

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan hal penting bagi semua manusia, karena melalui pendidikan dapat melahirkan generasi penerus bangsa yang memiliki sumber daya manusia yang berkualitas serta membantu manusia untuk bisa mengaktualisasikan diri, mempermudah dalam memperoleh pekerjaan, kehidupan dan mencapai kesuksesan di masa depan.

Dalam pelaksanaan pendidikan tentunya seorang guru memiliki peran penting untuk menghantarkan siswanya agar sukses di masa depan. Peran guru tersebut perlu mendapat dukungan dari diri siswa sendiri. Untuk menghantarkan siswa mencapai kesuksesannya maka guru perlu memperhatikan faktor-faktor yang mempengaruhi diri siswa, baik dari dalam diri maupun dari luar diri.

Salah satu faktor yang mempengaruhi keberhasilan dalam belajar yaitu faktor dari dalam diri siswa, terutama yang berkaitan dengan perilaku maladaptif. Schneiders (dalam Sarwono 2012:72) menjelaskan “perilaku maladaptif adalah ketidakmampuan individu untuk berinteraksi atau menyesuaikan diri secara efektif dan mengembangkan pola tingkah laku yang bisa diterima dalam lingkungan”.

Pada umumnya gejala perilaku maladaptif siswa di sekolah dapat berupa melanggar peraturan sekolah seperti salah menggunakan seragam, membolos saat jam pelajaran berlangsung karena tidak suka dengan pelajarannya, terlambat datang ke sekolah dengan alasan terlambat bangun maupun terlambat mendapatkan mobil tumpangan menuju sekolah, mengantuk di kelas, dan tidak menghargai gurunya.

Berkaitan dengan gejala perilaku maladaptif, dalam artikel hasil kajian Winata dijelaskan bahwa gejala perilaku maladaptif siswa di sekolah dapat berupa siswa yang sering berkata kasar kepada orang lain, berkelahi, sering tidak masuk kelas, tidak sopan dalam berkomunikasi dengan orang lain, suka memukul teman serta melanggar norma sosial sehingga membuatnya merasa kurang nyaman berada di lingkungan tersebut.

Siswa yang memiliki perilaku maladaptif akan membawa dampak negatif bagi diri sendiri maupun orang lain seperti, kesulitan dalam bergaul dengan orang lain. Merasa minder yakni tidak punya keberanian untuk berkomunikasi dengan orang lain. Selalu tertutup, jika sudah menjadi minder, maka ia cenderung akan menutup diri terhadap orang lain.

Siswa yang memiliki perilaku maladaptif perlu mendapat perhatian khusus dari guru bimbingan dan konseling, agar perilaku tersebut tidak berdampak negatif pada diri sendiri dan juga orang lain. Perhatian guru dapat berupa pemberian layanan bimbingan dengan menggunakan teknik restrukturisasi kognitif.

Menurut Ellis (dalam Nursalim, 2014:32) “Restrukturisasi kognitif adalah upaya mengidentifikasi dan mengubah pikiran-pikiran atau pernyataan dan keyakinan konseli yang negatif dan tidak rasional menjadi pikiran yang positif dan rasional”.

Berdasarkan artikel hasil penelitian Safithry (2015:40) dikatakan bahwa teknik restrukturisasi kognitif ini dapat menurunkan gangguan penyesuaian diri yang dialami remaja. Ia dapat mengenali pikiran negatif dan motif yang mendorongnya serta ia menyadari bahwa pikiran-pikiran negatif tersebut sangat mengganggu kehidupannya.

Mengacu pada uraian di atas maka, penulis tertarik untuk mengkaji permasalahan tersebut dengan judul Kajian Teoretis Tentang Pengurangan Perilaku Maladaptif Siswa Melalui Teknik Restrukturisasi Kognitif.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penulisan skripsi ini adalah :

1. Mengapa teknik restrukturisasi kognitif digunakan untuk mengurangi perilaku maladaptif siswa?
2. Bagaimana proses penerapan teknik restrukturisasi kognitif untuk mengurangi perilaku maladaptif siswa?
3. Apakah teknik restrukturisasi kognitif efektif untuk mengurangi perilaku maladaptif siswa?

C. Tujuan Penulisan

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penulisan skripsi ini adalah untuk:

1. Mengetahui alasan penggunaan teknik restrukturisasi kognitif untuk mengurangi perilaku maladaptif siswa.
2. Mengetahui proses pelaksanaan teknik restrukturisasi kognitif untuk mengurangi perilaku maladaptif siswa
3. Mengetahui efektifitas teknik restrukturisasi kognitif untuk mengurangi perilaku maladaptif siswa.

D. Manfaat Penulisan

Adapun manfaat dari penulisan skripsi ini, yaitu:

1. Manfaat Teoretis

Hasil penulisan skripsi ini turut memberikan sumbangan pemikiran dalam memperluas wawasan dan konsep tentang penggunaan teknik restrukturisasi kognitif dalam mengurangi perilaku maladaptif siswa.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi penulis

Hasil penulisan skripsi ini dapat meningkatkan keterampilan penulis dalam mengaplikasikan teknik restrukturisasi kognitif untuk meningkatkan perilaku maladaptif siswa.

b. Bagi Pemerhati Masalah BK

Hasil penulisan skripsi ini dapat menjadi bahan referensi yang bermanfaat bagi pemerhati bidang pendidikan khususnya bidang bimbingan dan konseling untuk meneliti atau mengkaji lebih jauh tentang penggunaan teknik restrukturisasi kognitif untuk mengurangi perilaku maladaptif siswa.