

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kegiatan atau tingkah laku individu pada hakikatnya merupakan cara untuk memenuhi kehidupan. Banyak cara yang dapat ditempuh individu untuk memenuhi kebutuhannya, baik cara yang wajar maupun cara yang tidak wajar, cara yang disadari maupun tidak disadari. Oleh karena itu siswa sekolah menengah berbeda dengan murid SD. Mereka berada pada tahap perkembangan remaja yang merupakan transisi dari masa anak-anak ke masa dewasa. Banyak gejala menandai masa perkembangan remaja itu. Konselor disekolah menengah dituntut untuk memahami berbagai gejala yang secara potensial sering muncul itu dan cara-cara penanganannya. Bentuk-bentuk permasalahan khusus seperti masalah hubungan muda-mudi, masalah perkembangan seksual, masalah social dan ekonomi, masalah masa depan banyak muncul diantara remaja itu.¹

Remaja sekarang banyak berpartisipasi dalam pembangunan, maka tidak heran bila pemerintah mencanangkan bahwa pengembangan generasi muda diarahkan untuk mempersiapkan kader penerus perjuangan bangsa dan pembangunan nasional dengan memberikan bekal keterampilan, kepemimpinan, kesegaran jasmani, daya kreasi, patriotisme idealisme, kepribadian dan budi pekerti yang luhur. Untuk itu perlu diciptakan iklim yang sehat sehingga memungkinkan kreativitas generasi muda berkembang secara wajar dan bertanggung jawab. Dalam rangka itu perlu ada usaha usaha guna mengembangkan generasi muda untuk melibatkannya dalam proses kehidupan berbangsa dan bernegara serta pelaksanaan pembangunan nasional.² Di sekolah, di samping banyaknya siswa yang berhasil secara gemilang dalam belajar, sering pula dijumpai adanya siswa yang gagal seperti angka-angka rapor rendah, tidak naik kelas, tidak lulus ujian akhir, dan sebagainya. Secara umum siswa-siswa yang seperti itu dapat dipandang sebagai siswa siswa yang mengalami masalah belajar. Secara lebih luas masalah belajar

¹Prayitno & Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan &Konseling* (Jakarta: Asdi Mahasatya, 2004), 305.

²Muhammad Al-Mighwar, *Psikologi Remaja*(Bandung: Pustaka Setia, 2011), 57.

tidak hanya terbatas pada contoh-contoh yang disebutkan itu. Masalah belajar memiliki bentuk yang banyak ragamnya, diantaranya yaitu keterlambatan akademik, ketercepatan dalam belajar, sangat lambat dalam belajar, kurang motivasi dalam belajar, bersikap dan berkebiasaan buruk dalam belajar.³ Hambatan dalam aspek emosional sering diidentikkan dengan tingkat kematangan remaja. Sejauh mana remaja bias menguasai emosi dirinya, terhadap tekanan jiwanya yang sedang bergejolak.⁴ Dari keberhasilan siswa dan beberapa masalah belajar tersebut tentunya tidak lepas dari faktor kematangan dan belajar siswa.

Faktor kematangan dan belajar memegang peranan penting dalam perkembangan siswa. Kematangan adalah terbukanya sifat-sifat bawaan. Kematangan memberikan bahan dasar untuk belajar dan menentukan pola-pola umum dan urutan-urutan perilaku yang lebih umum. Sementara itu, belajar adalah perkembangan yang berasal dari latihan dan usaha individu. Belajar tidak dapat berlangsung begitu saja, melainkan ada waktu-waktu dimana individu menjadi siap. Kesiapan untuk belajar menentukan saat kapan belajarnya itu dapat dan harus dilakukan. Dengan demikian, hubungan antara kematangan dan belajar merupakan penyebab dari perkembangan individu.⁵ Dalam perkembangannya, siswa usia SMP berada pada tahap periode perkembangan yang sangat pesat dari segala aspek.⁶ Menyiapkan waktu, situasi dan kondisi kegiatan belajar agar tetap baik dalam pengembangannya tentulah tidak jauh dari layanan bimbingan belajar melalui layanan bimbingan dan konseling dari seorang guru maupun konselor.

Bimbingan belajar adalah layanan bimbingan dan konseling yang diberikan kepada individu untuk dapat membentuk kebiasaan belajar yang baik, mengembangkan rasa ingin tahu dan menumbuhkan motivasi untuk mengembangkan ilmu pengetahuan.⁷ Perilaku manusia merupakan hasil belajar sehingga dapat diubah dengan memanipulasi kondisi belajar. Pada dasarnya proses konseling merupakan suatu pernyataan proses atau

³ Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, 279.

⁴ Elfi Mu'awanah, *Bimbingan Konseling Islam* (Yogyakarta: Teras, 2012), 23.

⁵ Ridwan, *Penanganan Efektif Bimbingan Dan Konseling Disekolah* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2008), 111.

⁶ Nazarudin, *Manajemen Pembelajaran* (Yogyakarta: Teras, 2007), 50.

⁷ Deni Febrini, *Bimbingan Konseling* (Sleman: Teras, 2011), 81

pengalaman belajar untuk membantu individu mengubah perilakunya agar dapat memecahkan masalahnya.⁸ Dalam bidang bimbingan belajar pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah dan Madrasah membantu peserta didik mengembangkan diri sikap dan kebiasaan belajar dan baik untuk menguasai pengetahuan dan keterampilan serta menyiapkan melanjutkan pendidikan pada tingkat yang lebih tinggi.⁹ Layanan bimbingan bertujuan agar yang bersangkutan dapat mencapai taraf perkembangan dan kebahagiaan secara optimal.¹⁰

Pelayanan bimbingan dan konseling disekolah dan dimadrasah yang penulis ketahui berdasarkan dari Praktik Profesi Lapangan (PPL), penulis mendapatkan informasi bahwa siswa kelas IX di MTs NU AL-Falah Tanjungrejo Jekulo Kudus memiliki beberapa gejala diantaranya seperti kurangnya minat belajar, banyak siswa dalam kesehariannya kurang mampu menyampaikan pendapat, muncul keraguan-keraguan, cemas, memiliki rasa was-was, selalu kurang yakin atas kemampuannya dan bermalas-malasan dalam belajar, terlalu banyak pertemanan antar lawan jenis hingga berpacaran, dan kurangnya dorongan dari orang tua ataupun kurangnya perhatian dari orang tua. Dari adanya masalah tersebut yang penulis ketahui dari Praktik Profesi Lapangan (PPL), maka penulis berusaha mengubah pola pikir siswa-siswi dengan menggunakan pendekatan *Rational Emotive Therapy* (REBT).¹¹

Cara berfikir irasional siswa-siswi tersebut dapat diubah menjadi rasional dengan menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT). REBT dikembangkan oleh Albert Ellis melalui beberapa tahap. Pendekatan ini bertujuan untuk mengajak individu mengubah pola pikir yang irasional menuju pemikiran yang rasional.¹² Terapi *rasional-emotif* merupakan salah

⁸Deni Febrini, *Bimbingan Konseling*, 54.

⁹Mulyadi, *Bimbingan Konseling Di Sekolah dan Madrasah*(Jakarta: Prenamedia Group, 2016), 279.

¹⁰Abin Syamsuddin Makmun, *Psikologi Kependidikan* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2009), 277.

¹¹Realita Penulis di lokasi Praktik Profesi Lapangan (PPL) yang berlangsung pada tanggal 1 Agustus hingga 1 September 2018.

¹²Siska wiyasa Oktora, Yusmansyah, Shinta Mayasari, “Peningkatan Percaya Diri dalam Belajar Mengajar Menggunakan Koseling *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) pada siswa kelas X SMA Negeri 15 Bandar Lampung tahun Ajaran 2016/2017”, *Jurnal Universitas Lampung* 2016/2017.

satu terapi yang berasal dari pendekatan kognitif. Terapi ini lebih banyak kesamaannya dengan terapi-terapi yang berorientasi kognitif-tingkah laku tindakan dalam arti menitikberatkan berpikir, menilai, memutuskan, menganalisis, dan bertindak. Terapi *rational-emotif* sangat direktif serta lebih banyak berurusan dengan dimensi-dimensi perasaan.¹³ Dari beberapa pendapat di atas penulis menyimpulkan bahwa *Rational Emotif Therapy* merupakan satu pendekatan yang membantu memecahkan masalah-masalah yang disebabkan oleh pola pikir yang bermasalah dengan mengubah pola pikir agar menjadi yang lebih baik.

Dari peserta didik yang memiliki masalah dalam ketakutan belajar mata pelajaran Sejarah Kebudayaan Islam dapat dilihat dari peserta didik yang hampir seluruhnya nilainya di bawah rata-rata ketika mengerjakan ulangan bab kerajaan-kerajaan Islam di Indonesia itu. Akibatnya peserta didik memiliki rasa takut untuk belajar mengenai pembelajaran sejarah kebudayaan Islam di bab-bab yang lainnya juga. Peneliti mengetahui ketika Praktik Profesi Lapangan mengajar di kelas IX di MTs NU Al-Falah Tanjungrejo Jekulo Kudus, bahwa adanya masalah mengenai ketidakpercayaan diri siswa salah satunya yaitu adanya rasa takut dalam diri siswa mengenai masalah pembelajarannya. Masalah tersebut dilatarbelakangi dari siswa-siswi yang takut belajar mengenai pembelajaran Sejarah Kebudayaan Islam Semester satu bab kerajaan-kerajaan Islam di Indonesia.

Realitas itulah maka penulis mengungkapkan permasalahan di atas hingga penulis meneliti dan mengambil judul **Implementasi Pendekatan *Rasional Emotif Therapy* dalam Mengatasi Ketakutan Siswa Kelas IX pada Mata Pelajaran Sejarah Kebudayaan Islam di MTS NU Al-Falah Tanjungrejo Jekulo Kudus Tahun Pelajaran 2019/2020.**

B. Fokus Penelitian

Fokus penelitian ini karena adanya keterbatasan waktu, dana, tenaga, teori-teori dan supaya penelitian dapat dilakukan secara mendalam, maka tidak semua masalah yang terkait dengan penelitian ini dapat diteliti. Untuk itu peneliti ini fokus pada

¹³Lumadi, Bambang Sugeng, dan Sakroni, "Penerapan Terapi *Rasional Emotif* terhadap Kepercayaan Diri Penyandang Disabilitas Fisik di Kota Bandung, Balai Besar Rehabilitasi Sosial Bina Daksa Surakarta Sekolah Tinggi Kesejahteraan Sosial", PEKSOS: *Jurnal Ilmiah Pekerjaan Sosial* Vol. 16 No. 2, Desember 2017.

Implementasi Pendekatan *Rational Emotif Therapy* dalam Mengatasi Ketakutan Siswa Kelas IX pada Mata Pelajaran Sejarah Kebudayaan Islam di Mts NU Al-Falah Tanjungrejo Jekulo Kudus Tahun Pelajaran 2019/2020.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti memfokuskan penelitian skripsi ini sebagai berikut:

1. Bagaimana implementasi pendekatan *Rational Emotif Therapy* dalam mengatasi ketakutan siswa kelas IX pada mata pelajaran Sejarah Kebudayaan Islam di MTs NU Al-Falah Tanjungrejo Jekulo Kudus Tahun Pelajaran 2019/2020?
2. Bagaimana faktor pendukung dan penghambat Pendekatan *Rational Emotif Therapy* dalam mengatasi ketakutan siswa kelas IX pada mata pelajaran Sejarah Kebudayaan Islam di MTs NU Al-falah Tanjungrejo Jekulo Kudus Tahun Pelajaran 2019/2020?
3. Bagaimana dampak pendekatan *Rational Emotif Therapy* dalam mengatasi ketakutan siswa kelas IX pada mata pelajaran Sejarah Kebudayaan Islam di MTs NU Al-falah Tanjungrejo Jekulo Kudus Tahun Pelajaran 2019/2020?

D. Tujuan

Dalam penelitian ini bertujuan untuk:

1. Bagaimana implementasi pendekatan *Rational Emotif Therapy* dalam mengatasi ketakutan siswa kelas IX pada mata pelajaran Sejarah Kebudayaan Islam bab di MTs NU Al-Falah Tanjungrejo Jekulo Kudus Tahun Pelajaran 2019/2020?
2. Bagaimana faktor pendukung dan penghambat Pendekatan *Rational Emotif Therapy* dalam mengatasi ketakutan siswa kelas IX pada mata pelajaran Sejarah Kebudayaan Islam di MTs NU Al-falah Tanjungrejo Jekulo Kudus Tahun Pelajaran 2019/2020?
3. Bagaimana dampak pendekatan *Rational Emotif Therapy* dalam mengatasi ketakutan siswa kelas IX pada mata pelajaran Sejarah Kebudayaan Islam di MTs NU Al-Falah Tanjungrejo Jekulo Kudus Tahun Pelajaran 2019/2020?

E. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan deskripsi nyata dilapangan tentang Implementasi Pendekatan

Rasional Emotif Therapy dalam Mengatasi Ketakutan Siswa Kelas IX pada Mata Pelajaran Sejarah Kebudayaan Islam di MTs NU Al-Falah Tanjungrejo Jekulo Kudus Tahun Pelajaran 2019/2020. Disamping itu penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teori maupun praktik.

1. Secara Teoritis

Penelitian ini akan memberikan informasi kontribusi yang berharga bagi khasanah referensi kajian atau riset tentang Implementasi Pendekatan Rasional Emotif Terapi dalam Mengatasi Ketakutan Siswa Kelas IX pada Mata Pelajaran Sejarah Kebudayaan Islam Semester 1 Bab Kerajaan-Kerajaan Islam di Indonesia di MTS NU Al-Falah Tanjungrejo Jekulo Kudus Tahun Pelajaran 2019/2020.

2. Secara Praktis

a. Bagi Lembaga

Proposal skripsi ini sebagai input bagi lembaga-lembaga pendidikan pada umumnya dan lembaga pendidikan yang bersangkutan pada khususnya, guna dipakai sebagai bahan pertimbangan untuk meningkatkan pelaksanaan program bimbingan dan konseling di sekolah.

b. Bagi Guru

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai masukan dan informasi yang positif dalam Implementasi Pendekatan *Rasional Emotif Therapy* dalam mengatasi ketakutan siswa kelas IX pada Mata Pelajaran Sejarah Kebudayaan Islam di MTS NU Al-Falah Tanjungrejo Jekulo Kudus Tahun Pelajaran 2019/2020.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai masukan dan tambahan ilmu pengetahuan baru tentang Implementasi Pendekatan *Rasional Emotif Therapy* dalam mengatasi ketakutan siswa kelas IX pada mata pelajaran Sejarah Kebudayaan Islam di MTS NU Al-Falah Tanjungrejo Jekulo Kudus Tahun Pelajaran 2019/2020.

F. Sistematika Penulisan

Secara umum penelitian proposal skripsi ini dibagi dalam 3 bab besar yang mempunyai keterkaitan antara bahasan dengan bahasan lainnya. Sehingga pada akhirnya akan membentuk suatu penelitian karya ilmiah yang runtut dan sistematis.

1. Bagian awal skripsi, terdiri dari beberapa bagian, meliputi: halaman judul, pengesahan majelis penguji ujian munaqosah, pernyataan keaslian skripsi (berisi pernyataan bahwa skripsi yang dibuat oleh penulis merupakan asli, bukan merupakan plagiat dari karya orang lain), abstrak (berisi ringkasan penelitian yang dilakukan penulis), motto (berisi sebuah ungkapan atau kata mutiara untuk kehidupan yang dipilih penulis dan masih berhubungan dengan judul skripsi), persembahan (berisi ungkapan persembahan kepada pihak-pihak yang dimaksud), pedoman transliterasi Arab-Latin (berisi sebuah panduan guna terdapat kalimat yang mengharuskan menggunakan translate dari Arab ke Latin maupun sebaliknya), kata pengantar (berisi ucapan terimakasih dari penulis kepada pihak-pihak yang telah berkontribusi dalam penulisan skripsi), daftar isi (berisi keseluruhan informasi yang terdapat di dalam skripsi dan disusun secara urut), daftar singkatan (jika ada), daftar tabel (jika ada), dan daftar gambar (jika ada).
2. Bab pertama, yaitu Pendahuluan
Pada bab ini berisikan sub-sub bab yang terdiri dari latar belakang penelitian (berisikan uraian tentang masalah yang melatarbelakangi munculnya penelitian), rumusan masalah (berisikan pertanyaan masalah yang akan dijawab melalui proses penelitian), tujuan penelitian (hal spesifik yang diharapkan dari kegiatan penelitian berdasarkan rumusan masalah), manfaat penelitian (berisikan kontribusi penelitian skripsi yang diharapkan, baik secara akademik dan implikasi praktis).
3. Bab kedua, Kajian Pustaka
Bab kedua ini memuat beberapa sub bab yaitu deskripsi teori yang memuat uraian konsep dan teori tentang *Rational Emotif Therapy*, sejarah, tujuan, fungsi, langkah-langkah dan proses *Rational Emotif Therapy*, teori tentang rasa takut, teori tentang mata pelajaran Sejarah Kebudayaan Islam, hasil penelitian terdahulu serta kerangka berfikir yang merupakan gambaran secara umum isi dari alur penelitian.
4. Bab ke tiga, Metode Penelitian
Pada bab ini, menjelaskan tentang jenis dan pendekatan yang akan dipakai oleh peneliti, setting penelitian (meliputi hal-hal yang dijadikan sebagai objek penelitian), sumber data (meliputi segala informasi yang dapat dijadikan sebagai

sumber data), teknik pengumpulan data (cara yang dipakai peneliti untuk memecahkan masalah), pengujian keabsahan data (berisikan tentang uji data yang dilakukan peneliti), dan teknik analisis data.

5. Bab keempat, Hasil Penelitian dan pembahasan

Pada bab ini, menjelaskan mengenai:

a) Bagian ini menjelaskan mengenai gambaran umum lokasi penelitian yaitu MTs NU Al-Falah Tanjungrejo Jekulo Kudus.

b) Deskripsi data penelitian, berisi tentang:

1) Data tentang implementasi pendekatan *Rational Emotif Therapy* pada mata pelajaran Sejarah Kebudayaan Islam bab di MTs NU Al-Falah Tanjungrejo Jekulo Kudus Tahun Pelajaran 2019/2020.

2) Data tentang faktor pendukung dan faktor penghambat pendekatan *Rational Emotif Therapy* pada mata pelajaran Sejarah Kebudayaan Islam bab di MTs NU Al-Falah Tanjungrejo Jekulo Kudus Tahun Pelajaran 2019/2020.

3) Data tentang dampak penggunaan pendekatan *Rational Emotif Therapy* pada mata pelajaran Sejarah Kebudayaan Islam bab di MTs NU Al-Falah Tanjungrejo Jekulo Kudus Tahun Pelajaran 2019/2020.

c) Analisis data penelitian dan pembahasan berisi tentang:

1) Analisis tentang implementasi pendekatan *Rational Emotif Therapy* pada mata pelajaran Sejarah Kebudayaan Islam bab di MTs NU Al-Falah Tanjungrejo Jekulo Kudus Tahun Pelajaran 2019/2020.

2) Analisis tentang faktor pendukung dan faktor penghambat pendekatan *Rational Emotif Therapy* pada mata pelajaran Sejarah Kebudayaan Islam bab di MTs NU Al-Falah Tanjungrejo Jekulo Kudus Tahun Pelajaran 2019/2020.

3) Analisis tentang dampak penggunaan pendekatan *Rational Emotif Therapy* pada mata pelajaran Sejarah Kebudayaan Islam bab di MTs NU Al-

Falah Tanjungrejo Jekulo Kudus Tahun Pelajaran
2019/2020.

6. Bab V, penutup

Bab ini yang di dalamnya berisi simpulan dan saran-saran yang berhubungan dengan penelitian yang dilakukan. Bagian akhir terdiri dari berbagai macam bagian yaitu daftar pustaka, lampiran-lampiran, transkrip wawancara, catatan hasil observasi, foto dan data-data yang relevan dengan penelitian.

