

**PENERAPAN PENDEKATAN *CLIENT CENTERED THERAPY*  
UNTUK MENGURANGI KEJENUHAN BELAJAR SISWA  
KELAS XI SMK MUHAMMADIYAH 9 MEDAN  
TAHUN PEMBELAJARAN 2016/2017**

**SKRIPSI**

*Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi  
Syarat Mencapai Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)  
Pada Program Studi Bimbingan dan Konseling*

**Oleh:**

**ASTRIYANI**

**1302080026**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA**

**MEDAN**

**2016/2017**

## ABSTRAK

**Astriyani, 1302080026, Penerapan Pendekatan *Client Centered Theraphy* Untuk Mengurangi Kejenuhan Belajar Siswa Kelas XI SMK Muhammadiyah 9 Medan Tahun Pembelajaran 2016/2017, Skripsi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.**

Permasalahan terbentuk dengan baik, masih banyak siswa yang tidak mampu mengontrol dirinya, sering terlambat datang kesekolah, tidak mampu mengarahkan dirinya sendiri, tidak mampu belajar dengan efektif, dan seringnya mengalami kejenuhan belajar. Siswa sering mengalami kejenuhan dalam belajar yakni ketidak berhasilan siswa dalam mencapai proses belajar mengajar yang efektif. Kurang optimalnya pelaksanaan bimbingan dan konseling terutama pelaksanaan pendekatan *client centered theraphy* disekolah. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui penerapan pendekatan *client centered theraphy* untuk mengatasi kejenuhan belajar siswa- siswa kelas XI SMK Muhammadiyah 9 Medan tahun pembelajaran 2016/2017. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI SMK Muhammadiyah 9 Medan yang berjumlah sebanyak 3 orang. Adapun instrument yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan observasi dan wawancara yang sesuai dengan penerapan pendekatan *client centered theraphy* untuk mengatasi kejenuhan belajar. Adapun teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan reduksi data, penyajian data, dan mengambil kesimpulan. Dengan dilakukannya penerapan layanan konseling individual telah berhasil mengurangi kejenuhan belajar siswa kelas XI SMK Muhammadiyah 9 Medan Tahun Pembelajaran. Hasilnya telah mencapai target 75% siswa mampu mengurangi kejenuhan belajar.

**Kata Kunci: Penerapan Pendekatan *Client Centered*, Kejenuhan Belajar Siswa.**

## KATA PENGANTAR



*Assalamu'alaikum Wr. Wb*

Segala Puji bagi ALLAH SWT, Tuhan Yang Maha Sempurna yang telah menciptakan manusia dengan penciptaan yang paling sempurna diantara makhluknya yang lain, Sholawat dan salam semoga tercurah limpahkan kepada junjungan alam dan makhluknya, orang yang paling dicintai dan dimuliakan, orang yang paling mencintai dan memuliakannya serta orang yang paling sempurna dari seluruh makhluknya yakni Rasulullah Nabi Muhammad SAW. Semoga shalawat dan salam ini juga disampaikan kepada keluarga, sahabat dan seluruh pengikutnya sampai akhir zaman.

Syukur Alhamdulillah peneliti ucapkan kehadiran Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya yang tak ternilai sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik dan lancar. Sholawat dalam salam tak lupa peneliti haturkan kepada Nabi Muhammad SAW.

Skripsi ini disusun untuk melengkapi sebagian dari syarat guna memperoleh gelar sarjana pendidikan S-1 Jurusan Pendidikan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Oleh karena itu penulis memilih judul : **“Penerapan Pendekatan *Client Centered Therapy* Untuk Mengurangi Kejenuhan Belajar Siswa Kelas XI SMK Muhammadiyah 9 Medan Tahun Pembelajaran 2016/2017”**.

Dalam penulisan skripsi ini peneliti mengalami banyak kendala-kendala yang mana kendala tersebut sangat bermakna dan kesempurnaan dari isi yang tertulis dalam skripsi ini. Namun, berkat bimbingan, arahan, dan petunjuk dari dosen pembimbing maka peneliti dapat menyelesaikan penelitian ini. Peneliti juga mohon maaf jika ada terdapat kesalahan

dalam penulisan skripsi ini baik itu berupa ketikan, bahasa, dan kurang lengkap isi yang terdapat dalam skripsi ini.

Pada kesempurnaan ini, penulis menyampaikan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Penulis mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada yang teristimewa kepada kedua orang tua tercinta, Ayahanda Alm. Tugino dan Ibunda Bariah yang telah mendidik, membesarkan dengan kasih sayang, membimbing penulis dengan kasih sayang, doa serta dukungan material dan juga banyak memberikan motivasi untuk menyelesaikan skripsi ini. Serta tak lupa juga kepada **Seluruh Keluarga Besar** yang tak dapat penulis sebutkan satu persatu, semoga Allah SWT senantiasa melindungi kepada kita semua, Amin

Penulis juga mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada berbagai pihak, antara lain yaitu:

1. Bapak Dr. Agussani M.AP, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
2. Bapak Dr Elfrianto Nasution, M.Pd, selaku dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
3. Ibu Dra. Syamsuyurnita selaku wakil dekan 1 Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
4. Ibu Dra. Jamilah, M.Pd dan Bapak Drs Zaharuddin Nur M.M selaku Ketua dan Sekretaris Program Studi Pendidikan Bimbingan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
5. Ibunda Dr. Hj. Sulhati Syam, MA selaku dosen pembimbing skripsi yang selama ini telah bersedia meluangkan waktu dalam memberikan arahan dan membimbing dalam menyelesaikan skripsi ini

6. Seluruh staf Pengajar Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara yang telah mendidik penulis selama melaksanakan perkuliahan
7. Bapak Rohadi, ST selaku Kepala Sekolah SMK Muhammadiyah 9 Medan yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian disekolah tersebut
8. Ibu Aisyah Hanum S.Pd selaku guru Bimbingan dan Konseling di SMK Muhammadiyah 9 Medan yang telah memberikan arahan dan dukungan kepada penulis dalam menyusun skripsi ini.
9. Ibu Nani Lestari, S.Pd selaku Pamong PPL di SMA Tamansiswa Medan yang telah memberikan pelajaran dan membimbing selama ppl disekolah tersebut.
10. Teristimewa untuk seluruh keluarga saya Suprayitno abang tercinta, Sri Indah Kunchayani kakak tersayang, Rahmadani S.Pd kakak tersayang dan Wulan Meilani adik tersayang, serta kedua keponakan Azzam Fadlurrahman dan Azriel Habiburrahman yang sangat saya sayang yang telah memberikan banyak motivasi kepada saya.
11. Terkhusus buat sahabat saya yang tiada henti-hentinya untuk memberikan motivasi dan dukungan selama perkuliahan ini dan memberi warna dihidup saya, khususnya sahabat KC yaitu : Aulia Sari, Utami Putri Pratiwi, Juwita Sari, Tika Mauliya, Putri Nazipah, Rabini, Nurul ulfah, Elmanda Artami Rizki, dan Seluruh anak BK A pagi angkatan '13
12. Seluruh sahabat-sahabat PPL di SMA Tamansiswa Medan yang selalu bersama selama tiga bulan yaitu Rabiatur Adawiyah, Ayu Andira Batubara, Intan Permata Sari, Nurhayati, Bayu Abdi Dwi Cahyo.
13. Seluruh warga kost 47 ceria yang telah memberi motivasi dan dorongan, terkhusus kepada Juwita Septiyanti Saragih, Utami putri Pratiwi, Pujiati, Armaya Shita, Linda Pratiwi, Yulina Maharani Tanjung, dan Evi Yulanda.

Akhirnya penulis mengharapkan semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi rekan-rekan mahasiswa dan para pembaca sekalian. Tiada kata yang lebih baik yang dapat penulis ucapkan untuk semua pihak yang membantu. Semoga Allah SWT selalu melimpahkan taufik dan Hidayah-nya kepada kita, dan semoga dapat bermanfaat bagi kita semua. Amin.

*Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Medan, Februari 2017

Astriyani

v

v

## DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK.....	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI .....	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR TABEL.....	viii
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	4
C. Batasan Masalah.....	4
D. Rumusan Masalah .....	5
E. Tujuan Penelitian .....	5
F. Manfaat Penelitian .....	5
<b>BAB II LANDASAN TEORITIS.....</b>	<b>7</b>
A. Kerangka Teoritis .....	7
1. Bimbingan dan Konseling.....	7
1.1 Pengertian Bimbingan dan Konseling.....	7
1.2 Fungsi Bimbingan dan Konseling .....	10
1.3 Tujuan Bimbingan dan Konseling .....	13
2. Layanan Konseling Individu .....	15

2.1 Pengertian Layanan Konseling Individu .....	15
2.2 Tujuan Layanan Konseling Individu .....	16
2.3 Pelaksanaan Layanan Konseling Individu.....	16
3. Teknik <i>Client Centered</i> .....	17
3.1 Pengertian Teknik <i>Client Centered</i> .....	17
3.2 Ciri-ciri <i>Client Centered</i> .....	18
3.3 Tujuan <i>Client Centered</i> .....	19
3.4 Proses Konseling Therapy .....	20
3.5 Teknik Konseling Therapy .....	21
4. Kejenuhan Dalam Belajar .....	22
4.1 Pengertian Kejenuhan dalam belajar .....	22
4.2 Faktor-faktor Penyebab Kejenuhan belajar .....	23
4.3 Dampak-dampak Kejenuhan Belajar .....	24
4.4 Ciri-ciri orang yang mengalami kejenuhan belajar.....	25
4.5 Cara-cara mengatasi Kejenuhan Belajar .....	28
B. Kerangka Konseptual.....	32
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>34</b>
A. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	34
1. Lokasi Penelitian .....	34
2. Waktu Penelitian .....	34
B. Populasi dan Sampel Penelitian .....	35



C. Defenisi Operasional Variabel .....	37
D. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	38
E. Instrumen Penelitian.....	39
1. Observasi.....	39
2. Wawancara.....	39
3. Dokumentasi.....	41
E. Teknik dan Analisis Data .....	41
1. Pengumpulan Data.....	42
2. Penyajian Data.....	42
3. Penarikan Kesimpulan .....	42
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN .....</b>	<b>43</b>
A. Deskripsi Lokasi Penelitian .....	43
1. Profil Sekolah.....	43
2. Visi dan Misi .....	44
3. Sarana dan Prasarana Disekolah.....	45
4. Struktur Organisasi .....	46
5. Keadaan Guru .....	47
B. Deskripsi Hasil Penelitian.....	48
1. Pelaksanaan Pendekatan <i>Client Centered Therapy</i> .....	49
2. Kejenuhan Belajar Siswa .....	55
3. Penerapan Pendekatan <i>Client Centered Therapy</i> Untuk Mengurangi	

Kejenuhan belajar siswa.....	57
C. Pembahasan Hasil Penelitian .....	61
D. Keterbatasan Penelitian .....	61
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>63</b>
A. Kesimpulan .....	63
B. Saran .....	64
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	
<b>LAMPIRAN</b>	

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Sekolah merupakan lembaga yang berfungsi tempat dilaksanakannya proses pendidikan. Pendidikan tidak hanya mempunyai arti mentransfer ilmu dan materi pelajaran kepada siswa, lebih luas dari itu kegiatan mendidik juga meliputi merubah perilaku siswa kearah yang lebih baik. Adakalanya mereka menghadapi berbagai hambatan, sehingga tidak mampu berkembang, terutama yang berkaitan dengan kebutuhan-kebutuhan mendasar yang sedang dialami. Beberapa masalah tersebut antara lain, persepsi negatif terhadap diri sendiri, ketidakmampuan dalam menyesuaikan diri, perkelahian, kekecewaan, penyesalan dan duka cita, penyalahgunaan fisik dan seksual, perasaan terasing dan kesepian, konflik budaya, pelanggaran terhadap aturan sekolah, tekanan dan ketertarikan, ungkapan emosi yang berlebihan baik dirumah maupun disekolah, bolos, dampak dari perceraian dan lain-lainnya.

Pendidikan merupakan proses pembelajaran peserta didik untuk mengembangkan potensinya sehingga dapat membentuk watak, serta berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, dan dapat menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan bertanggungjawab.

Menurut Undang-Undang RI Nomor 20 tahun 2003 pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran sehingga peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan masyarakat, bangsa, dan negara.

Proses pembelajaran dalam pendidikan haruslah menciptakan suasana pendewasaan diri yang tidak terlepas dari ikatan adat istiadat, aturan, yang ada dimasyarakat. Pendidikan mempunyai peranan dalam membina dan membimbing agar siswa dapat menjalani hidup dimasyarakat. Dalam usahanya tersebut ada saja hambatan-hambatan yang datang, baik dari dalam (internal) maupun dari luar (eksternal), sehingga diperlukan adanya pemecahan masalah.

Pada dunia pendidikan, keberadaan siswa yang sangat antusias dalam mengikuti pembelajaran sangatlah penting. Keantusiasan dalam belajar dapat terganggu dan menurun bila peserta didik mengalami masalah didalam kehidupannya, apalagi bila masalah itu menjadi penghambat perkembangan kepribadian siswa tersebut. Permasalahan tersebut dapat meliputi kehidupan sehari-hari misalnya berhubungan dengan keluarga, hubungan sosial dengan teman maupun masyarakat sekitar, tentang pekerjaan, perkuliahian, perekonomian, dan lain-lain.

Dalam kajian Bimbingan dan Konseling kita mempelajari banyak hal yang berhubungan dengan bimbingan dari konselor kepada klien untuk menyelesaikan permasalahan yang dialami oleh klien. Salah satu jenis layanan bimbingan konseling adalah layanan individu. Konseling individu merupakan layanan konseling yang diselenggarakan oleh seorang konselor terhadap seorang klien dalam rangka pengentasan masalah pribadi klien. Dalam konseling individu pemberian bantuan dilakukan secara *face to face* antara konselor dengan individu (konseli).

Dalam proses konseling ini, konselor dapat menggunakan pendekatan teori *client centered*. Teori *client centered* adalah suatu metode perawatan psikis yang dilakukan dengan cara berdialog antara konselor dengan klien, agar terciptanya gambaran yang serasi dengan kenyataan klien yang sebenarnya. Dengan demikian pendekatan ini di fokuskan pada tanggung jawab dan kesanggupan klien untuk menemukan cara-cara menghadapi kenyataan secara lebih penuh.

Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di SMK Muhammadiyah 9 Medan Tahun Ajaran 2016/2017, diperoleh informasi dari guru pembimbing dan pengamatan peneliti sendiri, masalah yang sering terjadi tersebut khususnya pada kelas XI meliputi tentang kejenuhan belajar yang dialami oleh siswa. Tingkat kejenuhan belajar mereka sangat tinggi sehingga menghambat proses belajar pembelajaran disetiap masing-masing guru bidang studi. Siswa-siswi yang mengalami kejenuhan belajar ditandai dengan perilaku siswa yang tidak aktif didalam kelas, sering keluar kelas ketika pelajaran berlangsung, nilai pelajaran siswa yang rendah, tidak mengerjakan Pekerjaan Rumah. Kesadaran siswa dalam mengalami kejenuhan belajar tidak mendapat perhatian yang khusus dari guru pembimbing maupun guru bidang studi, sehingga menjadi permasalahan yang perlu untuk diselesaikan sesegera mungkin. Hal ini disebabkan karena kurangnya interaksi yang baik antara guru dan siswa.

Berdasarkan latar belakang dan fakta yang diuraikan diatas, maka peneliti menganggap penting untuk melakukan penelitian tentang **“Penerapan Pendekatan *Client Centered Therapy* untuk Mengurangi Kejenuhan Belajar Siswa Kelas XI SMK Muhammadiyah 9 Medan Tahun Ajaran 2016/2017.**

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang yang diungkapkan di atas, maka peneliti membuat identifikasi masalah untuk mempermudah dalam penelitian ini, yaitu:

1. Sebagian siswa sering keluar kelas saat pelajaran berlangsung diakibatkan jenuhnya dalam proses belajar mengajar.
2. Kurangnya perhatian guru terhadap siswa yang mengalami kejenuhan belajar.

3. Kurangnya interaksi guru terhadap siswa yang mengalami kejenuhan belajar.
4. Pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling di sekolah khususnya dalam menggunakan metode pendekatan konseling *client centered* kurang optimal.

### **C. Batasan Masalah**

Berdasarkan pernyataan identifikasi masalah tersebut, banyak masalah yang terjadi disekolah. Maka dalam penelitian ini permasalahan dibatasi pada

“Penerapan konseling individual dengan menggunakan pendekatan *client centered Therapy* untuk mengurangi kejenuhan belajar siswa kelas XI SMK Muhammadiyah 9 Medan Tahun Ajaran 2016/2017.

### **D. Rumusan Masalah**

Dari uraian diatas penulis merumuskan masalah sebagai berikut:

Bagaimana penerapan layanan konseling individual dengan menggunakan pendekatan *client centered Therapy* untuk mengurangi kejenuhan belajar siswa kelas XI SMK Muhammadiyah 9 Medan Tahun Ajaran 2016 / 2017 ?

### **E. Tujuan Penelitian**

Beberapa tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah:

Untuk mengetahui bagaimana Penerapan layanan konseling individual untuk mengurangi kejenuhan belajar siswa kelas XI SMK Muhammadiyah 9 Medan Tahun Ajaran 2016/2017

## **F. Manfaat Penelitian**

Berdasarkan tujuan yang ingin dicapai pada penelitian ini, maka penelitian ini juga diharapkan memberi manfaat yang besar dari berbagai pihak:

### 1. Manfaat secara teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi jurusan bimbingan dan konseling, mahasiswa dalam menambah ilmu pengetahuan dan pengembangan study tentang bimbingan konseling.

### 2. Manfaat secara praktis

- a. Bagi peneliti, dapat menambah pengalaman dan keterampilan cara mengatasi kejenuhan belajar siswa dan sebagai bahan masukan untuk meningkatkan keterampilan dalam menulis karya ilmiah dan penerapan layanan bimbingan konseling.
- b. Bagi sekolah, sebagai masukan bagi guru bidang studi untuk dijadikan acuan atau pedoman dalam memberikan motivasi bagi siswa yang mengalami kejenuhan dalam belajar.
- c. Bagi jurusan, penelitian ini dapat menambah koleksi kajian tentang pembelajaran dalam mengurangi kejenuhan dalam belajar.
- d. Bagi siswa, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi pedoman bagi siswa untuk dapat mengurangi kejenuhan dalam belajar.

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORITIS**

#### **A. Kerangka Teoritis**

##### **1. Bimbingan dan Konseling**

Pelayanan bimbingan dan konseling disekolah menjadi suatu pekerjaan dan ruang lingkup yang jelas. Lebih jauh mengingat bahwa sumber permasalahan anak-anak, remaja, dan pemuda sebagian besar berada diluar sekolah dan permasalahan yang dialami manusia tidak hanya terdapat disekolah, maka pelayanan bimbingan dan konseling perlu menjangkau daerah-daerah yang lebih luas diluar sekolah.

##### **1.1 Pengertian Bimbingan dan Konseling**

Pelayanan bimbingan dan konseling dilaksanakan dari manusia, untuk manusia, dan oleh manusia. Makna dari kata manusia, artinya pelayanan itu didasarkan hakikat keberadaan manusia dengan segenap dimensi kemanusiannya. Makna dari manusia, dimaksudnya bahwa pelayanan tersebut diselenggarakan demi tujuan-tujuan yang agung, mulia dan positif bagi kehidupan kemanusiaan menuju manusia seutuhnya., baik manusia sebagai individu atau kelompok, makna kata dari manusia mengandung pengertian penyelenggara kegiatan itu adalah manusia dengan segenap derajat, martabat dan keunikan masing-masing.

Bimbingan dan konseling yang dilaksanakan atau dipraktekkan sebagai upaya untuk membantu individu-individu yang memerlukan bantuan untuk mempermudahnya dalam mencapai tujuan yang dimaksud Oleh sebab itu, dalam rangka lebih memahami pengertian



bimbingan dan konseling perlu ditinjau pengertian bimbingan dan konseling secara luas untuk dijadikan pangkal tolak bagi pembahas bimbingan dan konseling lebih jauh.

#### **a. Pengertian Bimbingan**

Pelayanan bimbingan dan konseling dilaksanakan dari manusia, untuk manusia dan oleh manusia. Dalam kehidupan sehari-hari, seiring dengan penyelenggaraan pendidikan pada umumnya dan dalam hubungan saling pengaruh antara orang yang satu dengan orang lainnya, peristiwa bimbingan setiap kali dapat terjadi, sesuai dengan tingkat perkembangan formal.

Banyak pengertian dari bimbingan diantaranya, menurut Frank Parson yang mendefinisikan "Bimbingan adalah bantuan yang diberikan kepada individu untuk memilih, mempersiapkan diri, dan memangku sebuah jabatan serta mendapat kemajuan dalam jabatan yang dipilihnya" (Prayitno,2004:93).

Bimbingan adalah bantuan yang diberikan kepada individu dalam membuat pilihan-pilihan dan penyesuaian-penyesuaian yang bijaksana. Bantuan itu berdasarkan atas prinsip demokrasi yang merupakan tugas dan hak setiap individu untuk memilih jalan hidupnya sendiri sejauh tidak mencampuri hak orang lain. Kemampuan membuat pilihan seperti itu tidak diturunkan(diwarisi), tetapi harus dikembangkan. ( *Jones, Staffire & Stewart, 1970*).

Selanjutnya Natawidjaja dalam (Luddin 2010:15) menyatakan,

"Bimbingan adalah proses pemberian bantuan yang dilaksanakan oleh orang yang ahli kepada seorang atau beberapa orang individu, baik anak-anak, remaja maupun orang dewasa, agar orang yang dibimbing dapat mengembangkan kemampuan dirinya sendiri dan mandiri, dengan memanfaatkan kekuatan individu dan sarana yang ada serta dapat dikembangkan berdasarkan norma-norma yang berlaku".

Dengan membandingkan pengertian tentang bimbingan yang telah dipaparkan diatas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa bimbingan merupakan suatu proses pemberian bantuan yang diberikan kepada individu untuk dapat memahami dirinya dan mengembangkan kemampuannya

dalam membuat keputusan yang akan dipilihnya sesuai dengan arah kemampuan yang dimilikinya.

### **b. Pengertian Konseling**

Istilah konseling telah digunakan dengan luas sebagai kegiatan yang dipikirkan untuk membantu seseorang atau kelompok untuk menyelesaikan masalahnya. Tugas konseling adalah dengan memberikan kesempatan kepada klien untuk mengeksplorasi, menemukan dan menjelaskan cara hidup lebih memuaskan dan cerdas dalam menghadapi sesuatu.

Menurut Luddin(2010:16), pengertian sederhana untuk “Konseling adalah sebagai suatu proses pembelajaran yang seseorang itu belajar tentang dirinya serta tentang hubungan dalam dirinya lalu menentukan tingkahlaku yang dapat memajukan perkembangan pribadinya”.

Menurut Maclean dalam Shertzen & Stone (2010:18) :

Menyatakan bahwa konseling adalah suatu proses yang terjadi dalam hubungan tatap muka antara seorang individu yang terganggu oleh karena masalah yang tidak dapat diatasinya sendiri dengan seorang pekerja yang profesional, yaitu orang yang telah terlatih dan berpengalaman membantu orang lain mencapai pemecahan terhadap berbagai jenis kesulitan pribadi.

Lebih lanjut Tolbert dalam (Prayitno dan Amti, 2004:101) menyatakan,

” Konseling adalah hubungan pribadi yang dilakukan secara tatap muka antara dua orang dalam mana konselor melalui hubungan itu dengan kemampuan-kemampuan khusus yang dimilikinya., menyediakan situasi belajar. Dalam hal ini konseli dibantu untuk memahami dirinya sendiri, keadaan sekarang, dan kemungkinan keadaan masa depan yang dapat ia ciptakan dengan menggunakan potensi yang dimilikinya. Lebih lanjut konseli dapat belajar bagaimana memecahkan masalah-masalah dan menemukan kebutuhan-kebutuhan yang akan datang”.

Dengan membandingkan pengertian tentang konseling yang telah dipaparkan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa pengertian konseling merupakan proses pemberian bantuan yang dilakukan dengan metode wawancara antara konselor dengan klien dalam membantunya mencari

solusi untuk pemecahan masalah yang dialami klien tersebut, maka dengan demikian pula klien merasa terbantu dengan adanya solusi yang diberikan oleh konselor.

Jadi, dapat diartikan bahwa bimbingan dan konseling adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling (*face to face*) oleh seorang ahli (disebut konselor) kepada individu yang sedang mengalami sesuatu masalah (disebut konseli) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi konseli serta dapat memanfaatkan berbagai potensi yang dimiliki dan sarana yang ada, sehingga individu atau kelompok individu itu dapat memahami dirinya sendiri untuk mencapai perkembangan yang optimal, mandiri, serta dapat merencanakan masa depan yang lebih baik untuk mencapai kesejahteraan hidup.

## **1.2 Fungsi Bimbingan dan Konseling**

Kegunaan, manfaat, keuntungan ataupun jasa yang diperoleh dari adanya suatu pelayanan, merupakan hasil dari terlaksananya fungsi layanan yang dimaksud. Dengan demikian, fungsi suatu pelayanan dapat diketahui dengan melihat kegunaan, manfaat ataupun keuntungan yang dapat diberikan oleh pelayanan yang dimaksud.

Menurut Tohirin (2013: 36) menyatakan,

“pelayanan bimbingan dan konseling khususnya disekolah daeilm madrasah memiliki beberapa fungsi, yaitu (a) fungsi pencegahan, (b) fungsi pemahaman, (c) fungsi pengentasan, (d) fungsi pemeliharaan, (e) fungsi penyaluran, (f) fungsi penyesuaian, (g) fungsi pengembangan, (h) fungsi perbaikan, dan (i) fungsi advokasi”.

Dengan demikian suatu fungsi dapat dilihat dari kegunaan, manfaat ataupun kegunaannya, diantara fungsi tersebut maka dapat dijelaskan sebagai berikut:

### **a. Fungsi Pencegahan**

Melalui fungsi pencegahan, pelayanan bimbingan dan konseling dimaksudkan untuk mencegah timbulnya masalah pada diri siswa sehingga mereka terhindar dari berbagai masalah

yang dapat menghambat perkembangannya. Berdasarkan fungsi ini, pelayanan bimbingan konseling harus tetap diberikan kepada setiap siswa sebagai usaha pencegahan terhadap timbulnya masalah. Fungsi ini dapat diwujudkan oleh guru pembimbing atau konselor dengan merumuskan program bimbingan yang sistematis sehingga hal-hal yang dapat menghambat perkembangan siswa seperti kesulitan belajar, kekurangan informasi, masalah sosial dan lain sebagainya yang dapat dihindari.

b. Fungsi Pemahaman

Melalui fungsi pemahaman, pelayanan bimbingan dan konseling dilaksanakan dalam rangka memberikan pemahaman tentang klien atau siswa beserta permasalahannya dan juga lingkungan oleh klien itu sendiri dan oleh pihak-pihak yang membantunya.

c. Fungsi Pengentasan

Fungsi pengentasan digunakan apabila seorang siswa mengalami suatu permasalahan dan ia tidak dapat memecahkannya sendiri lalu ia pergi ke pembimbing atau konselor, maka yang diharapkan oleh siswa yang bersangkutan adalah teratasinya masalah yang dihadapinya. Siswa yang mengalami masalah dianggap berada dalam suatu kondisi atau keadaan yang tidak mengenakkan sehingga perlu diangkat atau dikeluarkan dari kondisi atau keadaan tersebut.

d. Fungsi Pemeliharaan

Melalui fungsi pemeliharaan, berarti memelihara segala sesuatu yang baik yang ada pada diri individu (siswa), baik hal itu merupakan pembawaan maupun hasil-hasil perkembangan yang telah dicapai selama ini”

e. Fungsi Penyaluran

Fungsi penyaluran digunakan kepada setiap siswa yang memperoleh kesempatan untuk mengembangkan diri sesuai dengan keadaan pribadinya masing-masing yang meliputi bakat,

minat, kecakapan, cita-cita dan lain sebagainya. Melalui fungsi ini, pelayanan bimbingan dan konseling berupaya mengenali masing-masing siswa secara perorangan, selanjutnya memberikan bantuan menyalurkan kearah kegiatan atau program yang telah menunjang tercapainya perkembangan yang optimal.

f. Fungsi Penyesuaian

Melalui fungsi penyesuaian, bimbingan dan konseling membantu terciptanya penyesuaian antara siswa dengan lingkungan. Dengan demikian, melalui fungsi ini pelayanan bimbingan dan konseling membantu siswa memperoleh penyesuaian diri secara baik dengan lingkungannya (terutama lingkungan sekolah dan madrasah bagi para siswa).

g. Fungsi Pengembangan

Fungsi pengembangan digunakan dalam pelayanan bimbingan dan konseling yang diberikan kepada para siswa untuk membantu para siswa dalam mengembangkan seluruh potensi dirinya secara lebih terarah. Dengan demikian, pelayanan bimbingan dan konseling membantu para siswa agar berkembang sesuai dengan potensinya masing-masing.

h. Fungsi Perbaikan

Melalui fungsi perbaikan, pelayanan bimbingan dan konseling diberikan kepada siswa untuk memecahkan masalah-masalah yang dihadapi siswa. Bantuan yang diberikan tergantung pada masalah yang dihadapi siswa.

i. Fungsi Advokasi

Fungsi advokasi digunakan untuk layanan Bimbingan dan konseling yang berfungsi untuk membantu peserta didik memperoleh pembelaan atas hak dan atau kepentingan yang kurang mendapat perhatiannya.

### **1.3 Tujuan Bimbingan dan Konseling**

Tujuan bimbingan dan konseling untuk memperoleh wawasan baru dan mencapai kemampuan untuk mengambil keputusan dan keberanian untuk melaksanakannya. Sejalan dengan perkembangan konsepnya bimbingan dan konseling, mengalami perubahan dari sederhana menjadi yang lebih komprehensif.

Menurut Prayitno dan Erman Amti (2004:114), mengemukakan bahwa “tujuan bimbingan dan konseling dibagi menjadi 2, yaitu tujuan umum dan tujuan khusus.

#### **a. Tujuan Umum**

Membantu individu untuk memperkembangkan diri secara optimal sesuai dengan tahap perkembangan yang dimilikinya (seperti kemampuan dasar dan bakat-bakatnya), berbagai latar belakang yang ada (seperti latar belakang keluarga, pendidikan, status sosial ekonomi), serta sesuai dengan tuntutan positif lingkungannya. Dalam kaitan ini, bimbingan dan konseling membantu individu untuk menjadi insan yang berguna dalam kehidupannya yang memiliki berbagai wawasan, pandangan, interpretasi, pilihan, penyesuaian dan keterampilan yang tepat berkenan dengan diri sendiri dan lingkungannya.

#### **b. Tujuan Khusus**

Adapun tujuan khusus bimbingan dan konseling merupakan penjabaran tujuan umum tersebut yang dikaitkan secara langsung permasalahan yang dialami oleh individu yang bersangkutan, sesuai dengan kompleksitas permasalahannya itu. Oleh karena itu tujuan khusus bimbingan dan konseling untuk masing-masing individu bersifat unik pula. Tujuan bimbingan dan konseling untuk seseorang individu berbeda dari ( dan tidak boleh disamakan dengan) tujuan bimbingan dan konseling untuk individu lain.

## **2. Layanan Konseling Individu**

### **2.1 Pengertian Layanan Konseling Individu**

Layanan konseling individu ini merupakan salah satu dari teknik bimbingan dan konseling. Layanan konseling individu adalah suatu layanan pemberian bantuan yang diberikan secara individu dan tatap muka secara langsung antara guru pembimbing (konselor) dengan siswa (klien).

Menurut Abu Bakar (2010:66) “ Layanan konseling perorangan adalah layanan yang memungkinkan siswa mendapatkan layanan langsung secara tatap muka dengan seorang konselor terhadap seorang klien dalam pengentasan masalah pribadi klien.

Menurut Prayitno dan Erman Amti (2004:105)” Konseling perorangan adalah layanan proses pemberian yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli disebut (konselor) kepada individu yang sedang mengalami sesuatu masalah disebut (klien) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi klien.

Menurut Sofyan Willis (2004:35) “ Konseling Individu yaitu bantuan yang diberikan oleh konselor kepada seorang siswa dengan tujuan berkembangnya potensi siswa, mampu mengatasi masalah sendiri dan dapat menyesuaikan diri secara positif ”.

Dari pendapat para ahli diatas, dapat disimpulkan bahwa konseling individu adalah suatu proses tatap muka antara seorang konselor dengan klien untuk membantu klien dalam mengentaskan permasalahan dan potensi yang dimilikinya..

### **2.2 Tujuan Layanan Konseling Individu**

Menurut Prayitno (2004:4) “Tujuan layanan Konseling Individu adalah terentasnya masalah yang dialami klien. Apabila masalah klien itu dicirikan sebagai (a) sesuatu yang tidak disukai adanya, (b) suatu yang ingin dihilangkan, dan/atau (c) sesuatu yang dapat menghambat atau menimbulkan kerugian, maka upaya pengentasan masalah klien melalui Konseling Perorangan akan mengurangi intensitas ketidaksukaan atas keberadaan sesuatu yang dimaksud atau meniadakan keberadaan sesuatu yang dimaksud dan/atau mengurangi intensitas hambatan dan/atau kerugian yang ditimbulkan oleh suatu yang dimaksudkan itu.

### **2.3 Pelaksanaan Layanan Konseling Individu**

Pelaksanaan layanan konseling individu juga memperoleh beberapa tahapan kegiatan yaitu:

1. Perencanaan yang meliputi kegiatan: (a) mengidentifikasi klien, (b) mengatur waktu pertemuan, (c) mempersiapkan tempat dan perangkat teknis penyelenggaraan layanan, (d) menetapkan fasilitas layanan, (e) menyiapkan kelengkapan administrasi.
2. Pelaksanaan yang meliputi kegiatan; (a) menerima klien, (b) menyelenggarakan penstrukturan, (c) membahas masalah klien dengan menggunakan teknik-teknik, (d) mendorong pengentasan masalah klien(bisa digunakan teknik-teknik khusus), (e) memantapkan komitmen klien dengan pengentasan masalahnya, (f) melakukan penilaian segera.
3. Melakukan evaluasi jangka pendek
4. Menganalisis hasil evaluasi
- 5 Tindak lanjut yang meliputi kegiatan; (a) menetapkan jenis arah tindak lanjut, (b) mengomunikasikan rencana tindak lanjut kepada pihak-pihak terkait, dan (c)melaksanakan rencana tindak lanjut.



- 6 Laporan yang meliputi kegiatan: (a) menyusun laporan layanan konseling individu, (b) menyampaikan laporan kepada kepala sekolah atau madrasah dan pihak lain terkait, dan (c) mendokumentasikan laporan.

### **3. Teknik *Client Centered***

#### **3.1 Pengertian Teknik *Client Centered***

Pendekatan *client centered* berasumsi bahwa manusia yang mencari bantuan psikologi diperlukan sebagai konseli yang bertanggung jawab yang memiliki kekuatan untuk mengarahkan dirinya.

Menurut Bukit (2013 : 80) "*client centered* juga sering disebut dengan *psikotherapy non directive* yaitu metode perawatan psikis yang dilakukan dengan cara berdialog antara konselor dengan klien agar tercapai gambaran yang serasi antara *ideal self* (diri yang ideal) dengan *actual self* (diri klien dengan kenyataan yang sebenarnya).

Menurut Willis (2013 : 100) mengatakan *client centered* disebut juga *psikotherapy non directive* adalah suatu metode perawatan psikis yang dilakukan dengan cara berdialog antara konselor dengan klien agar tercipta gambaran yang sesuai dengan kenyataan klien yang sebenarnya.

Berdasarkan penelitian diatas, peneliti menyimpulkan bahwa *client centered* memiliki keyakinan bahwa individu pada dasarnya baik dan memiliki pemikiran untuk berkembang secara positif dan realitas serta dapat dipercaya. Manusia dipandang sebagai makhluk sosial yang berfikir secara rasional dan realistis yang dapat memiliki perasaan negatif dan emosional yang berasal dari kefrustasiannya atas tidak terpenuhinya kebutuhan dan keinginannya. Oleh karena itu manusia mampu merasakan pengalaman yang mengekspresikan diri dan pikiran-pikiran yang

tidak sesuai dalam menuju kehidupan yang lebih baik, hal ini disebabkan manusia memiliki kapasitas untuk mengontrol tingkah lakunya.

### **3.2 Ciri-ciri *Client centered***

Dalam pembahasan *client centered*, memiliki beberapa ciri-ciri, salah satu cirinya dapat dilihat dari Willis (2013 : 100) yang mengemukakan bahwa ciri-ciri "*client centered* sebagai berikut:

1. Ditujukan pada klien yang sanggup memecahkan masalahnya agar tercapai kepribadian klien yang terpadu.
2. Sasaran konseling adalah aspek emosi dan perasaan bukan segi intelektualnya.
3. Titik tolak konseling adalah keadaan individu termasuk kondisi sosial psikologis masa kini.
4. Proses konseling bertujuan untuk menyesuaikan antara *ideal-self* dengan *actual self*.
5. Peranan yang aktif dalam konseling dipegang oleh klien sedangkan konselor adalah pasif-reflektif.

### **3.3 Tujuan *Client Centered***

Terapi berpusat pada klien dikembangkan oleh Carl Rensom Rogers pada tahun 1942 bertujuan untuk membina kepribadian klien secara integral, berdiri sendiri, dan mempunyai kemampuan umum memecahkan masalahnya sendiri.

Tidak tergantung pada orang lain, sebelum menentukan pilihan tentu individu harus memahami dirinya, dan kemudian keadaan diri tersebut harus ia terima.

Untuk dapat mencapai tujuan dari penerapan teknik *client centered therapy*, peneliti melakukan teknik dan pendekatan antara lain melalui :

a. Bantuan (konseling individu)

Pemberi bantuan yang dilakukan pada tahap ini adalah melalui tanya jawab yaitu dengan melakukan pertemuan dengan siswa. Peneliti memberikan beberapa pertanyaan atau pembahasan yang berkaitan dengan diri dan tujuannya agar siswa mau bercerita tentang permasalahannya mengapa ia mengalami kejenuhan belajar.

b. Sesi Tanya Jawab dan Diskusi

Dalam sesi ini, peneliti melakukan diskusi dan tanya jawab dengan siswa mengenai saran yang sudah disampaikan oleh peneliti. Teknik yang digunakan adalah pertanyaan dan sugesti agar tercipta situasi nyaman yang membuat siswa dapat mengeluarkan masalahnya mengenai kejenuhan belajar.

Untuk mencapai itu diperlukan beberapa syarat-syarat yakni:

1. Kemampuan dan keterampilan tehnik konselor
2. Kesiapan klien untuk menerima bimbingan
3. Taraf inlegensi klien yang memadai.

### **3.4 Proses Konseling *Therapy***

Berikut ini akan dikemukakan tahap-tahap pendekatan konseling therapy yang memiliki 6 tahap yaitu:

1. Klien datang kepada konselor atas kemauan sendiri, apabila klien datang atas suruhan oranglain maka konselor harus mampu menciptakan situasi yang sangat bebas dan

permisisif dengan tujuan agar klien memilih apakah ia akan terus minta bantuan atau membatalkannya.

2. Situasi konseling sejak awal harus menjadi tanggungjawab klien untuk itu konselor harus menyadarkan klien.
3. Konselor harus memberanikan diri klien agar ia mampu mengemukakan perasaannya.
4. Konselor menerima perasaan klien serta memahaminya.
5. Konselor berusaha agar klien dapat memahami dan menerima keadaan dirinya.
6. Klien menentukan pilihan sikap dan tindakan yang akan diambil (perencanaan).

Konseling bukanlah sebuah proses bantuan yang melihat kejadian-kejadian dimasa lampau, tetapi lebih pada upaya membangun keberlangsungan masa depan baik secara spiritual, intelektual, dan emosional.

Dalam konseling, konselor memberi kebebasan yang luas kepada konseli untuk membuat keputusan, pendekatan ini menekankan pada prinsip konselor menahan diri dalam memberi pengaruh kepada konseli, konselor memberi tanggung jawab kepada konseli dalam proses pengambilan keputusan lewat konseling. Konselor memberi kebebasan kepada konseli dalam mengekspresikan diri dan dalam menentukan cara menangani masalahnya.

Menurut Rogers mengidentifikasi enam kondisi konseling yang dibutuhkan untuk mencapai perubahan psikologi, antara lain :

- Dua orang yang berada dalam kontak psikologi
- Konseli yang memiliki kondisi tindak kongruen
- Konselor yang kongruen
- Konselor yang memiliki pemahaman empatik tentang pola berpikir konseli

- Komunikasi yang empatik dan positif

### **3.5 Teknik Konseling *Therapy***

Penerapan masalah ini adalah dalam hal filosofi dan sikap konselor ketimbang teknik dan mengutamakan hubungan konseling ketimbang teknik dan mengutamakan hubungan konseling ketimbang teknik dan mengutamakan hubungan konseling pendekatan dan perbuatan konselor.

Didalam pelaksanaan teknik konseling therapy yang sangat diutamakan sifat-sifat konselor adalah :

1. *Acceptance*, artinya konselor menerima klien sebagaimana adanya dengan segala masalahnya (menerima secara mental)
2. *Conghruence*, artinya karakteristik konselor yang terpadu, sesuai kata dengan perbuatan dan konsistensi.

## **4 Kejenuhan dalam belajar**

### **4.1 Pengertian kejenuhan dalam belajar**

Menurut Harfiah, 2011 (Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia) kejenuhan berasal dari dua kata yaitu “kejenuhan” dan “belajar”. Kejenuhan adalah” padat atau penuh sehingga tidak mampu lagi memuat apapun.

Selain itu, Menurut Tohirin (2006:140), menambahkan bahwa istilah kejenuhan asal katanya adalah “jenuh”. Kejenuhan juga berarti padat atau penuh sehingga tidak mampu lagi memuat apapun. Jenuh juga bisa berarti”jemu” atau “bosan”

Selanjutnya Menurut Usman (2003:20) belajar adalah :” Sebagai proses perubahan tingkah laku pada diri individu berkat adanya interaksi antara individu dengan individu dan individu dengan lingkungan”.

Menurut Ahmadi(2002:279) membatasi pengertian belajar adalah :’ suatu bentuk pertumbuhan atau perubahan dalam diri seseorang yang dinyatakan dalam cara-cara bertingkah laku yang baru berkat pengalaman dan latihan.

Sedangkan menurut Suprpto (2003:20) membatasi arti belajar adalah “ berusaha memperoleh kepandaian ilmu, berlatih atau berubah tingkah atau tanggapan yang disebabkan oleh pengalaman.

Berdasarkan dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa kejenuhan belajar adalah proses perubahan tingkah laku individu yang sudah tidak lagi ada kemajuan dan tidak mendatangkan hasil. Tidak adanya kemajuan hasil belajar ini pada umumnya tidak berlangsung selamanya, tetapi dalam rentang waktu tertentu saja.

Dalam belajar, terkadang siswa mengalami peristiwa negatif yang disebut jenuh belajar. Peristiwa jenuh ini jika dialami seorang siswa yang sedang dalam proses belajar (kejenuhan belajar) dalam membuat siswa tersebut merasa telah menyia-nyiakan usahanya.

Menurut Muhibbin (2010:162) Kejenuhan belajar adalah rentang waktu tertentu digunakan untuk belajar tetapi tidak mendatangkan hasil. Seorang siswa yang mengalami jenuh belajar merasa pengetahuan dan kecakapan yang diperoleh dari belajar tidak ada kemajuan. Tidak adanya kemajuan hasil belajar ini pada umumnya tidak berlangsung selamanya, tetapi dalam rentang waktu tertentu. Misalnya seminggu,namun tidak sedikit siswa mengalami rentang waktu yang membawa kejenuhan berkali-kali dalam satu periode belajar tertentu.

#### **4.2 Faktor-Faktor Penyebab Kejenuhan Dalam Belajar**

Menurut Tohirin (2006:140), mengatakan bahwa :” kejenuhan belajar dapat melanda seorang siswa yang kehilangan motivasi. Salah satu tingkat keterampilan tertentu sebelum sampai pada tingkat keterampilan berikutnya. Kejenuhan pada umumnya disebabkan oleh suatu proses yang berlangsung secara monoton(tidak bervariasi) dan telah berlangsung sejak lama”. Kejenuhan belajar dapat dimaknai pula sebagai suatu kondisi mental seseorang, saat mengalami rasa bosan dan lelah yang amat sehingga mengakibatkan timbulnya rasa enggan,lesu, dan tidak bersemangat atau tidak bergairah untuk melakukan aktivitas belajar.

Sedangkan menurut Paryati(2004:115), Mengatakan bahwa:” kejenuhan belajar dari dalam diri siswa sendiri maupun dari luar diri siswa tersebut. Dari dalam diri misalnya, rasa bosan dan kurangnya motivasi diri. Siswa belum dapat menanamkan dalam dirinya bahwa belajar itu suatu yang menyenangkan, belajar masih dianggap suatu beban dan kewajiban, sehingga belajar menjadi sesuatu yang membosankan. Sedangkan dari luar diri siswa misalnya, guru kurang aktif dan kreatif dalam menyampaikan materi pelajaran, sehingga terkesan monoton dan tidak menarik”.

Dalam <http://edukasi.kompasiana.com> penyebab kejenuhan belajar, berbagai kejenuhan dalam belajar yang perlu diketahui diantaranya:

- a. Belajar hanya dilakukan ditempat tertentu saja, misalnya dikamar tidur.
- b. Kondisi ruang belajar yang tidak berubah-ubah,terutama dirumah.
- c. Belajar dilakukan dengan metode yang tidak bervariasi.
- d. Kurang melakukan aktifitas rekreasi atau hiburan untuk menetralsir kelelahan berfikir setelah belajar.

- e. Adanya ketegangan mental yang kuat dan berlarut-larut saat belajar. Ketegangan mental tersebut bisa timbul dari beban pelajaran yang terlalu berat, guru yang terlalu galak, dan lain-lain yang menimbulkan ketegangan mental.

#### **4.3 Dampak-dampak Kejenuhan dalam Belajar**

Beberapa dampak kejenuhan belajar yang dikemukakan oleh beberapa pendapat, diantaranya Saifuddin dalam [http://dampak – kejenuhan. Com](http://dampak-kejenuhan.com), menegaskan bahwa kejenuhan sangat berpengaruh seperti penyakit, melemahkan semangat, meluruhkan kekuatan (tekad). Kejenuhan banyak menimbulkan dampak negatif yang selama ini banyak dirasakan, diantaranya :

1. Sebagai penyakit, Kejenuhan dapat menghalang siswa untuk belajar, tidak memiliki cukup tekad untuk menuntaskan pelajarannya.
2. Produktifitas menurun. Ketika siswa merasa jenuh, saat itu aktifitas belajarnya menurun, dan ingin melakukan hal-hal lain untuk menghilangkan kejenuhan.
3. Dapat menimbulkan sikap antisipasi. Sikap kebencian luar biasa terhadap sebab-sebab yang menimbulkan kejenuhan.
4. Siswa yang jenuh namun tidak berdaya melawan kejenuhan itu, maka dalam kondisi seperti ini, siswa sering mencari pelarian atau melakukan apa saja untuk menghibur diri.
5. Muncul sikap usil. Seseorang merasa jenuh dengan keadaan yang ada, kemudian dia mencari hiburan-hiburan dengan cara berbuat usil kepada orang-orang yang ada disekitarnya.
6. Menimbulkan frustrasi. Dampak paling serius dari kejenuhan adalah frustrasi. Tekanan kejenuhan yang sangat berat tidak mampu diatasi dengan cara apapun. Dalam keadaan ini seorang cenderung kehilangan kepercayaan terhadap hidup yang dia jalani.



#### **4.4 Ciri-ciri orang yang Mengalami Kejenuhan dalam Belajar**

Dalam mengalami beberapa kejenuhan belajar dapat kita lihat (Agustin, 2009) <http://www.Kejenuhan-dalam-proses-pembelajaran.com>. Dalam konteks pendekatan kognitif-prilaku, kejenuhan belajar terjadi karena mekanisme Stimulus-Kognisi-Respon (SKR) yaitu siswa yang mengalami kejenuhan belajar mengalami kelelahan baik secara fisik, emosional, maupun mental yang diakibatkan dari stimulus dari lingkungan yaitu tuntutan akademis.

Menurut Pines dan Aronso (2002:30), mendefinisikan kejenuhan sebagai suatu keadaan individu yang mengalami kelelahan secara fisik, emosional dan mental.

Kelelahan adalah suatu mekanisme perlindungan tubuh agar tubuh terhindar dari kerusakan lebih lanjut sehingga terjadi pemulihan setelah istirahat. Istilah kelelahan biasanya ditunjukkan dengan kondisi yang berbeda-beda dari setiap individu, tetapi semuanya bermuara kepada kehilangan efisiensi dan penurunan kapasitas serta ketahanan tubuh.

Kelelahan pada siswa dikategorikan menjadi 3 macam :

1. Kelelahan fisik
2. Kelelahan emosional
3. Kelelahan mental

##### **1. Kelelahan fisik**

Kelelahan merupakan suatu perasaan yang bersifat subyektif. Istilah kelelahan mengarah pada kondisi melemahnya tenaga untuk melakukan suatu kegiatan. Suplai darah yang mencukupi dan darah yang lancar aliran darah yang lancar ke otot sangat penting, dikarenakan menemukan kemampuan proses metabolisme dan memungkinkan kontraksi otot tetap berjalan. Kontraksi otot yang kuat menghasilkan tekanan didalam otot dan dapat menghentikan aliran darah sehingga kontraksi maksimal hanya akan berlangsung beberapa detik. Gangguan pada aliran darah

mengakibatkan kelelahan otot yang berakibat otot tidak dapat berkontraksi meskipun rangsangan syaraf motorik masih berjalan. Dengan ciri sebagai berikut : melemahnya penglihatan pada mata, menjadi lebih mudah sakit, mudah bosan dengan kegiatan belajar, sering gelisah dan tidak peduli dengan tugas-tugas sekolah.

## 2. Kelelahan Emosional

Kelelahan merupakan suatu perasaan yang bersifat subyektif. Istilah kelelahan mengarah pada kondisi melemahnya tenaga untuk melakukan suatu kegiatan. Kata emosi berasal dari bahasa latin, yaitu "*emovere*", yang berarti bergerak menjauh. Arti kata ini menyiratkan bahwa kecenderungan bertindak merupakan hal mutlak dalam emosi. Aspek emosional ditandai dengan perasaan yang muda sering merasa lelah, frustrasi, mudah tersinggung, mudah putus asa, tidak berdaya, tertekan dan perasaan tidak nyaman dalam melakukan tugas-tugas yang diberikan, tersinggung, suka marah-marah tanpa sebab, sering susah tidur.

## 3. Kelelahan Mental

Kelelahan mental disebabkan karena faktor psikis, memiliki persoalan kejiwaan-kejiwaan yang belum terselesaikan dan menyebabkan stres psikis. Contohnya sedang belajar anggota keluarga sedang sakit, sehingga siswa tersebut tidak konsentrasi dalam pelajarannya. Gejala-gejala mental yang tampak yaitu ketidak berdayaan, merasa tidak mampu dalam mengerjakan tugas-tugas sekolah, perasaan rendah diri, tidak mampu untuk bersosialisasi dengan teman.

Ada empat faktor penyebab kelelahan mental pada siswa :

1. Karena kecemasan siswa terhadap dampak negatif yang disebabkan oleh kelelahan itu sendiri.

2. Karena kecemasan siswa terhadap standar/patokan keberhasilan bidang-bidang studi tertentu yang dianggap terlalu tinggi terutama ketika siswa tersebut merasa bosan mempelajari bidang studi tadi.
3. Karena siswa berada ditengah-tengah situasi kompetitif yang ketat dan menuntut lebih banyak kerja intelektual yang berat.
4. Karena siswa sendiri menilai belajarnya sendiri hanya berdasarkan ketentuan yang ia buat sendiri.

Sedangkan menurut Reber dalam Muhibbin Syah(2010:170):

- a. Merasa seakan-akan pengetahuan dan kecakapan yang diperoleh dari proses belajar tidak ada kemajuan. Siswa merasa seakan-akan pengetahuan dan kecakapan yang diperolehnya dalam belajar tidak meningkat, sehingga siswa merasa sia-sia dengan waktu belajarnya.
- b. Sistem akalnya tidak dapat bekerja sebagai mana yang diharapkan dalam memproses informasi atau pengalaman. Sistem akalnya tidak dapat bekerja sebagaimana yang diharapkan dalam memproses berbagai informasi yang diterima atau pengalaman baru yang didapatnya.
- c. Kehilangan motivasi. Siswa merasa bahwa dirinya tidak lagi mempunyai motivasi yang dapat membuatnya bersemangat untuk meningkatkan pemahamannya terhadap pelajaran yang diterimanya atau dipelajarinya.

#### **4.5 Cara-Cara Mengatasi Kejenuhan Belajar**

Ada beberapa prinsip penting yang perlu dipahami sebelum melangkah mencari solusi-solusi kongkret atas problema kejenuhan. Prinsip-prinsip itu merupakan arahan untuk menyikapi kejenuhan secara bijaksana. Secara berurutan prinsip-prinsip tersebut sebagaimana dikutip dari <http://edukasi.kompasiana.com>. tentang cara mencegah dan mengatasi kejenuhan belajar, sebagai berikut:

1. Belajar ditempat beberapa yang cukup nyaman seperti ruang tidur,ruang khusus belajar, ruang tamu, dirumah teman untuk belajar bersama, dan lain-lain.
2. Mengadakan perubahan fisik diruang belajar.

3. Menciptakan suasana yang menyenangkan diruang belajar. Misalnya belajar sambil mendengar musik instrumen yang tenang.
4. Belajar dengan metode yang bervariasi. Misalnya dengan membuat ringkasan bahan pelajaran sejak awal semester.
5. Melakukan aktifitas rekreasi secara berkala
6. Menghindari adanya ketegangan mental disaat belajar.
7. Melakukan aktifitas untuk menetralsir kejenuhan belajar dan menetralsir berbagai kondisi mental yang negatif lainnya seperti stress, rasa cemas, tidak percaya diri, dan menanamkan kondisi ketenangan sampai kebawah alam sadar.

Menurut suryabrata (2005:35) menjelaskan beberapa cara mengatasi jenuh dalam belajar:

1. Melakukan istirahat dan mengkonsumsi makanan dan minuman yang bergizi dengan takaran cukup.
2. Pengetahuan atau penjadwalan kembali jam-jam dari hari belajar yang dianggap lebih memungkinkan siswa belajar lebih giat.
3. Mengubah atau penataan kembali lingkungan belajar siswa yang meliputi perubahan posisi meja tulis,lemari,rak buku, alat-alat perlengkapan belajar dan sebagainya sampai memungkinkan siswa merasa berada disebuah kamar baru yang lebih menyenangkan untuk belajar.
4. Memberikan motivasi dan stimulus baru agar siswa merasa terdorong untuk belajar lebih giat daripada sebelumnya.
5. Siswa harus berbuat nyata (tak menyerah / tinggal diam) dengan cara mencoba belajar dan belajar lagi.
6. Mencari manfaat dari belajar

Belajar yang dilakukan pasti ada manfaatnya. Dengan belajar, maka bisa memperoleh ilmu pengetahuan, bisa menambah teman mempererat tali silaturahmi, menambah wawasan dan pengalaman hidup. Singkatnya, manfaat belajar yaitu untuk persiapan masa depan yang lebih cerah semakin tahu manfaat belajar, akan semakin bersemangat untuk belajar dan menghilangkan kejenuhan.

7. Melakukan belajar dengan perasaan senang dan kreatif. Suatu pekerjaan yang dilakukan dengan perasaan senang akan menimbulkan senang. Begitu juga dengan kegiatan belajar, apabila merasa senang, maka akan memiliki gairah semangat untuk belajar. Lama kelamaan perasaan kejenuhan terkikis akan hilang. Disamping itu, selama melakukan kegiatan belajar, kita atau siswa juga harus kreatif. Belajar dengan kreatif akan menimbulkan keasyikan dan kepuasan pribadi sehingga jauh dari perasaan jenuh atau bosan.
8. Pandang guru dari segi positifnya. Guru sebagai manusia biasa tak lepas dari kekurangan. Menghadapi guru yang sedang mengajar dikelas, siswa seyogianya menyikapi guru dengan sikap terbaik. Cari sisi positif atau kebaikan guru sehingga siswa merasa tertarik dan senang terhadap guru. Apabila sudah menyenangi guru, maka cenderung akan menyenangi mata pelajarannya.

Menurut Muhibbin Syah (2003:164) ada beberapa upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi kejenuhan belajar, yaitu:

- 1) Memberikan hadiah kepada siswa yang berprestasi, dengan harapan mampu meningkatkan motivasi belajar.
- 2) Membangkitkan dorongan kepada anak didik untuk belajar. Strateginya adalah dengan memberikan perhatian maksimal kepeserta didik.
- 3) Mengadakan permainan debate untuk mengurangi rasa bosan.
- 4) Melakukan istirahat untuk beberapa saat.

- 5) Apabila muncul kejenuhan kejenuhan yang disebabkan oleh cara guru mengajar, maka solusinya adalah memperbaiki cara mengajar.

Kejenuhan belajar dapat dialami akibat kelelahan jasmani yang dialami oleh beberapa anggota tubuh seperti kaki, jari-jari tangan, lengan dan lainnya. Masalah ini dapat dihilangkan dan diatasi dengan mudah yaitu dengan cara :

- a. Istirahat yang cukup
- b. Menghindari aktivitas berat di malam hari sehingga tidak memaksakan tubuh untuk begadang
- c. Membiasakan mengonsumsi makanan yang bergizi
- d. Perbaiki sirkulasi darah dengan memijat bagian yang lelah atau menggunakan obat tertentu yang fungsinya mengencerkan aliran darah.

Sedangkan kelelahan mental dipandang sebagai faktor utama timbulnya kejenuhan belajar, sehingga tidak dapat diatasi dengan cara sederhana. Faktor yang mempengaruhi kelelahan mental antara lain banyaknya masalah yang berat dan sulit untuk dipecahkan, kebosanan karena tugas yang tidak bervariasi, kondisi batin yang negatif dan berlangsung relatif lama, tugas yang tidak sesuai dengan keinginannya.

Selain kiat-kiat diatas, pujian guru merupakan salah satu motivasi yang cukup berpengaruh bagi siswa sebab hal ini menunjukkan adanya perhatian dan penghargaan dari guru yang ditujukan pada siswa, selain itu perhatian guru diarahkan pada hal-hal yang dapat menumbuhkan rasa percaya diri pada siswa agar mereka lebih giat dan semangat dalam belajar.

Sehingga daripada memberikan perhatian kepada siswa ketika siswa tidak mau belajar dengan marah-marah dan hanya berkomentar yang merendahkan siswa, akan lebih efektif

perhatian dari guru yang diarahkan pada satu hal yang dapat menumbuhkan rasa percaya diri dan kemampuan untuk mencari informasi.

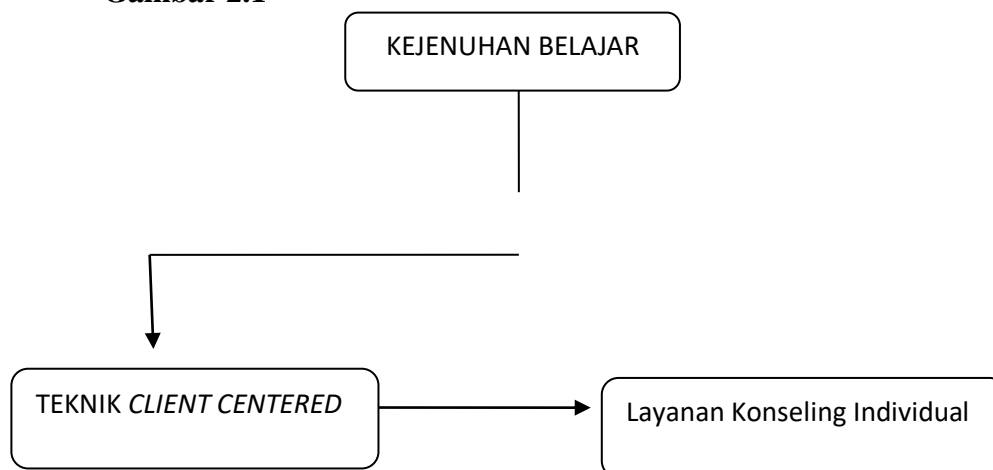
## B. Kerangka Konseptual

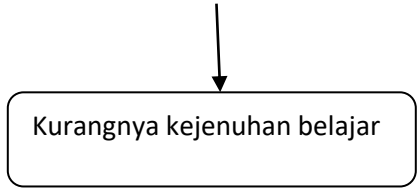
Dalam penelitian ini peneliti ingin membuktikan cara penerapan teknik *client centered* dapat meningkatkan kemampuan siswa untuk mengembangkan bakat yang ada pada dirinya dikarenakan dalam pendekatan ini klien lebih bertanggung jawab atas dirinya. Bagaimana klien mampu mengembangkan kemampuannya yang ada pada dirinya jika ia tidak dapat mengembangkan kemampuan yang dimiliki secara benar.

Maka dari itu, untuk mengurangi kejenuhan belajar itu sangat penting bagi setiap individu agar ia tahu bagaimana cara ia menjalankan cara belajar yang lebih baik lagi.

Permasalahan diatas dapat diselesaikan dengan menggunakan layanan konseling individual (perorangan). Dimana seorang konseli akan berkonseling langsung dengan seorang konselor yang akan membantu untuk menemukan solusi yang tepat terhadap masalahnya.

**Gambar 2.1**







## **BAB III**

### **METODOLOGI PENELITIAN**

#### **A. Lokasi Dan Waktu Penelitian**

##### **1. Lokasi Penelitian**

Lokasi penelitian ini dilaksanakan di SMK Muhammadiyah 9 Medan yang berlokasi di Jalan Garuda Gg. Taqwa, Sei Sikambang B, Medan Sunggal, Kota Medan, Sumatera Utara 20118

##### **2. Waktu Penelitian**

Adapun waktu yang dipergunakan dalam menyelesaikan penelitian ini dilaksanakan kurang lebih tiga bulan dari bulan Oktober 2016 sampai Januari 2016.

**Tabel 3.1**

34

**Rincian Waktu Pelaksanaan Penelitian**





siswa maka peneliti mengambil 60 siswa maka peneliti mengambil sampel berdasarkan siswa yang mengalami kejenuhan belajar dari setiap kelas sehingga total sampel keseluruhan adalah 3 orang. Seperti tabel berikut:

**Tabel 3.3**

**Sampel siswa kelas XI SMK Muhammadiyah 9 Medan**

No	Kelas	Sampel
1	XI TSM 1	1
2	XI TSM 2	2
	Total	3 siswa

### **C. Definisi operasional variabel**

Variabel dalam penelitian ini adalah penerapan tehnik *client centered* berasumsi bahwa manusia yang mencari bantuan psikologis maupun konseli melalui layanan konseling perorangan.

Adapun defenisi dari tehnik *client centered* adalah dalam hal filosofi dan sikap konselor ketimbang tehnik dan mengutamakan hubungan konseling ketimbang tehnik dan mengutamakan hubungan konseling ketimbang teknik dan mengutamakan hubungan konseling ketimbang perkataan dan perbuatan konselor.

Proses pembelajaran dirancang mengikuti prinsip-prinsip belajar mengajar. Belajar mengajar merupakan kegiatan aktif siswa dalam membangun makna atau pemahaman. Dengan demikian, guru perlu memberikan dorongan kepada siswa untuk menggunakan otoritas atau haknya dalam membangun dan mengembangkan gagasannya. Tanggung jawab belajar berada pada diri siswa,

tetapi guru bertanggung jawab untuk menciptakan situasi yang mendorong prakarsa, motivasi, dan tanggung jawab siswa untuk belajar sepanjang hayat.

Konseling perorangan merupakan layanan konseling yang diselenggarakan oleh seorang konselor terhadap seorang klien dalam rangka pengentasan masalah pribadi klien. Dalam suasana tatap muka dilaksanakan interaksi langsung antara klien dan konselor, membahas berbagai hal tentang masalah yang dialami klien. Pembahasan tersebut bersifat mendalam menyentuh hal-hal penting tentang diri klien (bahkan sangat penting yang boleh jadi penyangkut rahasia pribadi klien). Bersifat meluas meliputi berbagai sisi yang menyangkut permasalahan klien namun juga bersifat spesifik menuju ke arah pengentasan masalah.

Kejenuhan belajar adalah dimana kondisi emosional dan fisik seseorang yang tidak dapat memproses informasi-informasi atau pengalaman baru karena tekanan sangat mendalam yang berkaitan dengan belajar sehingga tidak bersemangat untuk melakukan aktivitas belajar.

#### **D. Pendekatan dan Jenis Penelitian**

Menurut pendekatannya, penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Data yang dikumpulkan adalah berupa penjelasan, berupa kata-kata atau gambaran bukan penjelasan dengan menggunakan angka-angka.

Menurut Moleong (dalam Suharsini Arikunto, 2013:22) “sumber data penelitian kualitatif adalah tampilan yang berupa kata-kata lisan atau tertulis yang dicermati oleh penulis, dan benda-benda yang diamati sampai detailnya agar dapat ditangkap maka yang tersirat dalam dokumen dan bendanya.

#### **E. Instrumen Penelitian**

Adapun alat yang digunakan oleh peneliti dalam penelitian ini antara lain adalah sebagai berikut :

### **1. Observasi**

Semua bentuk penelitian, baik itu kualitatif maupun kuantitatif mengandung aspek observasi didalamnya. Peneliti menggunakan observasi dengan terjun langsung pada situasi dan keadaan yang sebenarnya.

Menurut Arikunto (dalam Gunawan, 2013:143) menyatakan bahwa “observasi merupakan suatu teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara mengadakan penelitian secara teliti,serta pencatatan secara sistematis”.

Observasi yang digunakan merupakan observasi partisipan, yaitu peneliti terlibat langsung dalam kegiatan sehari-hari siswa yang diamati atau sebagai sumber data dalam peneliti yang dilakukan. Dalam observasi secara langsung ini, peneliti selain menjadi pengamat penuh yang dapat melakukan pengamatan terhadap gejala yang terjadi didalam situasi yang sebenarnya juga ikut menjalankan proses layanan konseling individual dengan teknik pendekatan *client centered* untuk mengurangi kejenuhan belajar siswa kelas XI SMK Muhammadiyah 9 Medan.

### **2. Wawancara**

Wawancara pada penelitian kualitatif memiliki perbedaan dibandingkan dengan wawancara lainnya. Wawancara pada penelitian kualitatif merupakan pembicaraan yang mempunyai tujuan dan didahului dengan beberapa pertanyaan informal. Wawancara penelitian ini lebih dari sekedar percakapan dan berkisar dari informal ke formal. Adapun wawancara yang dilakukan pada penelitian kualitatif ini, yaitu dilakukan kepada Kepala Sekolah, Guru Bimbingan Konseling, dan Siswa.

Menurut Sugiyono (2009 : 157) wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data apabila peneliti ingin melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti, dan juga apabila peneliti ingin mengetahui hal-hal dari responden yang lebih mendalam dan jumlah respondennya sedikit/kecil.

Yang diwawancarai dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI yang memiliki masalah dalam mengatasi kejenuhan belajar.

Dalam melaksanakan teknik wawancara (interview), pewawancara harus mampu menciptakan hubungan baik, sehingga informan bersedia bekerja sama dan merasa bebas berbicara serta dapat memberikan informasi yang sebenarnya. Teknik wawancara yang peneliti gunakan adalah wawancara tertulis yaitu dengan menulis terlebih dahulu beberapa pertanyaan yang akan disampaikan kepada informan. Hal ini dimaksudkan agar pembicara dalam wawancara lebih terarah dan fokus pada tujuan yang dimaksud dan menghindari pembicaraan yang terlalu melebar.

Metode wawancara peneliti gunakan untuk menggali data terkait peranan pendekatan teknik *client centered* untuk mengurangi kejenuhan belajar pada siswa kelas XI SMK Muhammadiyah 9 Medan. Adapun nara sumber yang dibutuhkan dalam proses wawancara ini antara lain sebagai berikut :

- a. Guru bimbingan konseling untuk mendapatkan informasi mengenai peranan teknik *client centered* untuk mengurangi kejenuhan belajar siswa kelas XI SMK Muhammadiyah 9 Medan.
- b. Kepala Sekolah SMK Muhammadiyah 9 Medan untuk mendapatkan informasi mengenai profil sekolah SMK Muhammadiyah 9 Medan.
- c. Pihak-pihak lain yang berkaitan dengan perolehan data dalam penulisan proposal ini.

### **3. Dokumentasi**

Sejumlah fakta dan data yang tersimpan dalam bahan yang berbentuk dokumentasi. Biasanya berbentuk surat-surat, catatan harian, laporan, foto, dan sebagainya. Sifat data ini tidak terbatas pada ruang dan waktu sehingga memberi peluang kepada peneliti untuk mengetahui hal-hal yang pernah terjadi.

Menurut Sugiyono (dalam Gunawan, 2013:176), “dokumentasi merupakan catatan peristiwa penting yang sudah berlalu yang berbentuk tulisan, gambar, atau karya monumental dari seseorang”

### **F. Teknik Analisis Data**

Analisis data adalah proses penyederhanaan data dalam bentuk yang lebih muda dibaca setelah dianalisis dan diformulasikan lebih sederhana untuk mencari makna dan implikasi lebih luas dari penelitian. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis interaktif model dari Matwe G. Miles dan Michael Hiberman yang menjelaskan langkah-langkah analisis data sebagai berikut:

#### **a. Pengumpulan Data**

Pengumpulan data dari lapangan yang dilakukan adalah melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi.

#### **b. Reduksi Data**

Reduksi data yaitu proses pemilihan, penyederhanaan, pemusatan perhatian pada hal-hal yang menguatkan data yang diperoleh di lapangan. Reduksi data dilakukan peneliti secara terus-menerus selama peneliti berlangsung guna menemukan rangkuman dari inti permasalahan yang sedang dikaji. Peneliti berusaha membaca, memahami dan mempelajari kembali seluruh data



yang terkumpul sehingga dapat menggolongkan, mengarahkan, mengorganisasikan, dan membuang data yang tidak relevan.

**c. Penarikan kesimpulan**

Penarikan kesimpulan merupakan penggambaran yang utuh dari objek penelitian. Proses penarikan kesimpulan ini didasarkan pada gabungan informasi yang tersusun dalam suatu bentuk pada penyajian data. Melalui informasi tersebut, peneliti dapat melihat apa yang ditelitinya dan menemukan kesimpulan yang benar mengenai objek penelitian.

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Deskripsi Lokasi Penelitian

##### 1. Profil SMK Muhammadiyah 9 Medan

- A. Nama Sekolah : **SMK MUHAMMADIYAH 9 MEDAN**
- B. Program Keahlian : Teknologi dan Industri, TIK
- C. NSS : 324076006021 : G. 5207120111
- D. SK Pendirian Sekolah : 420/6366/2004
- E. Jenjang Akreditasi : Diakui / B
- F. NPSN : 10211092
- G. Tahun Berdiri : 1984
- H. Email Sekolah : [smk.muhammadiyah9.bisa@gmail.com](mailto:smk.muhammadiyah9.bisa@gmail.com)

Alamat Sekolah

##### Gedung 1

- I. Jalan : Jl. Garuda Gg. Taqwa Kode Pos. 20122
- J. Telepon : (061) 8459492
- K. Desa Kelurahan : Sei Sikambang B
- L. Kecamatan : Medan Sunggal
- M. Kabupaten / Kota : Medan
- N. Propinsi : Sumatera utara

## **Gedung 2**

O. Jalan	: Jl. Flamboyan Raya Gg. KH. A. Dahlan 22
P. Telepon	: (061) 8459492
Q. Desa Kelurahan	: Tanjung Selamat
R. Kecamatan	: Medan Tuntungan
S. Kabupaten / Kota	: Medan
T. Propinsi	: Sumatera utara
Nama Bank	:Bank BRI KCP Sei Sikambing Medan
Nama Rekening	:SMK Muhammadiyah 9 Medan
No. Rekening	: 00000404-01-000194-30-8

## **2. Visi Dan Misi Sekolah SMK Muhammadiyah 9 Medan**

a. Visi : Menciptakan SDM yang beriman, bertaqwa, cerdas dan terampil dalam bidangnya.

b. Misi :

1. Mendidik siswa agar beriman dan bertaqwa kepada Allah SWT, dan mengikuti Ajaran Rasulullah Muhammad SAW.
2. Memberikan pengetahuan kepada siswa agar menjadi cerdas, dalam menghadapi berbagai persoalan.
3. Memberikan pelatihan agar siswa berketerampilan tinggi sesuai untuk tuntutan pasar kerja.

4. Memberikan pendidikan moral kepada siswa agar menjadi tenaga kerja terampil yang memiliki moral islami.
5. Menjadi lembaga diklat yang memiliki standar Nasional dan Interpersonal.
6. Mendidik siswa mengenal Muhammadiyah agar dapat menjadi generasi muda unggul guna melanjutkan amal usaha Muhammadiyah.

### 3. Sarana dan Prasarana SMK Muhammadiyah 9 Medan

Salah satu yang mendukung keberhasilan sebuah lembaga pendidikan adalah memiliki fasilitas yang lengkap dan memadai. Setiap lembaga pendidikan harus memiliki sarana dan prasarana yang memadai untuk mendukung terselenggaranya proses pendidikan. Pada sekolah SMK Muhammadiyah 9 Medan ini, sarana dan prasarana yang dimiliki sudah cukup memadai. Sebagaimana terlihat pada tabel :

Tabel 4.1

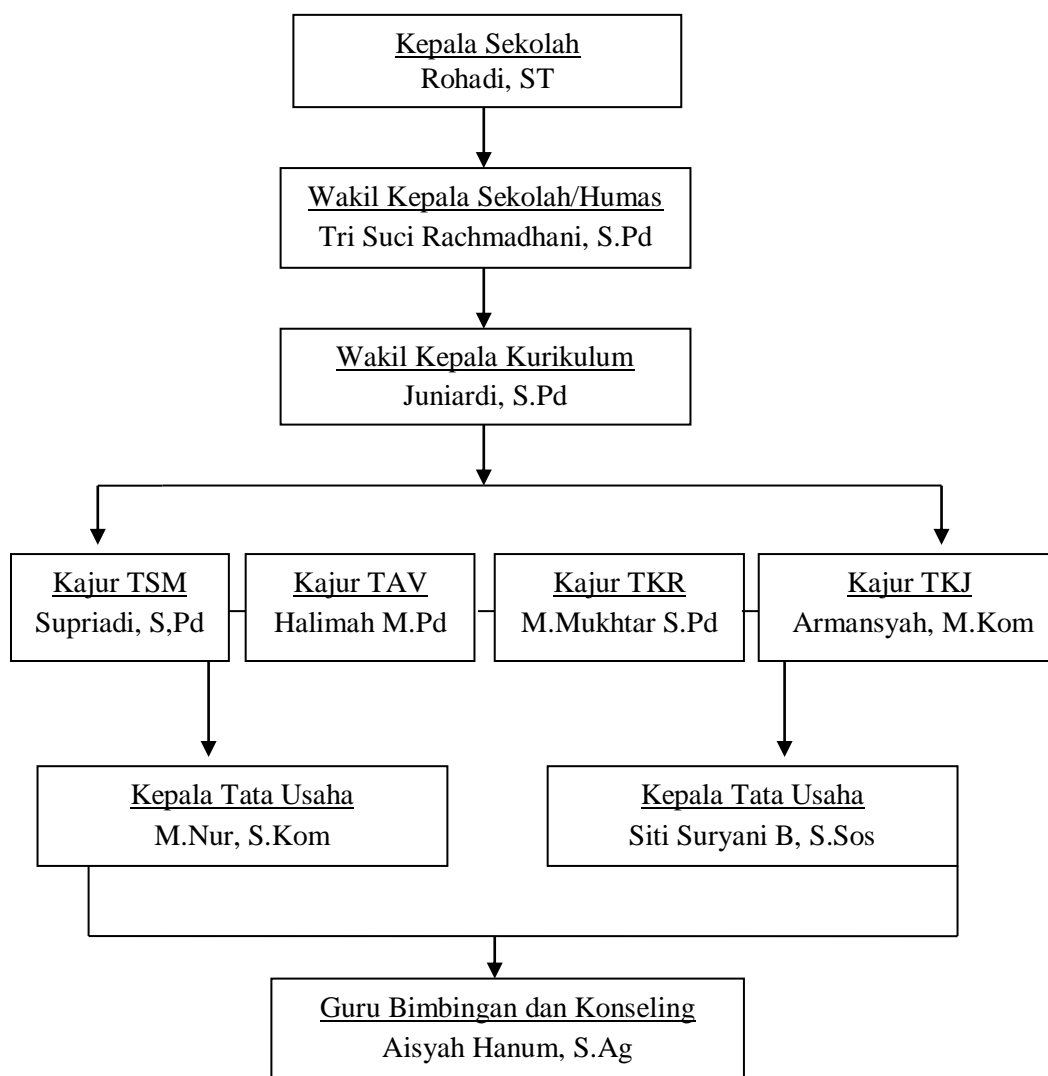
Sarana dan Prasarana Sekolah

0	Jenis Sarana/Prasarana	Jumlah	Kete rangan
	Ruang Kepala Sekolah	1	Per manen
	Ruang Guru	1	Per manen
	Ruang Kelas	9	Per manen
	Ruang Tata Usaha	1	Per manen
	Ruang Bimbingan Konseling	1	Per manen
	Mushola	1	Per manen
	Lapangan Upacara	1	Per manen
	Laboratorium Teknik Audio	1	Per

	Video		manen
	Ruang praktek dan Laboratorium Teknik Sepeda Motor	2	Per manen
0	Toilet	2	Per manen
1	Kantin	2	Per manen
2	Pos satpam	1	Per manen

Dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa keseluruhan sarana dan prasarana yang dimiliki SMK Muhammadiyah 9 Medan telah lengkap dan memadai sesuai dengan kebutuhan belajar mengajar keberadaan fasilitas tersebut diharapkan mampu mendukung proses belajar mengajar keberadaan fasilitas tersebut diharapkan mampu mendukung proses pendidikan yang berkualitas secara efektif dan efisien.

#### 4. Struktur Organisasi SMK Muhammadiyah 9 Medan



## 5. Keadaan guru pada SMK Muhammadiyah 9 Medan

Komponen yang paling penting dalam pendidikan salah satunya adalah komponen guru. Keberadaan guru menentukan jalannya proses belajar mengajar. Didalam proses belajar mengajar ini, guru tidak saja menyampaikan atau memberikan ilmu pengetahuan saja, akan tetapi dia harus juga memberikan contoh teladan yang baik.

Untuk mengetahui keadaan guru/tenaga pengajar di SMK Muhammadiyah 9 Medan dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 4.2

Daftar nama guru SMK Muhammadiyah 9 Medan

N o	Nama Guru	Jabatan
1	Rohadi, ST	Kepala Sekolah
2	Juni Ardi, S.Pd	Waka Kurikulum
3	Tri Suci Rachmadhani, S.Pd	Waka Kesiswaan/ Humas
4	Muhammad Nur, S.kom	*
5	Siti Suryani Bangun,S.sos	*

6	Suri Rezeki	*
7	Vivi Astuti Tika Ayu	*
8	Indra Lesmana	*
9	Sukirno	*
10	Muhammad Rizal	*
11	Muhammad Daud	*
12	Hasriadi Bugis	*
13	Harun Nasution	
14	Ahyaruddin, Drs	
15	Muhammad Roni	
16	Fadli Hazmi Arifin	
17	Besnal Kasri, S.Pd	
18	Supian, Drs	
19	Rismawati, S.Pd	

9		
2 0	Bambang Permadi, Drs	
2 1	Yenny Herawati, S.Pd	
2 2	M.Muhtar Amrin, S.Pd	
2 3	Komanta, S.Pd	
2 4	Halimah Husna Pardosi, M.Pd	
2 5	Muhammad Zulham, S.Pd	
2 6	Ahmad Yushan Ritonga, S.Pd	
2 7	Supriadi, S.Pd	
2 8	Dahliani, S.Pd	
2 9	Suriati Sirait, S.Ag	
3 0	Aisyah Hanum, S.Ag	



1	3	Putri Khaira, S.Pd	
2	3	Muhammad Ichsan Purba, S.Pd	
3	3	Muhammad Doha, S.Pd	
4	3	Bambang Irwan, S.Pd	
5	3	Asmawati, S.Pd	
6	3	Rina Inasari Harahap, S.Pd	
7	3	Armansyah, M.Kom	
8	3	Syafrizal Siregar, S.Pd	
9	3	Dirgawarsa, Drs	
0	4	Annisa Fadhilla P, S.Kom	
1	4	Muhammad Afandi, S.Pd	
	4	Agung Suprayetno,	

2	S.Pd	
---	------	--

Keterangan :Dilihat dari tabel diatas, dapat diketahui bahwa jumlah guru yang mengajar di SMK Muhammadiyah 9 Medan rata-rata telah menyelesaikan pendidikan strata satu (S1),dan ada beberapa orang pegawai yang terdapat di SMK Muhammadiyah 9 Medan ditandai dengan tanda (\*)

## **B. Deskripsi Hasil Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di SMK Muhammadiyah 9 Medan, yang menjadi objek dalam penelitian ini ada beberapa siswa SMK Muhammadiyah 9 Medan yang mengalami kejenuhan belajar siswa disekolah.Adapun tujuan ini adalah untuk mengetahui apakah penerapan pendekatan *Client Centered* dapat mengatasi kejenuhan belajar siswa disekolah.Untuk menjawab pertanyaan diatas, maka peneliti menggunakan teknik pengumpulan data berupa wawancara dan observasi terhadap sumber – sumber data dan pengamatan langsung dilapangan. Adapun pokok bahasan yang akan diteliti secara mendalam adalah penerapan pendekatan *Client Centered*, kejenuhan belajar siswa SMK Muhammadiyah 9 Medan, dan penerapan pendekatan *Client Centered Therapy* untuk mengatasi kejenuhan belajar siswa kelas XI SMK Muhammadiyah 9 Medan.

### **1. Pelaksanaan Pendekatan *Client Centered Therapy* Melalui Layanan Konseling Individual di SMK Muhammadiyah 9 Medan**

Pendekatan *client centered therapy* adalah manusia yang mencari bantuan psikologi diperlukan sebagai konseli yang bertanggung jawab yang memiliki kekuatan untuk mengarahkan dirinya. *Client centered* juga disebut dengan *psikotherapy non directive* yaitu model perawatan psikis yang dilakukan dengan cara berdialog antara konselor dengan klien agar tercipta gambaran

yang serasi antara *ideal self*( diri yang ideal) dengan *actual self* (diri klien dengan kenyataan yang sebenarnya).

Didalam melaksanakan pendekatan *Client centered therapy* melalui layanan individual, tahap awal yang dilakukan peneliti yaitu: yang pertama peneliti membangun hubungan konseling yang melibatkan klien, yang kedua peneliti menjelaskan dan mendefinisikan masalah yakni peneliti menjelaskan mengenai kejenuhan belajar yang dihadapi oleh siswa dimana yang dilakukan yaitu sering keluar kelas ketika pelajaran berlangsung, tidur didalam kelas, mengganggu temannya yang sedang belajar, dan sering datang terlambat kesekolah. Selanjutnya yang ketiga peneliti membuat penafsiran dan menjajaki yakni peneliti sudah bisa menafsirkan bahwa benar siswa tersebut mengalami kejenuhan belajar dan selanjutnya peneliti akan membahas lebih dalam tentang kejenuhan belajar yang dialami oleh siswa. Dan yang keempat peneliti menegosiasikan kontrak yakni peneliti memberikan beberapa alternative untuk mengurangi kejenuhan belajar yang dialami oleh siswa dan siswa harus memilih salah satu alternative yang diberikan oleh peneliti serta semua keputusan ada ditangan siswa. Tahap pertengahan yaitu, pertama peneliti menjelajahi dan mengeksplorasikan masalah, isu, dan kepedulian klien yaitu berupa sebab-sebab mengapa klien mengalami kejenuhan belajar serta menggali lebih dalam penyebab siswa mengalami kejenuhan belajar, ditahap ini peneliti menunjukkan kepedulian terhadap permasalahan yang dialami siswa. Selanjutnya yang kedua, yaitu peneliti menjaga agar hubungan konseling selalu terpelihara yakni selama proses konseling peneliti tetap menjaga hubungan baik dengan klien dan perkataan yang dikeluarkan tidak menyinggung perasaan klien. Dan yang ketiga yaitu, peneliti melakukan proses konseling sesuai dengan struktur layanan konseling individual sehingga proses konseling berjalan dengan lancar. Tahap akhir yaitu, yang pertama peneliti melihat menurunnya kesulitan yang dialami oleh siswa

dalam mengatasi kejenuhan belajar yang ditandai dengan klien sudah bisa memilih alternative untuk penyelesaian masalah yang dihadapinya. Selanjutnya, yang kedua, peneliti menggunakan teknik relaksasi yakni klien disini diminta untuk rileks dengan cara melalui penenangan, ketiga yaitu peneliti melihat adanya perubahan perilaku klien kearah yang lebih baik, sehat dan dinamika yakni klien secara bertahap bisa mengurangi kejenuhan belajar dengan baik dan yang keempat yaitu peneliti melibatkan adanya rencana hidup masa yang akan datang dengan program yang jelas yakni dapat mengurangi kejenuhan belajar.

Setelah tiga siswa diberikan pendekatan *client centered* melalui konseling individual, kemudian peneliti melakukan observasi untuk melihat apakah ada perubahan yang terjadi pada siswa setelah dilakukan konseling. Dari hasil observasi setelah konseling ketiga siswa yang diberikan konseling *client centered* melalui layanan konseling individual mengalami perubahan yaitu sudah dapat mengurangi kejenuhan yang dialami oleh ketiga siswa tersebut.

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan kepala sekolah SMK Muhammadiyah 9 Medan yaitu Bapak Rohadi, ST yang dilakukan tentang pelaksanaan bimbingan konseling di SMK Muhammadiyah 9 Medan sebagai berikut: “pelaksanaan layanan bimbingan konseling di SMK Muhammadiyah 9 Medan sudah berjalan dengan baik, walaupun guru bimbingan konseling bukan berasal dari jurusan bimbingan konseling. Namun beliau dapat mengatasi setiap permasalahan dan menghandle siswa SMK Muhammadiyah 9 Medan. Kemudian untuk pelaksanaan layanan dilapangan saya ikut memantau guru bimbingan konseling pada saat melakukan tugasnya yaitu menjalankan layanan yang ada didalam bimbingan konseling , keberhasilan program layanan bimbingan konseling disekolah SMK Muhammadiyah 9 Medan ini tidak hanya ditentukan oleh keadaan dan keterampilan guru bimbingan konseling saja. Namun juga sangat ditentukan oleh komitmen dan keterampilan semua guru bidang studi.

Kejenuhan belajar mungkin sering dialami oleh peserta didik manapun dan kapanpun, tetapi menurut saya cara untuk mengatasi kejenuhan belajar adalah dengan cara memperhatikan setiap siswa dalam proses belajar mengajar, memberikan reward kepada siswa yang berprestasi, sehingga memicu siswa siswa yang lainnya dan melakukan pembelajaran secara menyenangkan, jangan terlalu serius dan monoton dalam memberikan pelajaran apalagi ini adalah sekolah SMK, mereka akan lebih sering terjun ke lapangan daripada teori didalam kelas, tidak seperti siswa SMA lainnya.

Kemudian beliau juga memaparkan bahwa kurangnya ketersediaan sarana dan prasarana pendukung untuk memaksimalkan kinerja guru bimbingan konseling disekolah. Seperti halnya apabila guru bimbingan konseling ingin menjalankan layanan konseling individual yang bersifat rahasia maka guru bimbingan konseling tidak dapat melaksanakannya diruangan yang khusus melainkan guru bimbingan konseling melaksanakannya dikelas kosong.

Guru Bimbingan Konseling, ibu Aisyah hanum, S.Ag

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan guru Bimbingan Konseling di SMK Muhammadiyah 9 Medan yang saya lakukan tentang pelaksanaan layanan Bimbingan Konseling disekolah tersebut bahwasanya layanan konseling individual ini sudah berjalan dengan baik, konseling individual adalah suatu proses tatap muka atau *face to face* kepada siswa yang bermasalah untuk diselesaikan bersama-sama, layanan konseling individual ini sudah sangat sering saya lakukan kepada mereka bukan saja saat mereka mengalami kejenuhan belajar tetapi saat siswa saya terlambat masuk kesekolah, masalah absensi dan sebagainya. Disekolah ini saya bertugas membantu peserta didik menyelesaikan masalah serta menyelesaikan kasus siswa yang tidak dapat ditangani oleh guru wali kelas mereka. Siswa-siswa yang mengalami kejenuhan

belajar dapat saya tandai dengan mereka tidak mau mendengarkan guru mata pelajaran sewaktu menjelaskan pelajaran, itu semua saya mendapat laporan dari setiap guru bidang studi, seringnya keluar kelas, nongkrong dikantin, dan lain sebagainya. Dan jika setiap kali saya menemukan siswa yang keluar kelas, saya akan memanggil mereka dan menanyakan kepada mereka kenapa mereka keluar kelas saat mata pelajaran berlangsung. Ya walaupun saya bukan asli dari jurusan Bimbingan Konseling tetapi saya masih bisa membimbing dan menasehati siswa-siswa tersebut, selain menjalani sebagai guru bimbingan konseling saya merangkap sebagai guru Al-Islam selama 21 Tahun mengajar di SMK Muhammadiyah 9 Medan ini.

Selanjutnya, pada wawancara beliau mengatakan adanya permasalahan yang muncul pada saat melakukan kegiatan bimbingan konseling, yaitu kurang efektifnya pelaksanaan pendekatan teknik berpusat pada klien (*Client Centered*), dikarenakan teknik ini membutuhkan waktu lama untuk melihat perubahan yang terjadi pada diri siswa, selain itu sarana dan prasarana juga kurang mendukung untuk memaksimalkan pelaksanaan teknik tersebut.

Dengan pernyataan diatas dapat diketahui bahwa pelaksanaan bimbingan dan konseling di SMK Muhammadiyah 9 Medan sudah berjalan dengan baik karena ada pihak yang terkait disekolah bekerjasama dengan guru bimbingan dan konseling dalam menyelesaikan masalah anak yang terjadi disekolah. Tetapi untuk masalah kejenuhan belajar memang jarang ditangani oleh guru bimbingan dan konseling disekolah. Guru bimbingan dan konseling hanya melakukan konseling individu untuk mengatasi masalah siswa yang mengalami masalah kejenuhan belajar dan tidak menggunakan pendekatan *client centered*.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti dengan Ibu Hanum selaku guru bimbingan dan konseling disekolah SMK Muhammadiyah 9 Medan, tentang apa saja jenis

layanan dan bimbingan yang telah diberikan kepada siswa SMK Muhammadiyah 9 Medan dapat dikemukakan sebagai berikut:

Layanan bimbingan dan konseling yang diberikan kepada siswa SMK Muhammadiyah 9 Medan adalah meliputi:

1. Layanan Informasi adalah kegiatan memberikan pemahaman dan informasi kepada siswa tentang berbagai hal yang dapat dijadikan sebagai informasi bagi siswa dan dapat membantu permasalahan siswa.

2. Bimbingan Kelompok adalah kegiatan yang dilakukan secara berkelompok sekitar 6 sampai 10 siswa dalam satu kelompok untuk membahas permasalahan atau berbagai macam topik yang akan dibahas untuk menambah wawasan bagi seluruh anggota kelompok.

3. Layanan Konseling Individual adalah dimana guru bimbingan konseling melakukan wawancara konseling kepada individu/siswa yang mengalami masalah dan memberikan solusi atas permasalahan yang dihadapinya. Kemudian guru bimbingan dan konseling memberikan penilaian segera, penilaian jangka pendek, dan penilaian jangka panjang yang difokuskan untuk mengetahui bagaimana respon siswa setelah diberikan layanan tersebut apakah siswa tersebut bisa belajar dari stimulus yang diterimanya dan sejauh mana siswa tersebut tidak mengulangi kesalahannya lagi.

Pendekatan yang dikemukakan oleh Ibu Aisyah Hanum, selaku guru bimbingan dan konseling SMK Muhammadiyah 9 Medan diketahui bahwa pelaksanaan teknik *Client Centered* belumlah berjalan dengan baik karena pendekatan *client centered* memerlukan waktu yang lama untuk membantu mengentaskan permasalahan siswa.

## **2. Kejenuhan Belajar Siswa SMK Muhammadiyah 9 Medan**

Kejenuhan belajar adalah rentang waktu tertentu yang digunakan untuk belajar tetapi tidak mendatangkan hasil. Seorang siswa yang mengalami jenuh belajar merasa pengetahuannya dan kecakapan yang diperoleh dari belajar tidak ada kemajuan. Tidak adanya kemajuan hasil belajar ini pada umumnya tidak berlangsung selamanya, tetapi dalam rentang waktu yang membawa kejenuhan berkali-kali dalam satu periode belajar tertentu. Kejenuhan yang dialami oleh diri dalam diri misalnya, rasa bosan dan berkurangnya motivasi diri. Siswa belum dapat menanamkan dalam dirinya bahwa belajar itu suatu yang menyenangkan, belajar masih dianggap suatu beban dan kewajiban, sehingga belajar menjadi sesuatu yang membosankan. Sedangkan dari luar diri siswa misalnya guru kurang aktif dan kreatif dalam menyampaikan materi pelajaran, sehingga terkesan monoton dan tidak menarik.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan penelitian kepada Ibu Aisyah Hanum selaku guru bimbingan dan konseling tentang penyebab terjadinya kejenuhan belajar pada siswa kelas XI dikarenakan siswa hanya berantusias untuk mempelajari tentang jurusan yang mereka pilih, sedangkan pada mata pelajaran seperti kimia, Matematika dan mata pelajaran lainnya mereka masih menganggap itu adalah prioritas kedua dan sangat membosankan.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan penelitian dengan YG, tentang kejenuhan belajar dapat dikemukakan sebagai berikut: yang menyebabkan YG mengalami kejenuhan belajar dikarenakan selalu bosan dengan mata pelajaran Matematika dan tidak pernah paham dengan apa yang disampaikan oleh guru bidang studi, dan selain itu ia selalu mengalami keletihan dalam menerima proses belajar pembelajaran diakibatkan seringnya tidur terlalu malam dan tuntutan kerja dikarenakan ekonomi yang tidak memadai.

Selanjutnya wawancara yang dilakukan peneliti dengan FD, tentang kejenuhan belajar dapat dikemukakan sebagai berikut: Mengenai kejenuhan belajar yang ia alami dikarenakan dia



tidak pernah diperhatikan oleh kedua orangtuanya, tidak ada yang memotivasi untuk kearah pendidikan. Orangtua yang terlalu sibuk dengan urusan masing-masing dan tak pernah memperdulikan bagaimana perkembangan anaknya disekolah. Sehingga siswa tersebut selalu kehilangan motivasi dan mengakibatkan jenuh dalam belajar.

Kemudian wawancara dilanjutkan peneliti dengan AS, tentang kejenuhan belajar yang ia alami dapat dikemukakan sebagai berikut: mengenai guru bidang studi yang membawakan salah satu mata pelajaran dikelasnya. Ia mengatakan bahwa ibu itu terlalu serius dan monoton ketika membawakan mata pelajaran yang diajarnya. Dan ketika saya tidak bisa mengerjakan soal yang diberikannya saya selalu kena hukuman dari guru tersebut, Seharusnya jangan terlalu berambisi ketika menyampaikan suatu pelajaran, menyebabkan siswa yang lain juga mengalami kejenuhan yang sama seperti saya.

Dari uraian diatas dapat diketahui bahwa penyebab terjadinya kejenuhan belajar di sekolah SMK Muhammadiyah 9 Medan ini dikarenakan mereka memiliki kurangnya motivasi untuk belajar dan keadaan ekonomi yang rendah. Namun dengan adanya beberapa penyebab terjadinya kejenuhan belajar harus diberikan pendekatan *client centered* untuk mengetahui bagaimana respon yang ditunjukkan dari stimulus yang diberikan guru bimbingan dan konseling.

### **3. Penerapan Pendekatan *Client Centered Therapy* Untuk Mengurangi Kejenuhan Belajar Siswa SMK Muhammadiyah 9 Medan**

Untuk dapat mengurangi kejenuhan belajar kepada siswa tersebut, maka peneliti melakukan pertemuan untuk memberikan konseling individual kepada siswa. Dalam pemberian konseling individu dilakukan secara langsung dan terbuka antara peneliti dengan siswa. Peneliti membuat konseling individual berupa pembahasan masalah tentang kejenuhan belajar yang

dimiliki oleh siswa kelas XI SMK Muhammadiyah 9 Medan. Penerapan pendekatan *Client Centered* ini dilakukan melalui layanan konseling individual agar konselor lebih dapat berfokus permasalahan klien

Untuk dapat mencapai tujuan dari penerapan teknik *client centered therapy*, peneliti melakukan teknik dan pendekatan antara lain melalui :

a. Bantuan (konseling individu)

Pemberi bantuan yang dilakukan pada tahap ini adalah melalui tanya jawab yaitu dengan melakukan pertemuan dengan siswa. Peneliti memberikan beberapa pertanyaan atau pembahasan yang berkaitan dengan diri dan tujuannya agar siswa mau bercerita tentang permasalahannya mengapa ia mengalami kejenuhan belajar.

b. Sesi Tanya Jawab dan Diskusi

Dalam sesi ini, peneliti melakukan diskusi dan tanya jawab dengan siswa mengenai saran yang sudah disampaikan oleh peneliti. Teknik yang digunakan adalah pertanyaan dan sugesti agar tercipta situasi nyaman yang membuat siswa dapat mengeluarkan masalahnya mengenai kejenuhan belajar.

Adapun proses yang dilakukan oleh peneliti pada tahap ini adalah :

- 1) Dalam proses tanya jawab peneliti menciptakan situasi dimana siswa dengan kemauannya sendiri dapat mengungkapkan masalahnya mengenai perasaan dan emosinya bukan dari segi intelektualnya.
- 2) Kondisi saat berlangsungnya diskusi tanya jawab, peneliti harus bersikap ramah, bersahabat, dan menerima keadaan siswa.

- 3) Penulis berempati terhadap permasalahan siswa dan berusaha memahami permasalahan tersebut.
- 4) Peneliti menyakinkan siswa untuk memahami dan menerima keadaan dirinya sendiri.
- 5) Peneliti menginginkan siswa dapat menentukan pilihan dan tindakan yang akan dipilihnya dalam pengambilan keputusan.
- 6) Peneliti berusaha agar siswa dapat menjalankan keputusan yang telah diambilnya.

Melalui wawancara dengan guru bimbingan dan konseling, guru bimbingan dan konseling sudah melakukan upaya dalam mengatasi kejenuhan belajar di sekolah dengan maksimal walaupun belum maksimal dalam menerapkan sepenuhnya pendekatan *client centered therapy* itu sendiri. Maka dengan saran dan arahan guru bimbingan dan konseling peneliti diarahkan untuk melakukan konseling *client centered* melalui layanan konseling individual kepada beberapa siswa yang mengalami kejenuhan belajar. Didalam melakukan pendekatan konseling *client centered* melalui layanan konseling individual, peneliti terlebih dahulu melihat jadwal dan kesempatan untuk bisa memberikan layanan konseling *client centered* kepada siswa, setelah memastikan dapat memberikan layanan konseling individual kepada siswa maka peneliti pada langkah awal memulai konseling individual dengan menggunakan pendekatan *client centered* serta menggunakan teknik relaksasi. Seperti biasa awalnya melakukan langkah penerimaan, dimana peneliti menerima kedatangan siswa, pada tahap ini peneliti menciptakan pola hubungan yang hangat dengan siswa karena penerimaan awal sangat berpengaruh pada proses konseling selanjutnya, pada penerimaan awal ini peneliti menjelaskan terlebih dahulu maksud dan tujuan konseling ini. Kemudian langkah kedua dimana memulai mengidentifikasi masalah apa yang terjadi pada siswa dan mengeksplorasi masalah tersebut, siswa diberi kesempatan untuk mengeluarkan segala penyebab siswa tersebut mengalami kejenuhan belajar. Selanjutnya tahap

ketiga, siswa diminta untuk mengatakan perasaannya pada saat ini, dimana disini peneliti juga dapat menggunakan salah satu teknik dalam pendekatan client centered yaitu teknik *psikothetraphy non directive* yaitu metode atau teknik perawatan psikis yang dilakukan dengan cara berdialog antara konselor dengan klien agar tercipta gambaran yang serasi antara *ideal self* (diri yang ideal) dengan *actual self* (diri klien dengan kenyataan yang sebenarnya). Dan langkah akhir membuat siswa memilih dan memutuskan solusi apa yang akan di ambilnya pada langkah akhir membuat kesimpulan mengenai proses konseling.

Dari hasil konseling yang dilakukan dengan 3 siswa yang mengalami kejenuhan belajari, hari konseling yang pertama dilakukan oleh peneliti dengan YG, yang kedua dengan FD, dan yang ketiga yaitu AS. Konseling ini dilakukan dengan waktu yang berbeda dan setelah penggalian masalah dan diperoleh penyebab siswa mengalami kejenuhan belajar siswa, kemudian peneliti mengajak siswa untuk melakukan relaksasi tentang masalah yang mereka hadapi, dengan begitu siswa dapat lebih tenang dengan permasalahan yang mereka hadapi. Setelah itu langkah selanjutnya peneliti memberikan beberapa pilihan penyelesaian masalah serta selanjutnya mereka pilih dan terapkan dalam kehidupan mereka sehari-hari. Konseling yang dilakukan peneliti dengan YG, FD dan AS.

Setelah semua siswa diberikan layanan konseling individual, kemudian peneliti melakukan observasi untuk melihat apakah ada perubahan yang terjadi pada siswa setelah dilakukan konseling. Dari hasil observasi setelah konseling ketiga siswa yang diberikan layanan konseling individual mengalami perubahan, yaitu sudah dapat menerima pelajaran dengan baik.

### **C. Pembahasan dan Hasil Penelitian**

Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana penerapan teknik *Client Centered Therapy* untuk mengurangi kejenuhan belajar. Langkah yang dilakukan yaitu dengan cara melakukan wawancara mengenai kejenuhan belajar yang dimiliki oleh siswa.

Siswa sebelumnya sudah diberikan konseling individu mengenai tips atau cara mengurangi kejenuhan belajar agar siswa mampu mengurangi rasa kejenuhan tersebut dan supaya setiap siswa yang mengalami kejenuhan belajar dapat menciptakan suasana proses belajar mengajar secara efektif dan efisien.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan teknik *client centered therapy* untuk mengurangi kejenuhan belajar siswa, hal ini terlihat dari hasil wawancara yang dilakukan penulis kepada beberapa siswa kelas XI yang dijadikan sebagai sampel penelitian menunjukkan bahwa sudah mulai berkurangnya rasa kejenuhan belajar yang dimiliki siswa serta dapat mengenal dirinya baik dari segi potensi dan minatnya, kemudian siswa dapat mengambil keputusan yang baik untuk dipertanggungjawabkan bagi dirinya sendiri..

#### **D.Keterbatasan Penelitian**

Pelaksanaan penelitian ini telah dilakukan secermat mungkin yaitu dengan mengupayakan kondisi-kondisi yang mendukung dalam proses penelitian. Namun, penulisan skripsi ini dapat dikatakan belum sempurna, masih ada kekurangan dan keterbatasan dalam melakukan penelitian dan penganalisaan data hasil penelitian serta hal-hal lain yang tidak dapat dihindari sehingga mempengaruhi hasil penelitian. Adapun keterbatasan yang penulis hadapi disebabkan oleh beberapa faktor antara lain :

1. Sulit mendapatkan hasil yang akurat tentang penerapan teknik *client centered therapy* untuk mengurangi kejenuhan belajar siswa karena banyaknya siswa yang memberikan jawaban tidak sesuai dengan keadaan yang sesungguhnya.
2. Terbatasnya waktu yang peneliti miliki untuk melakukan riset lebih lanjut pada siswa kelas XI SMK Muhammadiyah 9 Medan Tahun Pembelajaran 2016-2017.
3. Selain keterbatasan diatas, penulis juga menyadari bahwa kekurangan wawasan penulis dalam membuat daftar pertanyaan wawancara yang baik dan baku ditambah dengan kurangnya buku pedoman atau referensi tentang teknik penyusunan daftar pertanyaan wawancara secara baik, merupakan keterbatasan peneliti yang tidak dapat dihindari, oleh karena itu dengan tangan terbuka penulis mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun demi kesempurnaan tulisan-tulisan dimasa mendatang.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan analisis terhadap hasil penelitian dapat dikemukakan kesimpulan penelitian ini, yakni sebagai berikut:

1. Penerapan pendekatan *client centered therapy* mengarahkan untuk menyesuaikan antara *ideal-self* dengan *actual-self* dalam diri individu dalam menyelesaikan masalahnya dengan melakukan layanan konseling individu yang dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling.
2. Kejenuhan belajar yang terjadi pada siswa di SMK Muhammadiyah 9 Medan diantaranya disebabkan karena faktor ekonomi, kurangnya dukungan dan motivasi dari orangtua, dan proses belajar mengajar yang tidak menyenangkan dari guru bidang studi.
3. Penerapan pendekatan *client centered therapy* untuk mengatasi kejenuhan belajar siswa kelas XI SMK Muhammadiyah 9 Medan, ternyata telah berhasil membantu siswa untuk menyelesaikan masalah kejenuhan belajar, kejenuhan belajar lebih berkurang dari sebelumnya.

#### **B. Saran**

63

Untuk melengkapi hasil tindakan penelitian, ada beberapa saran yang peneliti berikan untuk seluruh pihak sekolah SMK Muhammadiyah 9 Medan adalah sebagai berikut:

1. Kepala Sekolah SMK Muhammadiyah 9 Medan

- a. Demi kelancaran kegiatan Bimbingan konseling di SMK Muhammadiyah 9 Medan, maka perlu disempurnakannya fasilitas bimbingan dan konseling disekolah dengan melengkapi kekurangan-kekurangan sarana dan prasarana fasilitas yang ada diruangan bimbingan dan konseling disekolah dapat terlaksana secara efektif.
- b. Untuk mempermudah dalam pelaksanaan kegiatan bimbingan konseling serta agar dapat mencapai hasil yang lebih baik, kiranya perlu ada penyempurnaan dalam pelayanan bimbingan dan konseling maupun program-program yang tersusun sehingga dapat maksimal kegiatan bimbingan dan konseling dapat berjalan dengan sempurna dengan jadwal yang tersusun.

## 2. Kepada Guru Bimbingan Konseling di SMK Muhammadiyah 9 Medan

- a. Sebagai guru bimbingan dan konseling disekolah, maka guru bimbingan konseling disekolah dituntut untuk lebih aktif dalam bekerjasama dengan wali kelas, guru-guru bidang studi lainnya terhadap perkembangan belajar siswa.
- b. Pelaksanaan teknik berpusat pada klien diharapkan dapat dilaksanakan secara lebih mendalam dan menyeluruh serta sesuai dengan ketentuan yang ada dalam pelaksanaan kegiatan bimbingan dan konseling disekolah.

## 3. Kepada siswa di SMK Muhammadiyah 9 Medan

Kepada siswa diharapkan tidak merasa takut maupun malu dalam menyampaikan atau menceritakan permasalahannya kepada guru bimbingan konseling sebagai teman curhat dan sebagai tempat untuk menemukan solusi di setiap permasalahan yang dimiliki oleh peserta didik.



## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Abu. 2002. *Psikologi Sosial*. Jakarta : Rineka Cipta
- Arikunto, Suharsimi, 2010. *Dasar-Dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta, Bumi Aksara
- Harfiah 2011. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta : Balai Pustaka
- Luddin, Abu bakar M.2010.*Dasar-Dasar Konseling*.Cetakan Pertama.Bandung Cita Pustaka Media Perintis
- Lumongga Namora (2011). *Memahami Dasar-Dasar Konseling dalam teori dan Praktek*, Jakarta: Kencana
- Muhibbin,Sya. 2010. *Psikologi Pendidikan Dengan Pendekatan Baru*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offest.
- Prayitno. & Amti, Erman.2004. *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*.Jakarta.Rineka Cipta.
- Paryati, Sudarman 2004. *Belajar Efektif Di Perguruan Tinggi*. Bandung : Simbiosis Rekatama Media.
- Suryabrata, Sumadi 2005. *Psikologi Pendidikan*, Jakarta: PT Raja Grafindo
- Shertzer, B. & Stone, S.C. 1976. *Fundamental of Gudance*. Boston : HMC
- Sugiyono.2008.*Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, kualitatif dan R&D*.Bandung:Alfabeta
- Slameto, 2003. *Belajar dan faktor-faktor yang mempengaruhi*, Jakarta: Rineka Cipta
- Suprpto, Choiruddin Hadhiri, 2003. *Bintang Pelajar* . Bandung : Mujahid Grafis
- Tohirin.2013.*Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah Berbasis Integrasi*.Bandung.Rajawali Pers.
- Usman, Muhammad Uzer. 1997, *Menjadi Guru Profesional*. Bandung : Remaja Rosdakarya
- Winkel, Hastuti. 2006. *Bimbingan dan Konseling Di Instuti Pendidikan*. Yogyakarta : Media Abadi
- Willis, Sofyan S. (2004). *Konseling Individual Teori dan Praktek*. Bandung: Alfabeta
- <http://edukasi.kompasiana.com> diakses 20 Agustus 2013, mengatasi-kejenuhan-belajar
- <http://www.tips-kejenuhan-saat-belajar> diakses 22 Agustus 2013
- <http://www.qtulis.net> diakses 20 Agustus 2013, menerangkan kejenuhan belajar.

