



## Penerapan Konseling Kelompok Dengan Teknik Direktif Terhadap Kejenuhan Belajar

Yunika Oktarina<sup>1</sup>, Suryati<sup>2</sup>, Lena Marianti<sup>3</sup>

Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang, Indonesia

Corresponding Author:  [yunikaoktarina03@gmail.com](mailto:yunikaoktarina03@gmail.com)

### ABSTRACT

#### ARTICLE INFO

Article history:

Received

October 30, 2023

Revised

February 26,

2024

Accepted

March 25, 2024

This research is entitled Application of Group Counseling Using Directive Techniques Against Learning Burnout of Students at the Alharomain Semende Darat Laut Islamic Boarding School, Muara Enim Regency. This research aims to find out how the study boredom of students at the Alharomain Islamic Boarding School is described and how group counseling is applied to the learning boredom of Alharomain Islamic Boarding School students. The method used in this research is a qualitative research method. The subjects of this research were five students of class IV Ibtida'iyah Alharomain Islamic boarding school who felt boredom with learning. Data collection techniques in this research used interviews, observation and documentation. The data analysis technique in this research is data reduction, data presentation, and drawing conclusions. The results of the research show that there are several aspects to the description of boredom experienced by students, including emotional exhaustion due to excessive demands. The results of the application of group counseling services with directive techniques to the boredom of learning of Alharomain Islamic boarding school students by instilling self-confidence and providing motivation to create new things in the learning process so that changes in behavior occur in the students as desired.

**Key words:** *Group Counseling, Directive Techniques, Learning Boredom*

How to cite

Oktarina, Y., Suryati, Marianti, L. (2023). Penerapan Konseling Kelompok Dengan Teknik Direktif Terhadap Kejenuhan Belajar. *Journal of Society Counseling*. 1(3).

Journal Homepage

<https://journal.scidacplus.com/index.php/josc>

This is an open access article under the CC BY SA license

<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>

Published by

ScidacPlus

### PENDAHULUAN

Dalam proses pencapaian pengetahuan dan kapasitas intelektual dibutuhkan proses pembelajaran yang mampu memfasilitasi individu agar belajarnya dapat mudah dan lancar guna memperoleh keberhasilan serta mendapat perkembangan optimal sebagai manusia. Belajar merupakan proses dari perkembangan hidup manusia. dengan belajar, manusia melakukan perubahan-perubahan kualitatif individu sehingga tingkah lakunya berkembang. Semua aktivitas dan prestasi hidup tidak lain adalah hasil dari belajar (Qodir, A, 2017). Kita pun hidup dan bekerja menurut apa yang kita pelajari. Belajar itu bukan sekedar pengalaman. Belajar adalah suatu proses dan bukan suatu hasil. Karena itu belajar berlangsung secara aktif dan integratif dengan menggunakan berbagai bentuk perbuatan untuk mencapai suatu tujuan (Rahmayanti, V, 2016). Menurut pengertian secara psikologis, belajar merupakan suatu proses perubahan yaitu perubahan didalam tingkah laku sebagai hasil interaksi dengan lingkungannya dalam memenuhi kebutuhan

hidupnya, perubahan tersebut akan dinyatakan dalam seluruh aspek tingkah laku (Bella, M. M, 2018). Praktek proses pembelajaran dipondok pesantren terkadang didukung dan dihambat oleh berbagai macam faktor, sehingga menyebabkan santri menemui kemudahan dan kesulitan Ketika melaksanakan praktik tersebut (Fitri, S. A, 2021). Ada banyak sekali faktor yang menjadi kunci sukses dari hasil pembelajaran yang bagus dan membuahkan prestasi seperti motivasi belajar, dorongan internal dan lain-lain. Namun banyak pula faktor yang menjadikan proses belajar menjadi tidak sesuai harapan dan menghasilkan sebuah kegagalan, diantaranya adalah kejenuhan belajar (Andri. A, 2017)

Kejenuhan belajar merupakan sebuah keadaan atau kondisi dimana seseorang mengalami rasa bosan dan tidak lagi memperdulikan proses pembelajaran sebagai akibat dari besarnya tekanan dan tuntutan dalam proses belajar (Anggraini, R, 2018). Proses belajar yang berlangsung terus menerus tanpa diselingi dengan kegiatan yang dapat mendongkrak semangat belajar individu akan mengakibatkan timbulnya kondisi kejenuhan belajar (Rahma, R. O, 2022). Maka dari itu akibat yang ditimbulkan dari kejenuhan santri berdampak buruk pada kondisi psikologis individu dan pencapaian prestasinya. Dalam teknik konseling direktif, konselor lebih aktif dan berperan dari pada konseling (Wahyudi, A, 2022). Konselor mengambil peran penting selama proses konseling, termasuk dalam mengambil inisiatif dan pemecahan masalah, sementara peran konseling sangat kecil, tidak banyak mengeluarkan pendapat dan pandangannya berkaitan dengan masalah yang sedang dihadapi. Selama proses konseling aktivitas lebih banyak didominasi oleh konselor sebagai penentu arah dan mengambil keputusan (Lumongga, D. N, 2017).

Menurut Rogers konseling adalah serangkaian yang hubungan langsung dengan individu yang dirancang untuk membantunya mengubah sikap dan prilaku, atau dapat diartikan sebagai proses bantuan yang dilakukan oleh konselor melalui wawancara konseling oleh seorang konselor kepada individu yang sedang mengalami suatu masalah (Susi, S, 2022). Tujuannya agar konseling dapat lebih memahami dirinya dan mampu mengatasi masalah yang dihadapinya. tujuan konseling kelompok adalah berkembangnya sosialisai, khususnya kemampuan berkomunikasi (Fitri, E. N., & Marjohan, M, 2017). Menurut prayitno dalam buku tohirin, Secara umum tujuan konseling kelompok adalah untuk mengembangkan kompetensi profesional Melalui konseling kelompok, hal-hal yang dapat menghambat atau mengganggu sosialisasi dan komunikasi diungkap dan dinamikakan melalui berbagai teknik (Resi, J, 2022)

Kejenuhan belajar adalah suatu mental seseorang saat mengalami rasa bosan dan lelah yang amat sangat sehingga mengakibatkan timbulnya rasa lesu tidak bersemangat atau hidup tidak bergairah untuk melakukan aktivitas belajar. (Sugandi, 2020). Kejenuhan belajar adalah suatu kondisi mental santri dalam rentang waktu tertentu malas, lelah, bosan, lesu, tidak bersemangat, tidak bergairah untuk melakukan aktivitas belajar. Belajar dengan cara menggunakan metode yang bervariasi melakukan perubahan fisik dan ruang belajar Menciptakan suasana baru dilingkungan belajar melakukan rekreasi atau hiburan disela-sela waktu belajar.

## **METODE**

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan pendekatan penelitian kualitatif. Subjek penelitian menggunakan teknik purposive sampling, pengambilan subyek dengan menggunakan sumber data pertimbangan tertentu (Masykur, A. M, 2015). Adapun kriteria pengambilan subyek untuk santri dalam penelitian ini sebagai berikut: santri kelas IV Ibtidaiyah pondok pesantren Al-Haromain dan santri yang memiliki permasalahan dalam kejenuhan belajar.

Penelitian ini dilakukan dipondok pesantren Al-Haromain semende darat laut kabupaten Muara Enim. Dalam data penelitian ini teknik pengumpulan data menggunakan teknik

wawancara, observasi, dan dokumentasi. Teknik analisis data dalam penelitian ini dengan reduksi data, Reduksi data dilakukan dengan cara menjumlahkan data yang didapatkan dari hasil wawancara, observasi dan analisis. Penyajian data dilakukan dengan cara menyampaikan data yang telah direduksi dalam bentuk table atau grafik untuk memudahkan pemahaman. Penarikan kesimpulan, Pembahasan dilakukan berdasarkan data hasil penelitian dengan teori yang digunakan sebagai dasar dari penelitian.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan harian santri di pondok pesantren Al-Haromain dimulai sebelum memasuki subuh, Sebagian santri sudah bangun terlebih dahulu untuk melaksanakan puasa senin kamis ataupun puasa tahunan, setelah jam 03:00 WIB santri berbondong-bondong menuju mushola untuk menunaikan sholat tahajjud dan sholat subuh. Biasanya barisan sholat subuh memenuhi mushola jam 04:00 WIB santri melaksanakan sholat tahajjud santri Bersama-sama membaca do'a sholat tahajjud dan do'a fajar sambil menunggu kiayi untuk mengimami sholat subuh. Jam 05.50 WIB santri akan menunaikan sholat subuh disambung dengan zikir dan belajar tafsir al-qur'an oleh KH M. Dainawi.

Selain kegiatan harian yang dilakukan setiap hari oleh para santri, ada pula kegiatan mingguan. Kegiatan mingguan ini biasa dilaksanakan mulai malam minggu hingga hari minggu dari malam senin hingga hari senin hal ini dikarenakan minggu merupakan hari libur bagi santri Al-Haromain. Untuk kegiatan mingguan ada sedikit perbedaan antara santri putra dan putri, hal ini dilakukan dikarenakan berbeda waktu belanja di Barokah Mart.

Kegiatan manaqib merupakan kegiatan yang dilaksanakan setiap malam selasa, kegiatan ini berupa pembacaan manaqib Syaikh Abdul Qodir Jailani yang dibaca secara bergantian oleh santri yang hadir di mushola. Berbeda dengan santri putra malam selasa belajar fiqih Bersama ustad Adi Hartono. Pondok pesantren Al-Haromain juga memiliki kegiatan yang dilaksanakan setiap bulannya, diantaranya kegiatan pemeriksaan Maa'ni. Kegiatan tahunan santri Al-Haromain merupakan kegiatan besar dalam memperingati hari-hari besar dan bebrapa momen tertentu. Muharram merupakan kegiatan yang dilaksanakan pada 1 Muharram santri akan berkumpul di mushola sambil membaca amalan-amalan yang dipimpin oleh Nyai Hj. Nurkasmawati selaku istri dari pengasuh pondok pesantren Al-Haromain.

Hasil wawancara kepada pimpinan pondok pesantren al-haromain bahwa pondok pesantren Al-Haromain terdapat tiga jenjang Pendidikan yaitu ibtidaiyah, tsanawiyah dan aliyah pada penelitian ini berfokus pada santri tingkat ibtidaiyah kelas IV terhadap kejenuhan belajar. Seperti yang sudah diungkapkan oleh pimpinan pondok pesantren kiayi H. Muhammad Dainawi belum memiliki guru bimbingan konseling, jadi semua permasalahan santri diselesaikan oleh wali kelas masing-masing (ustad dan ustazah). Oleh sebab itu masalah yang ada pada santri baik masalah kejenuhan belajar, bergaul, beradaptasi, dll belum bisa diselesaikan secara optimal.

Berdasarkan hasil wawancara kepada 5 orang subjek yang berkaitan dengan aspek kelelahan emosional, kelelahan fisik, kelelahan kognitif, dan kehilangan motivasi, diperoleh bahwa 5 santri tersebut masih merasa stress, bosan karena tuntutan terlalu banyak hafalan dan banyaknya aturan. Selain itu mereka juga merasakan adanya kelemahan fisik yang disebabkan karena adanya kegiatan yang terlalu lama, kegiatan yang membosankan sehingga menimbulkan kelelahan karena tidak semangat. Ketika ada sebuah masalah para santri merasakan hal-hal yang berbeda seperti sulit untuk konsentrasi dalam belajar dan lupa pelajaran dikarenakan banyaknya yang harus diingat dan banyaknya tuntutan lainnya.

Adapun tahapan-tahapan konseling kelompok dengan Teknik direktif terhadap kejenuhan belajar santri pondok pesantren al-haromain semende darat laut kabupaten muara enim yaitu sebagai berikut: Tahap prakonseling, pada tahap ini peneliti sebagai pimpinan kelompok melakukan penataan ruangan sebelum melanjutkan ketahap permulaan. Tahap permulaan, pada tahap ini peneliti sebagai pimpinan kelompok membuka kegiatan konseling kelompok dengan mengucapkan salam dan do'a, kemudian mengucapkan ucapan terimakasih kepada anggota kelompok karena telah menyempatkan waktunya untuk mengikuti kegiatan konseling kelompok ini. Terakhir pemimpin kelompok memotivasi anggota kelompok untuk saling mengungkapkan diri secara terbuka dan pemimpin kelompok Kembali menekankan diri secara terbuka dan pemimpin kelompok Kembali menekankan asas kerahasiaan. Tahap peralihan, pada tahap ini pemimpin kelompok Kembali menjelaskan mengenai pengertian konseling kelompok. Kemudian pemimpin kelompok memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk bertanya mengenai kegiatan tersebut. Selanjutnya pemimpin kelompok melakukan ice breaking untuk menciptakan suasana yang akrab dalam kelompok serta pemimpin kelompok menanyakan kesiapan anggota kelompok untuk melanjutkan ketahap selanjutnya yaitu tahap kegiatan. Tahap kegiatan, pada tahap ini merupakan inti dari kegiatan konseling kelompok. Pada tahapan kegiatan pemimpin kelompok melakukan penggalian masalah yang dialami anggota kelompok secara mendalam. Pada tahap kegiatan ini terjadi Teknik direktif terbagi menjadi beberapa tahapan kegiatan, tahapan menanamkan kepercayaan diri santri. Tahapan ini agar santri yakin akan dirinya bisa bisa melakukakan yang ia inginkan. Selanjutnya tahapan memberi nasehat saran dan motivasi, pada tahap ini santri akan merasa bahwa dirinya akan mendapatkan penguatan. Tahap pengakhiran, pada tahap ini disebut dengan penutup, pemimpin kelompok bertanya kembali kepada anggota kelompok mengenai Teknik direktif terhadap kejenuhan belajar pada diri santri, serta pemimpin kelompok menanyakan kepada anggota kelompok hal apa yang mungkin masih menggajal atau belum menemui solusi terhadap permasalahan yang dialami, kemudian pemimpin kelompok memberikan keyakinan kepada anggota kelompok untuk menerapkan hal-hal yang telah dibahas kedalam kehidupannya. Tahap pasca konseling, pada tahap ini peneliti pemimpin kelompok menanyakan rencana kedepan anggota kelompok apakah ada evaluasi tindak lanjut apabila ada hambatan serta meminta anggota kelompok untuk mengemukakan kesan dan pesan setelah mengikuti kegiatan konseling kelompok. Terakhir pemimpin kelompok mengakhiri kegiatan konseling dengan mengucapkan salam.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian mengenai penerapan konseling kelompok dengan teknik direktif terhadap kejenuhan belajar santri pondok pesantren Al-Haromain Semende Darat Laut kabupaten Muara Enim, maka peneliti dapat simpulkan bahwa : Pertama, dari hasil penelitian yang dilakukan diperoleh hasil Gambaran kejenuhan belajar santri pondok pesantren alharomain semende darat laut kabupaten Muara Enim sebelum dilakukan kegiatan konseling kelompok dengan teknik direktif masih belum memenuhi aspek untuk mengatasi kejenuhan belajar yang ada dalam diri santri. Hal ini dapat dilihat bahwa santri menganggap merasa stress dan bosan akibat tuntutan berlebihan serta mempunyai keluhan fisik. Santri menganggap bahwa mudah khawatir saat ada masalah keluarga dan muda lupa, sulit konsentrasi saat belajar dan santri menganggap bahwa jika Impian mereka tercapai maka mereka akan merasa kecewa dan tidak ingin lagi bermimpi dikarenakan kehilangan motivasi.

Kedua, Penerapan konseling kelompok dalam mengatasi kejenuhan belajar santri pondok pesantren Al-Haromain Semende Darat Laut kabupaten Muara Enim berjalan dengan lancar dan

baik serta santri berperan aktif selama kegiatan konseling kelompok. Dengan terjadinya kegiatan konseling kelompok santri dapat mengetahui cara mengatasi kejenuhan belajar. Penerapan konseling kelompok dengan teknik direktif dalam mengatasi kejenuhan belajar santri menunjukkan hasil yang lebih baik dimana santri sudah mengetahui cara mengelolah dan menyelesaikan kejenuhan yang ada pada dirinya sendiri. Terjadi perubahan perilaku pada santri melalui motivasi yang diberikan sehingga santri dapat mengatasi kejenuhan belajar yang ada pada dirinya secara optimal Maka dapat disimpulkan bahwa penerapan konseling kelompok dengan teknik direktif bisa digunakan dalam mengatasi kejenuhan belajar santri di Pondok Pesantren Al-Haromain Semende Darat Laut Kabupaten Muara Enim.

## **REFERENSI**

- Andri, A., Zagir, Z., & Dores, O. J. (2017). Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Rendahnya Prestasi Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Matematika Di Sd Negeri 04 Bati Tahun Pelajaran 2016/2017. *Jurnal Pendidikan Dasar Perkhasa*, 3(2), 414-426. [https://Dx.Doi.Org/10.31932/Jpdp.V3i2.91](https://dx.doi.org/10.31932/jpdp.v3i2.91)
- Angraini, R. (2018). *Pengaruh Teknik Pembelajaranice Breaking Terhadap Motivasi Belajar Pada Mata Pelajaran Ipa Kelas Iii Mi Masyariqul Anwar 4 Suka Bumi Bandar Lampung* (Doctoral Dissertation, Uin Raden Intan Lampung). [Http://Repository.Radenintan.Ac.Id/Id/Eprint/3458](http://Repository.Radenintan.Ac.Id/Id/Eprint/3458)
- Bella, M. M., & Ratna, L. W. (2018). Perilaku Malas Belajar Mahasiswa Di Lingkungan Kampus Universitas Trunojoyo Madura. *Competence: Journal Of Management Studies*, 12(2). [https://Doi.Org/10.21107/Kompetensi.V12i2.4963](https://doi.org/10.21107/Kompetensi.V12i2.4963)
- Fitri, E. N., & Marjohan, M. (2017). Manfaat Layanan Konseling Kelompok Dalam Menyelesaikan Masalah Pribadi Siswa. *Jurnal Educatio: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 2(2), 19-24. [http://Dx.Doi.Org/10.29210/12016261](http://dx.doi.org/10.29210/12016261)
- Fitri, S. A. (2021). *Metode Penanaman Akhlak Mahmudah Di Pondok Pesantren Asy-Syifa Pangkalan Banteng Kabupaten Kotawaringin Barat* (Doctoral Dissertation, Iain Palangka Raya). <http://Digilib.Iain-Palangkaraya.Ac.Id/Id/Eprint/3376>
- Jayanti, R. D., & Masykur, A. M. (2015). Pengambilan Keputusan Belum Menikah Pada Dewasa Awal. *Jurnal Empati*, 4(4), 250-254. [https://Doi.Org/10.14710/Empati.2015.14351](https://doi.org/10.14710/Empati.2015.14351)
- Lumongga, D. N. (2017). *Konseling Kelompok*. Kencana. [Google Scholar](https://scholar.google.com/)
- Qodir, A. (2017). Teori Belajar Humanistik Dalam Meningkatkan Prestasi Belajar Siswa. *Pedagogik: Jurnal Pendidikan*, 4(2). [https://Doi.Org/10.33650/Pjp.V4i2.17](https://doi.org/10.33650/Pjp.V4i2.17)
- Rahma, R. O., Rahmawati, V., & Setyawan, A. (2022). Pengaruh Kejenuhan Terhadap Konsentrasi Belajar Dan Cara Mengatasinya Pada Peserta Didik Di Sdn 1 Pandan. *Jurnal Pancar (Pendidik Anak Cerdas Dan Pintar)*, 6(2), 242-250. [https://Doi.Org/10.52802/Pancar.V6i2.474](https://doi.org/10.52802/Pancar.V6i2.474)
- Rahmayanti, V. (2016). Pengaruh Minat Belajar Siswa Dan Persepsi Atas Upaya Guru Dalam Memotivasi Belajar Siswa Terhadap Prestasi Belajar Bahasa Indonesia Siswa Smp Di Depok. *Sap (Susunan Artikel Pendidikan)*, 1(2). [http://Dx.Doi.Org/10.30998/Sap.V1i2.1027](http://dx.doi.org/10.30998/Sap.V1i2.1027)
- Resi, J. (2022). *Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok Untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Peserta Didik Di Smp Wiyatama Bandar Lampung* (Doctoral Dissertation, Uin Raden Intan Lampung). <http://Repository.Radenintan.Ac.Id/Id/Eprint/17280>
- Susi, S. (2022). *Peran Konselor Dalam Menangani Penderita Gangguan Jiwa Psikotik Di Lembaga Kesejahteraan Sosial Bina Laras Yayasan Sinar Jati Bandar Lampung* (Doctoral

Dissertation, Uin Raden Intan Lampung).

[Http://Repository.Radenintan.Ac.Id/Id/Eprint/17189](http://Repository.Radenintan.Ac.Id/Id/Eprint/17189)

Tohirin, T. (2016). Potensi Siswa Dan Kebijakan Pelayanan Bimbingan Konseling (Studi Kasus Terhadap Siswa Komunitas Adat Terpencil Suku Sakai Di Sman 1 Kecamatan Pinggir Kabupaten Bengkalis). *Toleransi: Media Ilmiah Komunikasi Umat Beragama*, 5(1), 33-44.

[Http://Dx.Doi.Org/10.24014/Trs.V5i1.69](http://Dx.Doi.Org/10.24014/Trs.V5i1.69)

Wahyudi, A. (2022). *Implementasi Konseling Direktif Dalam Mengatasi Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa Di Smp Salafi'ah Syafi'iyah, Proppo* (Doctoral Dissertation, Institut Agama Islam Negeri Madura). [Http://Etheses.Iainmadura.Ac.Id/Id/Eprint/2712](http://Etheses.Iainmadura.Ac.Id/Id/Eprint/2712)

---

**Copyright Holder :**

© Oktarina, Y., Suryati, Marianti, L. (2023).

**First Publication Right :**

© Journal of Society Counseling

**This article is under:**

