, semuanya sudah di atur oleh Allah. Yang menjadi tugas manusia adalah melaksanakan semua kewajiban yang sudah di takdirkan untuknya, termasuk belajar ini.”⁵³

“Alhamdulillah, selama 6 tahun mengikuti bimbingan kelompok disini hasilnya sangat baik mbak, selalu membawa perubahan di setiap proses saya. Hidup saya menjadi lebih terarah, saya percaya diri untuk mempunyai cita-cita yang tinggi dengan terus belajar, Lelah dan bosan menurut saya hal yang wajar mbak, tetapi jangan sampai kita nyaman dengan kondisi tersebut sehingga kita tidak mau bergerak maju. Saya selalu berusaha menjadi yang terbaik dengan mengikuti semua perintah dan bimbingan dari ustadz, ustadzah,

⁵² NA kelas XII MA, wawancara oleh penulis, 25 Desember, 2023, wawancara 7, transkrip

⁵³ NA kelas XII MA, wawancara oleh penulis, 25 Desember, 2023, wawancara 7, transkrip

maupun konselor disini. Dan saya sangat bersyukur bisa tumbuh dan berkembang disini.”⁵⁴

3. Faktor Pendukung dan Penghambat Implementasi Layanan Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* dalam Mengatasi Kejenuhan Belajar pada Anak di Panti Asuhan Yatim Melati Kudus

Pelaksanaan bimbingan kelompok pasti tidak akan terlepas dari adanya faktor pendukung dan penghambat yang terjadi. Berdasarkan hasil wawancara dengan konselor PAY Melati, bahwa dalam implementasi layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* dalam mengatasi kejenuhan belajar pada anak di Panti Asuhan Yatim Melati Kudus terdapat beberapa faktor pendukung seperti kesadaran anak terhadap diri sendiri, pembimbing yang berkompeten, motivasi dari ustadz ustadzah panti yang kuat, materi yang menarik, hal ini disampaikan langsung oleh Bapak AW selaku konselor di PAY Melati:

“untuk faktor pendukungnya ya memang dari anak sendiri sudah mempunyai kesadaran, alhamdulillahnya juga saya lulusan psikologi, jadi nyambung dalam menjalani profesi konselor, kemudian yang luar biasa itu dukungan dan motivasi dari ustadz ustadzah disini yang sangat kuat mbak. Pokonya kita sebisa mungkin memang sama-sama berkoordinasi untuk mendidik anak-anak disini dengan baik. Selain itu juga penyampaian materinya harus menarik dan mudah dipahami mbak, agar anak-anak tidak bosan, santai, jadi mudah untuk menanggapi dan mengingat. Pokoknya setiap pertemuan harus membawa kesan dan perubahan”⁵⁵

Bapak AW juga mengatakan bahwa selain faktor pendukung yang sudah dijelaskan diatas, terdapat faktor penghambat yang meliputi anak kurang dapat motivasi dari keluarga dan daya pemahaman siswa yang berbeda-beda:

“kalau pengambatnya ya mbak, latar belakang mereka kan memang ada yang dari keluarga yatim, piatu, yatim piatu, dan dhuafa, jadi motivasi dan dukungan dari keluarga itu masih sangat rendah. Sedangkan, anak itu

⁵⁴ NA kelas XII MA, wawancara oleh penulis, 25 Desember, 2023, wawancara 7, transkrip

⁵⁵ AW, wawancara oleh penulis, 20 Desember 2023, wawancara 1, transkrip

pasti sangat membutuhkan peran itu dari keluarga kan mbak. Jadi memang kami yang harus sepenuhnya menjadi *support system* buat mereka. Terus yang kedua itu Tingkat pemahaman anak yang berbeda, sehingga saya harus bisa memilih kata dan penyampaian yang ringan, agar dapat lebih mudah dipahami oleh mereka. Kan anak juga beda-beda ya mbak, ada yang responsive, ada yang kurang mampu mengutarakan pendapat, perasaan, seperti itu. Ya memang tinggal kami aja pintar-pintaran dalam memilih kata dan penyampaian.”⁵⁶

C. Analisis Hasil Penelitian

Setelah mengumpulkan data melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi di lokasi penelitian dengan sumber yang kongkrit oleh pihak terkait, selanjutnya peneliti menganalisis hasil penelitian terkait implementasi layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* dalam mengatasi kejenuhan belajar yang terjadi pada anak di Panti Asuhan Yatim Melati Kudus.

1. Analisis Implementasi Layanan Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* dalam Mengatasi Kejenuhan Belajar yang Terjadi pada Anak di Panti Asuhan Yatim Melati Kudus

Sebagaimana sudah diketahui bahwa latar belakang anak di PAY Melati kudus berstatus yatim, piatu, yatim piatu, dan dzuafa. Banyak anak yang masih kesulitan dalam mengendalikan emosi karena kehidupan sebelumnya. Sehingga, banyak yang masih dalam proses adaptasi di lingkungan baru. Masalah yang sering terjadi di PAY Melati antara lain adalah masalah sosialisasi, pelanggaran tata tertib, dan masalah akademik. Berdasarkan hasil wawancara dengan konselor PAY Melati, masalah kejenuhan belajar juga sering terjadi di panti yang termasuk sebagai masalah akademik. Kejenuhan belajar ini dapat mempengaruhi psikologis dan pencapaian prestasi pada anak. Banyak anak yang tidak bisa berdamai dengan masalahnya sehingga mereka mudah sakit, tidak produktif, hasil belajar yang kurang maksimal, dan banyak juga yang melakukan aktivitas kurang baik seperti membuat kegaduhan dan mencari pelarian dengan cara membolos.

⁵⁶ AW, wawancara oleh penulis, 20 Desember 2023, wawancara 1, transkrip

Schaufeli Enzmann mengidentifikasi tiga indikator kebosanan/kejuhan belajar: kelelahan fisik, kelelahan psikologis, dan lingkungan belajar. Kelelahan fisik bermanifestasi sebagai sakit kepala, jantung berdebar-debar, dan nyeri otot selama belajar, sedangkan kelelahan psikologis berupa depresi, kesedihan, dan kelelahan emosional. Lingkungan belajar, termasuk alam sekitar, mempengaruhi proses dan hasil belajar anak.⁵⁷

Konselor PAY Melati menyebutkan bahwa faktor kejuhan belajar yang terjadi di PAY Melati terbagi menjadi 2 faktor utama yaitu faktor internal seperti masalah pribadi, malas, kelelahan fisik, kurang bersemangat, dan kurangnya motivasi. Hal ini selaras dengan teori menurut Schaufeli Enzmann pada poin keletihan fisik dan keletihan psikis. Sedangkan, faktor eksternal terdiri dari metode pembelajaran yang kurang menarik, hanya belajar di satu tempat, dan kurang menyukai mata pelajaran tertentu. Hal ini juga termasuk kejuhan belajar yang terjadi karena faktor lingkungan seperti yang sudah disebutkan Schaufeli Enzmann.

Hallen mendefinisikan bimbingan kelompok sebagai layanan konseling yang memfasilitasi pembelajaran kolektif konseli dan diskusi tentang subjek yang relevan, memungkinkan mereka memperoleh materi baru dari pemimpin kelompok dan meningkatkan pemahaman mereka dalam kehidupan sehari-hari atau pertumbuhan pribadi.⁵⁸

Panti Asuhan Yatim Melati (PAY MELATI) Kudus memberikan bimbingan kelompok terhadap anak panti yang mengalami beberapa masalah, salah satunya adalah masalah kejuhan belajar. Sebagaimana menuurt Hallen, bahwa bimbingan kelompok ini melibatkan konselor dengan konseli yang sudah dikelompokkan sesuai dengan kelas masing-masing pada saat kenaikan smester selama 1 minggu dengan bergantian. Dalam hal ini, konselor berperan sebagai pemimpin pokok pembahasan yang dipilih untuk menunjang pemahaman anak. Bimbingan kelompok dilakukan dengan melihat laporan hasil belajar di sekolah dan melihat aktivitas belajar selama satu

⁵⁷ Muhibbin Syah, *Psikologi Belajar*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2011), h.181.

⁵⁸ Safri Mardison, "Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Sosialisasi Peserta Didik" :33
<https://ejournal.uinib.ac.id/jurnal/index.php/attaujih/article/download/945/746>

semester di panti. sehingga, konselor akan lebih mudah untuk mengidentifikasi, mengevaluasi, dan melakukan tindak lanjut.

Menurut Prayitno Tahap bimbingan kelompok ada 4, yaitu: tahap Awal, peliharaan, kegiatan dan pengakhiran. **Tahap Awal** yakni tahap pengenalan, Keterlibatan diri merupakan tahap dimana individu saling memperkenalkan diri dan mengutarakan tujuan atau harapannya terhadap kelompok, menumbuhkan rasa memiliki dan tujuan bersama dalam kelompok. **Tahap Peralihan** yakni Pemimpin kelompok, dengan memanfaatkan gaya kepemimpinannya yang khas, berhasil membimbing anggotanya melintasi jembatan dalam situasi seperti itu. **Tahap Kegiatan** yakni inti dari kegiatan kelompok, memerlukan perhatian yang cermat dari pemimpinnya, yang harus sabar, terbuka, aktif, serta memberikan dorongan dan penguatan. Mereka juga harus berempati dan memberikan dorongan kepada anggota kelompok, memastikan mereka tidak terlalu banyak bicara dan bahwa isi serta pendampingan kegiatan terstruktur dengan baik dan dapat diterima dengan baik. **Tahap Pengakhiran** Fokus utama kelompok adalah pada hasil yang dicapai, bukan pada jumlah pertemuan, karena aktivitas dan pencapaian di masa lalu harus memotivasi kelompok untuk melanjutkan aktivitas guna mencapai tujuan bersama.⁵⁹

Selaras dengan teori menurut Prayitno, bahwa implementasi layanan bimbingan kelompok dengan pedekatan REBT dalam mengatasi kejenuhan belajar yang terjadi pada anak di Panti Asuhan Yatim Melati Kudus dilakukan dengan 4 tahap yaitu pertama **tahap awal**, pada tahap ini konselor mengucapkan salam, membaca do'a, dan melakukan pengecekan data anak untuk memastikan semua anak yang terjadwal dalam bimbingan kelompok ini hadir semua. Pada tahap ini, konselor tetap menjelaskan terkait bimbingan kelompok, tujuan, cara, asas, dll meskipun kegiatan ini sudah sering dilakukan. Kedua **tahap peralihan**, pada tahap ini konselor memberikan informasi kepada anak agar dapat mengikuti kegiatan dengan baik dengan selalu memperhatikan dan bersemangat. Kemudian, konselor selalu mengajak anak untuk berpikir, merasakan, bertindak, bersikap, dan tanggung jawab atas permasalahan yang akan dibahas. Selanjutnya, konselor dan anak bersepakat memilih satu masalah

⁵⁹ Meiske Puluhulawa,dkk, "Layanan Bimbingan Kelompok Dan Pengaruhnya Terhadap Self-Esteem Siswa" Jurnal Bimbingan dan Konseling 4, No.6 (2017):303-305

untuk dibahas yaitu terkait kejenuhan belajar dan memberi kepada anak apakah mereka sudah siap mengikuti kegiatan atau belum.

Selanjutnya **tahap kegiatan**, pada tahap ini konselor mulai melakukan bimbingan kelompok dengan Teknik REBT. Menurut Hude Darwis, Pendekatan REBT adalah metode konseling yang mendorong interaksi antara pemikiran, akal sehat, perasaan, dan perilaku, yang bertujuan untuk mendorong perubahan besar dalam pemikiran dan perasaan, yang mengarah pada perubahan yang sesuai dalam perasaan dan perilaku.⁶⁰ Dalam tahap ini, konselor memberi pertanyaan kepada konseli terkait kejenuhan belajar misalnya “seperti apa kejenuhan belajar?” dan “apakah kalian pernah mengalami kejenuhan belajar?” “apa saja yang menyebabkan kalian jenuh dalam belajar?”. Selanjutnya, konselor meminta konseli untuk menyampaikan pendapatnya terkait kejenuhan belajar, dampaknya bagi mereka, dan cara penanganan menurut mereka. Berdasarkan hasil wawancara dengan anak PAY Melati Kudus, mereka dapat menyadari dan mengetahui dampak dan cara mengatasi kejenuhan belajar. Seperti yang telah disebutkan seperti berusaha menyukai semua mata pelajaran, mencoba membangun relasi dengan teman agar lebih nyaman, mengurangi kegiatan yang tidak bermanfaat, berusaha menyimak dengan baik, dan mencoba mengalihkan fokus saat melamun.

REBT menggunakan berbagai teknik yang bersifat kognitif, emotif, dan behavior yang disesuaikan dengan kondisi klien. **Teknik kognitif** yakni teknik yang digunakan untuk mengubah cara berfikir klien. Dewa Ketut menerapkan ada empat tahap dalam teknik-teknik kognitif meliputi tahap pengajaran, tahap persuasi (meyakinkan untuk mengubah pandangan), tahap konfrontasi (mengubah ketidak logisan), tahap pemberian tugas. **Teknik Emotif** yakni teknik yang digunakan untuk mengubah emosi klien. Antara teknik yang sering digunakan ialah: teknik sosiodrama, teknik *self modeling*, dan teknik *assertive training*. **Teknik behaviouristik** yakni teknik penguatan yang digunakan dalam terapi emosi rasional untuk memodifikasi perilaku negatif klien dengan mengubah keyakinan mereka yang tidak rasional

⁶⁰ Nova Erlina, Devi Novita Sari, “Pengaruh Pendekatan Rational Emotive Behaviour Therapy (Rebt) Terhadap Peningkatan Kecerdasan Emosional Pada Peserta Didik Kelas VIII SMPN 6 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2015/2016,” Jurnal Bimbingan dan Konseling, 03, No.2 (2016):303

dan tidak logis, yang banyak digunakan dalam memodifikasi perilaku klien, seperti teknik *reinforcement*, teknik *social modeling*, dan *teknik live models*.⁶¹

Langkah pembinaan pada tahap kegiatan sangat diperlukan. Pada langkah pembinaan, bimbingan kelompok dengan Teknik REBT dilakukan dengan menggunakan teknik kognitif dengan cara menguraikan masalah, berdiskusi, pelatihan pengembangan sikap, pengetahuan, keterampilan melalui tugas yang dilakukan dengan cara setiap anak diminta untuk menuliskan alasan mereka jenuh belajar dan menulis beberapa hal yang harus mereka lakukan agar tidak jenuh dalam belajar. Mulai dari manajemen waktu, memperbaiki aktivitas, dan menambah waktu belajar. Selanjutnya, anak diminta untuk menulis konsekuensi jika mereka masih jenuh belajar. Agar kegiatan tidak monoton, konselor memberikan *ice breaking* disetiap kegiatan.

Selanjutnya, konselor memberi penegasan terkait komitmen dalam masalah yang dihadapi. Konselor juga memberikan motivasi kepada anak yang mengalami masalah pribadi dengan memberi pengertian kepada mereka bahwa setiap manusia pasti punya masalah dan perasaan lelah adalah perasaan yang wajar. Tetapi, anak harus sadar bahwa belajar adalah suatu kewajiban dan nikmat yang diberikan Tuhan kepada ummatnya sehingga anak harus menggunakan kesempatan itu dengan maksimal. Tahap ini adalah titik kesadaran pada anak, karena mereka memang sangat membutuhkan bimbingan dan peran orang tua. Konselor juga mengatakan bahwa konselor adalah orang tua mereka. Jadi, ketika mereka salah maka konselor akan mengurnya, dan ketika mereka melakukan kebaikan maka konselor juga akan ikut bangga. Selanjutnya pada **tahap akhir**, konselor memberikan informasi kepada anak bahwa kegiatan sudah selesai dan meminta anak untuk menyampaikan kesan dan perubahan pemikiran yang dirasakan. Kemudian, diakhir kegiatan konselor juga memberikan apresiasi dan terimakasih kepada anak serta membaca doa dan mengucapkan salam.

Berdasarkan penjelasan diatas, dapat disimpulkan bahwa anak di PAY Melati kudas masih banyak yang mengalami masalah kejenuhan belajar. Implementasi layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan REBT dalam mengatasi kejenuhan

⁶¹ Muhammad Surya, “*Teori-teori Konseling*” (Bandung Pustaka Bani Quraisy, 2003), h. 18

belajar yang terjadi pada anak di Panti Asuhan Yatim Melati Kudus dilakukan melalui empat tahap yaitu **tahap awal** yang dilakukan konselor dengan membuka salam, membaca do'a, pengecekan daftar hadir, dan penjelasan terkait bimbingan kelompok, tujuan, cara, asas, dll. **Tahap peralihan**, Dimana pada tahap ini konselor memberikan informasi kepada konseli agar dapat memperhatikan, bersemangat, dan mengajak anak untuk belajar berpikir, merasakan, bertindak, bersikap, dan bertanggungjawab atas permasalahan yang terjadi, selanjutnya konselor dan anak sama-sama bersepakat untuk memilih satu permasalahan dan bersedia untuk mengikuti kegiatan. **Tahap kegiatan**, Dimana pada tahap ini konselor mulai menerapkan Teknik *REBT* dalam praktek bimbingan kelompok yang dilakukan dengan memberi pertanyaan kepada konseli terkait definisi, pernah atau tidak, dan penyebab kejenuhan belajar. Selanjutnya, konselor meminta pendapat konseli terkait hal tersebut dan menanyakan bagaimana penanganan mereka ketika jenuh belajar. Dalam hal ini konselor menggunakan REBT dengan Teknik kognitif yang difokuskan mengubah perilaku pada anak untuk menguraikan masalah, berdiskusi, pelatihan pengembangan sikap, pengetahuan, keterampilan melalui pemberian tugas. Selanjutnya, konselor memberikan ice breaking, memberikan penegasan, motivasi, kesadaran, dan pengertian. Pada **tahap akhir**, konselor memberikan informasi bahwa kegiatan akan berakhir, meminta anak untuk menyampaikan kesan dan perubahan pemikiran, memberikan apresiasi, mengucapkan terimakasih, kemudian memberikan salam, membaca doa.

2. Analisis Hasil Penerapan Implementasi Layanan Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy dalam Mengatasi Kejenuhan Belajar pada Anak di Panti Asuhan Yatim Melati Kudus

Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan tahun 2014 mengamanatkan konselor untuk menilai program bimbingan dan konseling terhadap keberhasilan layanan dan pengembangan program pada pendidikan dasar dan menengah. Keputusan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan mengamanatkan konselor sekolah untuk mengevaluasi pelaksanaan program bimbingan dan konseling, dan mewajibkan mereka untuk merencanakan penilaian terhadap program yang telah disiapkan.

Hasil evaluasi dapat dijadikan masukan untuk pengembangan program kedepannya.⁶²

Sama halnya dengan guru konselor, konselor di PAY Melati juga melaksanakan evaluasi program konseling yang sudah dilakukan. Pada prakteknya, ada dua hal yang harus di amati konselor dalam mengevaluasi program konseling. Pertama melalui evaluasi proses, dalam evaluasi proses konselor melakukan penilaian pada proses belajar anak di sekolah maupun di panti. Hal ini diperlukan untuk memudahkan konselor dalam mengetahui gambaran terkait aktivitas siswa dan efektifitas pelayanan yang sudah diberikan agar kedepannya konselor dapat memberikan tindak lanjut yang tepat. Kedua melalui evaluasi hasil, untuk mengetahui hasil konseling, konselor meminta anak untuk merefleksikan dengan tulisan atau lisan terkait bagaimana anak berpikir tentang kejenuhan belajar, bagaimana perasaan mereka ketika mengalami kejenuhan belajar, hal apa yang harus dilakukan agar mereka tidak jenuh dalam belajar, dan bagaimana mereka bisa bersungguh-sungguh untuk merubah perilaku kejenuhan dalam belajar. Hal ini dilaksanakan pada saat tahap akhir bimbingan kelompok sehingga konselor akan mengetahui respon secara langsung dari anak.

Prayitno menekankan pentingnya kelompok bimbingan bagi konseli. Mereka memberikan kesempatan yang luas untuk berdiskusi, menumbuhkan pemahaman objektif dan sikap positif terhadap kondisi dan lingkungannya. Kelompok juga memfasilitasi perumusan program kegiatan, memungkinkan adanya persetujuan terhadap hal yang buruk dan dukungan terhadap hal yang baik, serta memungkinkan pelaksanaan kegiatan yang nyata dan langsung untuk membuahkan hasil sesuai program aslinya.⁶³

Sebagaimana teori menurut Prayitno bahwa manfaat bimbingan kelompok antara lain adalah memiliki pemahaman yang objektif, tepat, serta luas terkait beberapa hal, menimbulkan sifat positif, dapat menyusun program kegiatan untuk menolak hal buruk dan mempunyai dorongan untuk melakukan hal baik, serta melakukan perubahan nyata sebagaimana yang mereka

⁶² Arum Ekasari Putri, "Evaluasi Program Bimbingan dan Konseling: Sebuah Studi Pustaka" JBKI 4, no.2(2019):39

⁶³ Safri Mardison, "Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Sosialisasi Peserta Didik" :33
<https://ejournal.uinib.ac.id/jurnal/index.php/attaujih/article/download/945/746>

programkan. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan anak PAY Melati kudas, mereka sudah mampu menunjukkan manfaat-manfaat diatas dibuktikan dengan kemampuan mereka dalam menyadari kesalahan, berusaha menyimpulkan materi, mulai belajar memmanagement waktu, lebih produktif, dan lebih termotivasi. Selain itu, anak PAY Melati juga menyatakan senang terkait program kegiatan bimbingan kelompok yang dilaksanakan karena hal tersebut dapat memberikan perubahan persepsi dan tingkah laku pada anak serta lebih bisa berempati dan menjalin hubungan baik dengan teman. Mereka juga mengatakan bahwa dengan adanya program ini, hidup mereka lebih terarah dan mulai percaya diri untuk memiliki cita-cita yang tinggi meskipun latar belakang mereka bukan dari keluarga utuh dan berkecukupan. Selain itu, anak PAY Melati juga menyatakan bahwa peran konselor, ustadz, dan ustadzah memang sangat penting dalam kehidupan mereka karena dengan adanya peran tersebut, mereka merasakan kasih sayang orang tua dan bimbingan yang tulus.

Berdasarkan penjelasan diatas, maka disimpulkan bahwa dalam praktiknya konselor di PAY Melati kudas melaksanakan evaluasi melalui pengamatan pada 2 hal, yaitu evaluasi proses yang dilakukan dengan mengamati dan menilai pada proses belajar baik di sekolah maupun di panti. kedua evaluasi hasil, evaluasi hasil dilakukan dengan meminta anak untuk merefleksikan dengan tulisan atau lisan terkait berpikir tentang kejenuhan belajar, bagaimana perasaan mereka ketika mengalami kejenuhan belajar, hal apa yang harus dilakukan agar mereka tidak jenuh dalam belajar, dan bagaimana mereka bisa bersungguh-sungguh untuk merubah perilaku kejenuhan dalam belajar. Implementasi layanan bimbingan kelompok dengan pedekatan REBT dalam mengatasi kejenuhan belajar yang terjadi pada anak di Panti Asuhan Yatim Melati Kudus berhasil dilakukan. Hal itu dibuktikan dengan kemampuan anak dalam menyadari kesalahan, berusaha menyimpulkan materi, mulai belajar management waktu, lebih produktif, dan lebih termotivasi. Dengan adanya peran konselor, anak juga lebih merasakan kasih sayang dan bimbingan yang tulus sehingga mereka dapat lebih mengarahkan hidupnya ke jalan yang lebih baik dan mulai percaya diri untuk mempunyai cita-cita yang tinggi meskipun latar belakang mereka bukan dari keluarga yang utuh dan berkecukupan.

3. Analisis Faktor Pendukung dan Penghambat Implementasi Layanan Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* dalam Mengatasi Kejenuhan Belajar pada Anak di Panti Asuhan Yatim Melati Kudus

Menurut Wibowo bimbingan kelompok melibatkan seorang pemimpin yang memberikan informasi dan mengarahkan diskusi untuk meningkatkan interaksi sosial dan membantu anggota kelompok mencapai tujuan bersama.⁶⁴ Teori ini menjelaskan bahwa salah satu peran dari konselor (pemimpin kelompok) adalah menyediakan informasi serta mengarahkan diskusi. sebagaimana yang sudah dilakukan konselor di PAY Melati, bahwa dalam pelaksanaan bimbingan kelompok pasti sangat membutuhkan konselor yang berkompeten dan profesional dalam bidangnya agar dapat menjalankan kegiatan dengan hasil yang baik. Selain adanya peran konselor yang profesional, faktor pendukung pelaksanaan bimbingan kelompok di PAY Melati antara lain adalah adanya kesadaran dari konseli, dukungan dan motivasi dari ustadz ustadzah, dan penyampaian materi yang menarik.

Rosyidah mengartikan dukungan orang tua sebagai bantuan yang diberikan orang tua kepada anaknya, bertujuan menciptakan kenyamanan, mengurangi tekanan, dan memotivasi anak dalam menghadapi dan menyelesaikan masalah, sehingga menumbuhkan rasa motivasi.⁶⁵ Selain konselor, dalam mengatasi kejenuhan belajar pasti juga membutuhkan peran keluarga, terlebih adalah peran orang tua. Namun, pada kenyataannya anak-anak di PAY Melati masih banyak yang tidak mendapatkan dukungan dan motivasi dari keluarganya, sehingga konselor dan ustadz ustadzah di PAY Melati memiliki peran dan tanggungjawab yang sangat besar sebagai guru dan orang tua bagi anak. Hal itu menjadi salah satu faktor penghambat dalam implementasi layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan REBT dalam mengatasi kejenuhan belajar pada anak di Panti Asuhan Yatim Melati Kudus. Selain itu, perbedaan karakter dan kemampuan pemahaman juga menjadi faktor penghambat dalam

⁶⁴ Eka Sari Setyaningsih,dkk,” Pengembangan Model Bimbingan Kelompok Teknik Pemecahan Masalah Untuk Meningkatkan Keterbukaan Diri Siswa” Jurnal Bimbingan Konseling 3, No.2 (2014):77

⁶⁵ Fredericksen Victoranto Amseke, “Pengaruh Dukungan Sosial Orang Tua terhadap Motivasi Berprestasi”, Jurnal Penelitian dan Pengembangan Pendidikan, Vol. 1 No.1(2018), hal.69

pelaksanaan bimbingan kelompok. Sehingga, konselor harus berusaha untuk memilih metode dan kata dalam menyampaikan materi agar lebih mudah dipahami oleh anak serta memastikan semua anak paham dan *responsive* dalam kegiatan bimbingan kelompok yang dilaksanakan.

Berdasarkan penjelasan diatas, disimpulkan bahwa faktor pendukung dalam implementasi layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan REBT dalam mengatasi kejenuhan belajar pada anak di Panti Asuhan Yatim Melati Kudus adalah kesadaran diri anak, konselor yang professional, dukungan dan motivasi dari ustadz ustadzah, serta penyampaian materi yang menarik. Sedangkan, faktor penghambatnya adalah kurangnya dukungan serta motivasi dari orang tua, perbedaan karakter dan pemahaman pada anak.

