

**EFEKTIVITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK
DENGAN MEDIA *CINEMA THERAPY* UNTUK MENGURANGI
KEJENUHAN BELAJAR SISWA DI SMAS JABAL NUR JADID
ACEH BARAT DAYA**

SKRIPSI

Disusun oleh:

CUT PUTRI HAFIZAH

NIM. 200213026

Mahasiswa Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
Prodi Pendidikan Bimbingan dan Konseling



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSIATS ISLAM NEGERI AR-RANIRY
BANDA ACEH
2024 M/1446 H**

**EFEKTIVITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK
DENGAN MEDIA *CINEMA THERAPY* UNTUK MENGURANGI
KEJENUHAN BELAJAR SISWA DI SMAS JABAL NUR JADID
ACEH BARAT DAYA**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan (FTK)
Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh
Sebagai Beban Studi Untuk Memperoleh Gelar Sarjana (S-1)
Dalam Ilmu Pendidikan Bimbingan Dan Konseling

Diajukan Oleh:

CUT PUTRI HAFIZAH

NIM. 200213026

Mahasiswa Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
Prodi Bimbingan dan Konseling

Disetujui Oleh:

Dosen Pembimbing



Muslima, S.Ag., M.Ed
NIP. 197202122014112001

**EFEKTIVITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN
MEDIA *CINEMA THERAPY* UNTUK MENGURANGI KEJENUHAN
BELAJAR SISWA DI SMAS JABAL NUR JADID ACEH BARAT DAYA**

SKRIPSI

Telah Diuji Oleh Panitia Ujian Munaqasyah Skripsi
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry dan Dinyatakan Lulus
Serta Diterima Sebagai Salah Satu Beban Studi Program Sarjana (S-1)
Dalam Ilmu Pendidikan Bimbingan dan Konseling

Pada hari/ Tanggal

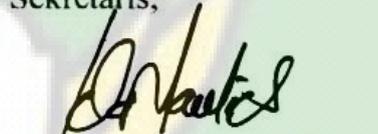
Jum'at, 27 Desember 2024
25 Jumadil Akhir 1446 H

Panitia Ujiaan Munaqasyah Skripsi

Ketua,


Muslima, S.Ag./M.Ed
NIP. 197202122014112001

Sekretaris,


Maulida Hidayati, M.Pd
NIP.

Penguji I,


Dr. Fakhri Yacob, M.Ed
NIP. 196704011991031006

Penguji II,


Nuzliah, M.Pd
NIP. 199004132023212051

Mengetahui,

Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry
Darussalam Banda Aceh




Prof. Safruk Muliik, S.Ag., M.A., M.Ed., Ph.D
NIP. 19730102 199703 1 003

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Cut Putri Hafizah

NIM : 200213026

Prodi : Bimbingan dan Konseling

Judul Skripsi : Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Media *Cinema Therapy* Untuk Mengurangi Kejenuhan Belajar Siswa Di SMAS Jabal Nur Jadid Aceh Barat Daya

Dengan ini menyatakan bahwa dalam penelitian skripsi ini, saya:

1. Tidak menggunakan ide orang lain tanpa mampu mengembangkan dan mempertanggungjawabkan.
2. Tidak melakukan plagiasi terhadap naskah karya orang lain.
3. Tidak menggunakan karya orang lain tanpa menyebutkan sumber asli atau tanpa izin pemilik karya.
4. Tidak memanipulasi dan memalsukan data.
5. Mengerjakan sendiri karya ini dan mampu bertanggungjawab atas karya ini.

Bila dikemudian hari ada tuntutan dari pihak lain atas karya saya, dan telah melalui pembuktian yang dapat dipertanggung jawabkan dan ternyata memang ditemukan bukti bahwa saya telah melanggar pernyataan ini, maka saya siap dikenai sanksi berdasarkan aturan yang berlaku di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya.

Banda Aceh, 27 Desember 2024

Yang Menyatakan,



Handwritten signature of Cut Putri Hafizah in black ink.

Cut Putri Hafizah

NIM. 200213026

ABSTRAK

Nama : Cut Putri Hafizah
NIM : 200213026
Fakultas/Jurusan : Fakultas Tarbiyah dan Keguruan/Bimbingan dan
Konseling
Judul : Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan
Media *Cinema Therapy* Untuk Mengurangi
Kejenuhan Belajar Siswa Di SMAS Jabal Nur Jadid
Aceh Barat Daya
Pembimbing : Ibu Muslima., S.Ag., M.Ed
Kata Kunci : Bimbingan Kelompok, Media *Cinema Therapy*,
Kejenuhan Belajar

Kejenuhan belajar adalah suatu kondisi mental seseorang saat mengalami rasa bosan dan lelah yang amat sangat sehingga mengakibatkan timbulnya rasa lesu, tidak bersemangat, atau tidak semangat untuk melakukan aktivitas belajar. Namun yang terjadi di SMAS Jabal Nur Jadid Aceh Barat Daya terdapat siswa yang mengalami kelelahan emosi, kelelahan fisik, kelelahan kognitif dan kehilangan motivasi dalam belajar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Media *Cinema Therapy* dapat mengatasi kejenuhan belajar pada siswa SMAS Jabal Nur Jadid Aceh Barat Daya. Jenis penelitian kuantitatif ini yaitu menggunakan metode *pre-eksperimental* dengan *One Group Pretest-Posttest Design* yang melaksanakan suatu perlakuan terhadap subjek tertentu dan tidak memberi perlakuan pada subjek lainnya pada kelompok kontrol. Populasi dalam penelitian seluruh siswa kelas XI IPA 2 yang berjumlah 31 siswa. Adapun yang menjadi sampel dalam penelitian ini berjumlah 10 siswa. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala *likert* dengan penyebaran angket kepada seluruh siswa yang mengalami kejenuhan belajar. Sedangkan teknik analisis data menggunakan uji normalitas dan uji *t-test* (uji untuk dua sampel yang berpasangan). Bisa dilihat dari hasil nilai rata-rata *pre-test* 99,0 ke- *post-test* yaitu 63,3 yang menunjukkan adanya penurunan skor setelah pemberian *treatment* selama tiga kali pemberian perlakuan/ *treatment*. Dari hasil analisis data uji hipotesis yaitu $\text{sig } 0,000 < 0,05$ sehingga H_0 ditolak H_a diterima. Dapat disimpulkan bahwa Efektivitas Layanan Bimbingan kelompok dengan media *cinema therapy* berpengaruh dalam mengurangi kejenuhan belajar siswa di SMAS Jabal Nur Jadid Aceh Barat Daya.

Kata Kunci: Bimbingan Kelompok, *Cinema Therapy*, Kejenuhan Belajar

KATA PENGANTAR



Alhamdulillah puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, hidayah dan karunia-Nya kepada peneliti sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Salawat beriring salam senantiasa tercurahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW beserta keluarga para sahabatnya. Akhirnya peneliti dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini yang berjudul **“Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Media *Cinema Therapy* Untuk Mengurangi Kejenuhan Belajar Siswa di SMAS Jabal Nur Jadid Aceh Barat Daya”**

Skripsi ini dapat diselesaikan berkat bimbingan, pengarahan, bantuan dan dukungan yang sangat berarti dari berbagai pihak. Oleh karena itu, melalui kata pengantar ini peneliti menyampaikan ungkapan rasa terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H Mujiburrahman, M.Ag Rektor Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh Yang Bertanggung Jawab Terhadap Penyelenggaraan Pendidikan Di Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh
2. Bapak Prof Safrul Muluk, SAg. MA. M.Ed. Ph.D. Selaku dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry Banda Aceh yang telah memberi izin peneliti melakukan peneliti.
3. Ibu Muslima, S.Ag., M.Ed, selaku ketua Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh.

4. Ibu Muslima, S.Ag., M.Ed, selaku dosen pembimbing, yang telah banyak meluangkan banyak waktu, tenaga, saran, motivasi dan pikiran untuk membimbing peneliti selama penyusunan skripsi berlangsung.
5. Seluruh dosen dan asisten serta karyawan/karyawati Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh yang telah banyak memberikan ilmu pengetahuan yang bermanfaat bagi peneliti.
6. Jamalul Wahdi, S.Pd.I MA, selaku kepala sekolah SMAS Jabal Nur Jadid Aceh Barat Daya yang telah memberikan izin untuk pengumpulan data. Serta guru dan siswa yang ikut membantu peneliti dalam mengumpulkan data.
7. Rohman ibnu hasan, S.Pd. I, selaku guru Bimbingan Konseling SMAS Jabal Nur Jadid Aceh Barat Daya, yang telah memberi izin peneliti untuk memperoleh data di lokasi penelitian.

Rasa hormat dan terima kasih bagi semua pihak atas segala bantuan dan dukungannya kepada penulis semoga Allah SWT. Membalas segala kebaikan yang telah diberikannya kepada penulis. Semoga hasil dari penelitian pada skripsi ini dapat memberikan manfaat untuk semua pembaca dan semua pihak khususnya dalam bidang Bimbingan dan Konseling.

Banda Aceh, 27 Desember 2024
Peneliti,

Cut Putri Hafizah
NIM. 200213026

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL JUDUL	
ABSTRAK	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I : PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	10
C. Tujuan Penelitian.....	11
D. Manfaat Penelitian.....	11
E. Hipotesis Penelitian.....	12
F. Defenisi Oprasional.....	12
BAB II : KAJIAN TEORI	15
A. Bimbingan Kelompok	15
1. Pengertian Bimbingan Kelompok	15
2. Tujuan Dan Asas Layanan Bimbingan Kelompok	17
3. Tahap-Tahap Kegiatan Layanan Bimbingan Kelompok	17
4. Kelompok Efektif.....	20
B. Media Cinema Therapy	22
1. Pengertian Media Cinema Therapy	22
2. Cinema Therapy Dalam Bimbingan Dan Konseling.....	23
3. Tujuan Media Cinema Therapy.....	25
4. Manfaat Media Cinema Therapy.....	26
5. Pelaksanaan Media Cinema Therapy	27
C. Kejenuhan Belajar	31
1. Pengertian Kejenuhan Belajar.....	31
2. Karakteristik Kejenuhan Belajar	34
3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejenuhan Belajar	35
4. Aspek-Aspek Kejenuha Belajar	35
5. Cara Mengatasi Kejenuhaan Belajar	36

D. Hubungan Media Cinema Therapy Dengan Kejenuhan Belajar	39
BAB III : METODE PENELITIAN	40
A. Pendekatan Dan Jenis Penelitian.....	40
B. Lokasi Penelitian.....	43
C. Populasi dan Sampel Penelitian	43
D. Instrumen Pengumpulan Data	45
E. Teknik Pengumpulan Data	52
F. Teknik Analisis Data	53
BAB IV : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	56
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	56
B. Hasil Penelitian	59
1. Penyajian Data	59
2. Pengolahan Data	68
3. Intrepetasi Data	72
C. Pembahasan Hasil Penelitian	73
BAB V : PENUTUP.....	81
A. Kesimpulan	81
B. Saran.....	82
DAFTAR PUSTAKA.....	84
LAMPIRAN	
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1	: One Group Pre-test Pos-test Design	42
Tabel 3. 2	: Jumlah Anggota Populasi Penelitian	44
Tabel 3. 3	: kisi- kisi Inatrumen kejenuhan belajar	47
Tabel 3. 4	: Hasil Uji Validitas Instrumen Penelitian	49
Tabel 3. 5	: Kategori Reliabilitas Instrumen	51
Tabel 3. 6	: Output Uji Reliabilitas Instrumen	51
Tabel 3. 7	: Kategori Pemberian Skor Alternatif Jawaban	53
Tabel 4 1	: Profil SMAS Jabal Nur Jadid Aceh Barat Daya.....	56
Tabel 4 2	: Sarana/Prasarana SMAS Jabal Nur Jadid Aceh Barat Daya	58
Tabel 4 3	: Nilai Kejenuhan Belajar Sebelum penggunaan media <i>cinema therapy</i> ..	60
Tabel 4 4	: Standar Pembagian Kategori	60
Tabel 4 5	: Kategori Kejenuhan Belajar	61
Tabel 4 6	: Nilai Kejenuhan Belajar Setelah penggunaan media <i>cinema therapy</i>	65
Tabel 4 7	: Persentase Perbandingan <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i>	67
Tabel 4 8	: One Sample Kolmogorov-Smirnov.....	69
Tabel 4 9	: Paired Sampel Statistics	70
Tabel 4 10	: Sampel Corelaction	70
Tabel 4 11	: Uji T berpasangan <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i> Kejenuhan Belajar	71

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : SK Pembimbing Skripsi
- Lampiran 2 : Surat Izin Penelitian Dari Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
- Lampiran 3 : Surat Izin Dinas Pendidikan Aceh Penelitian di Sekolah SMAS Jabal Nur Jadid Aceh Barat Daya
- Lampiran 4 : Surat Izin Telah Selesai Melakukan Penelitian di SMAS Jabal Nur Jadid Aceh Barat Daya
- Lampiran 5 : Izin Adopsi Angket dan Surat Keterangan Adopsi Angket
- Lampiran 6 : Surat Keterangan Adopsi Angket
- Lampiran 7 : Instrumen Kejenuhan Belajar Siswa (angket)
- Lampiran 8 : Tabulasi Data *Pre-Test* Dan *Post-Test*
- Lampiran 9 : Hasil Output SPSS Versi 25
- Lampiran 10 : Absensi Kehadiran Anggota Kelompok
- Lampiran 11 : RPL Bimbingan kelompok
- Lampiran 12 : Foto kegiatan Penelitian
- Lampiran 13 : Daftar Riwayat Hidup

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Layanan bimbingan kelompok adalah suatu bentuk layanan bimbingan yang diberikan kepada sekelompok individu yang memiliki masalah atau kebutuhan yang sama. Layanan ini bertujuan untuk membantu individu dalam mengatasi masalah atau mencapai tujuan yang diinginkan melalui proses diskusi, sharing, dan kerja sama dalam kelompok. Dalam layanan bimbingan kelompok, individu dapat berbagi pengalaman, mendapatkan dukungan, dan belajar dari satu sama lain dalam mengatasi masalah yang dihadapi.¹

Layanan bimbingan kelompok dapat diberikan dalam berbagai setting, seperti sekolah, kampus, atau komunitas. Layanan ini biasanya dipimpin oleh seorang konselor atau fasilitator yang berpengalaman dalam memberikan bimbingan kelompok. Dalam proses bimbingan kelompok, konselor atau fasilitator akan membantu individu dalam mengidentifikasi masalah, menetapkan tujuan, dan mengembangkan strategi untuk mencapai tujuan tersebut.²

Layanan bimbingan kelompok memiliki khas dengan memanfaatkan dinamika dalam suatu kelompok selama proses layanan dilaksanakan. Dengan diberikannya layanan bimbingan kelompok diharapkan peserta didik dapat memiliki motivasi tinggi dalam belajar, membantu siswa memahami dan mengatasi

¹ Corey, G. *Teori dan Praktik Konseling*. Jakarta: Prenada Media Group. 2013, Hal. 234

² Gladding, S. T. *Konseling: Profesi yang Menjanjikan*. Jakarta: Erlangga. 2012 Hal. 145

kebosanan dalam belajar sehingga dapat mengurangi kejenuhan belajar pada peserta didik.

Agar layanan bimbingan kelompok lebih menarik, tidak membosankan, peneliti menggunakan media *Cinema Therapy*. Ada beberapa alasan peneliti memilih untuk menggunakan Media *Cinema therapy*, karena teknik ini merupakan teknik moderen yang menunjukkan pesatnya perkembangan teknologi pada abad 21 dalam layanan bimbingan dan konseling di sekolah. BK di sekolah mengalami kemajuan dan meninggalkan pola-pola tradisional kearah pola modern. Konselor atau guru BK perlu mengatasi dan menjawab tantangan zaman dengan kreativitas dan bisa menguasai teknik konseling seingga memberikan bantuan yang tepat bagi permasalahan individu.

Media *Cinema Therapy* adalah suatu bentuk terapi yang menggunakan film sebagai media untuk membantu individu dalam mengatasi kejenuhan belajar. Dalam *Cinema Therapy*, film dipilih dan digunakan sebagai alat untuk membantu individu dalam mengidentifikasi dan mengatasi masalah yang terkait dengan kejenuhan belajar. Film dapat membantu individu dalam mengembangkan kemampuan berpikir kritis, kreatif, empati, medapatkan perspektif baru, meningkatkan motivasi, Serta meningkatkan kemampuan akademik dan mengembangkan strategi belajar yang efektif.³

Cinema Therapy diciptakan dan dipopulerkan oleh Dr. Gary Solomon. *Cinema Therapy* adalah sebuah proses dimana menggunakan film untuk tujuan

³ Wedding, D., & Boyd, M. A. *Sinema Terapi: Menggunakan Film dalam Praktik Konseling*. Jakarta: Prenada Media Group. 2017 Hal. 123

terapeutik. Intervensi Cinema Therapy sebagai hasil metafora dari *bibliotherapy* yaitu menggunakan film atau video (*audio-visual*) sebagai intervensi terapeutik dalam proses konseling. Intervensi *Cinema Therapy* dapat digunakan untuk menangani beberapa kompleksitas perilaku remaja. Dengan menonton film atau video dapat melibatkan kesadaran remaja, dapat mengidentifikasi hubungan dengan situasi dan karakter dalam film yang mengarah ke eksplorasi dan wawasan pribadi sambil menjaga jarak emosional dari pengalaman stres. Cinema Therapy dapat menjadi intervensi yang kuat untuk penyembuhan dan pengembangan bagi siapa saja yang terbuka untuk belajar bagaimana film mempengaruhi individu.⁴

Melihat fenomena saat ini, siswa lebih mudah menangkap informasi melalui Audio Visual. Mereka senang menonton acara di televisi, menonton film-film. Film adalah salah satu media pendidikan. Film adalah termasuk kedalam pendidikan informal yang bisa dilakukan oleh keluarga. Sebuah film yang baik memiliki makna dan pesan moral yang disampaikan dengan cara yang baik, sederhana dan kreatif mungkin. Dengan cara tersebut, penonton diharapkan mampu memaknai film yang ditontonnya dan mengambil pesan moral untuk dapat dijadikan motivasi. Melalui film, siswa dapat mengambil pelajaran, pendidikan, serta motivasi dengan perasaan terhibur tanpa merasa digurui.

Penggunaan media *cinema therapy* merupakan salah satu solusi yang dianggap dapat membantu mengurangi kejenuhan belajar siswa. Karena bimbingan kelompok media *cinema therapy* merupakan salah satu jenis bimbingan konseling

⁴ Insan Suwanto & Athia Tamyizatun Nisa, *Cinema Therapy sebagai Intervensi dalam Konseling Kelompok*. Universitas Negeri Semarang. Vol. 14 No. 01, 2017, hal. 148

dengan cara memberikan atau memperlihatkan film-film yang bisa menginspirasi siswa yang pada akhirnya dapat mengurangi kejenuhan dan meningkatkan motivasi belajar siswa.⁵ Didalam bimbingan kelompok teknik cinema therapy memfasilitasi siswa untuk lebih mudah menangkap persoalan yang dihadapinya dan cara bagaimana mengatasinya.

Berdasarkan yang terjadi saat ini, belajar malah sering membuat siswa mengalami peningkatan stress, jika stress ini dibiarkan berlarut-larut dapat menimbulkan kejenuhan belajar. Kejenuhan adalah syndrome psikologis yang ditandai dengan kelelahan, sinisme dan ketidakberhasilan. Kejenuhan juga dipengaruhi oleh ketidaksesuaian kemampuan dengan tuntutan yang harus dipenuhi atau dikerjakan.⁶

Kejenuhan belajar adalah suatu kondisi mental seseorang saat mengalami rasa bosan dan lelah yang amat sangat sehingga mengakibatkan timbulnya rasa lesu, tidak bersemangat, atau tidak semangat untuk melakukan aktivitas belajar.⁷ Hal ini disebabkan karena kelelahan emosi, fisik, kognitif serta kehilangan motivasi dalam belajar siswa. Seperti: sering permisi ke kamar mandi, merasa tidak ada kemajuan dalam belajar, sering tidak fokus dalam belajar dan tidak mendengarkan guru dengan baik saat menjelaskan pelajaran, dan arah pandangan yang memusat ke arah lain (selain objek pembelajaran).

⁵ Muhammad Fatchurahman, *Penerapan Teknik Cinema Therapy untuk Meningkatkan Pemahaman Siswa terhadap Bahaya Merokok*. Universitas Muhammadiyah Palangkaraya. Vol.3. No.1,2017, hal. 1-10

⁶ Usnaziqyah Raqfika, *Penerapan Konseling Individu dengan Teknik Intruksi Diri dalam Mahasiswa*. (Jakarta : Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta, 2016), hal. 127.

⁷Thursan Hakim, *Belajar Secara Efektif*, (Jakarta: Pustaka Pembangunan Swadaya Nusantara, 2004), hal. 62.

Kejenuhan belajar juga dapat diartikan sebagai keadaan dimana kondisi mental siswa sedang merasakan lelah serta kebosanan cukup tinggi menyebabkan muncul rasa malas, letih sehingga kurang semangat dalam mengikuti kegiatan belajar. Ketika proses belajar yang terus menerus dilakukan oleh siswa saat muncul banyak tekanan, baik berasal dari diri maupun lingkungan siswa dalam memperoleh prestasi belajar yang maksimal, tentunya dapat membuat siswa sampai pada batas jasmaninya. Dalam pendidikan islam dan menerapkannya secara sempurna dalam kehidupan individual dan masyarakat.

Menurut Desnidar, Mahyudin dan Syaflin Kejenuhan belajar didefinisikan sebagai kelelahan fisik, emosional, dan mental yang dialami oleh siswa yang ditandai dengan penurunan motivasi dan minat peserta didik dalam pembelajaran, motivasi dan minat yang rendah dapat mengakibatkan penurunan prestasi belajar siswa.⁸

Zuni dan Elisabeth Christiana Menyatakan bahwa Banyaknya aktivitas dan kegiatan disekolah, serta tuntutan-tuntutan yang ada yang harus dialami oleh siswa dapat menyebabkan siswa mengalami gejala-gejala seperti siswa mengalami kelelahan pada seluruh bagian indera, dan kurang bersemangat dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar, timbul rasa bosan, kurang motivasi, kurang perhatian dari guru, tidak ada minat untuk belajar, serta tidak mendatangkan hasil. Dari gejala-gejala tersebut nampak bahwa siswa mengalami kejenuhan belajar.⁹

⁸Desmidar, Mahyudin Ritonga, Syaflin halim, *Efektivitas Ice Breaking Dalam Mengurangi Kejenuhan Peserta Didik*. Humanika, Kajian Ilmiah Mata Kuliah Umum, Vol. 21. No. 2. 2021 Hal 114

⁹Zuni Eka Kusmawati, Elisabeth Christiana, *Penerapan Kombinasi Antara Teknik Relaksasi Dan Self-Instruction Untuk Mengurangi Kejenuhan Belajar Siswa Kelas Xi Ipa 2 Sma Negeri 22 Surabaya*. Jurnal BK Unesa. Volume 05 Nomor 01 Tahun 2014, 1-10. Hal. 2

Faktor-faktor yang menyebabkan siswa mengalami kejenuhan dalam belajar seperti, metode pembelajaran yang digunakan guru tidak disukai oleh siswa, pembelajaran yang kurang mendukung saat proses belajar, kurangnya waktu beristirahat yang menyebabkan siswa sulit fokus dalam belajar, terlalu banyak tugas dan tekanan mata pelajaran lainnya dari guru, termasuk guru yang mengajar terlalu monoton pada siswa tanpa adanya relaksasi dalam belajar, dan penggunaan metode yang tidak bervariasi seperti penggunaan metode ceramah, mencatat, merangkum.

Salah satu dampak yang dapat ditimbulkan karena siswa mengalami kejenuhan dalam belajarnya ialah, memiliki prestasi yang rendah dalam belajar, membolos, malas untuk belajar, pasif didalam kelas, ribut dikelas, tidak menjawab pertanyaan yang diberikan guru dan tidak mengerjakan pekerjaan rumah (PR).

Dari segi sosial, interaksi antar siswa juga berperan penting dalam menciptakan suasana belajar yang menyenangkan. Ketika siswa merasa terisolasi atau tidak memiliki teman yang mendukung, mereka cenderung merasa jenuh dan tidak termotivasi untuk belajar. Selain itu, faktor pedagogis, seperti metode pengajaran yang tidak bervariasi dan kurangnya inovasi dalam kurikulum, dapat menyebabkan kejenuhan. Pembelajaran yang terlalu terstruktur dan tidak memberikan ruang bagi eksplorasi dan kreativitas siswa dapat membuat mereka merasa terjebak dalam rutinitas yang membosankan. Oleh karena itu, penting untuk memahami masalah kejenuhan belajar ini agar dapat merancang strategi yang efektif untuk meningkatkan motivasi dan keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran.

Berdasarkan masalah kejenuhan belajar yang sering kali dialami siswa, guru bimbingan dan konseling sangat berperan penting untuk membantu peserta didik untuk mengembangkan motivasi belajar dan mengidentifikasi penyebab kejenuhan pada peserta didik. Dalam hal ini untuk memantau peserta didik, guru BK bisa memberikan layanan BK yang sesuai dengan permasalahan peserta didik. Salah satunya dengan layanan bimbingan kelompok.

Berdasarkan penelitian terdahulu mengenai media *Cinema therapy* dan kejenuhan belajar di gunakan dalam bidang akademik guna untuk mengatasi dan mengurangi masalah kognitif pada peserta didik. Seperti halnya Wulan Fitriyanti, dkk pernah melakukan penelitian pada siswa kelas XI IPA 5 dan X IPA 6 di SMAN 1 Wringinanom Gresik tahun 2022, penelitian ini tentang “Efektivitas Teknik *Cinema Therapy* Dalam Layanan Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik” penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas teknik *cinema therapy* dalam layanan konseling kelompok untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik yang memiliki tingkat motivasi belajar rendah. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa teknik *cinema therapy* dalam layanan konseling kelompok efektif digunakan untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik.¹⁰

Penelitian yang dilakukan S. A. Rakhmawati yang berjudul “Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Media *Cinema Therapy* terhadap Kejenuhan Belajar siswa kelas VII di SMP Negeri 2 Bandung”. Penelitian ini

¹⁰ Wulan Fitriyanti, Muwakhidah Muwakhidah (*Efektivitas teknik cinema therapy dalam layanan konseling kelompok*), Jurnal Konseling Gusjigang Vol. 8, No. 2, Desember 2022, Hal. 188

bertujuan untuk mengkaji pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan media terapi sinema terhadap kebosanan belajar siswa di SMP Negeri 2 Bandung. Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan media terapi sinema efektif dalam meningkatkan motivasi siswa.¹¹

Wulandari pernah melakukan penelitian tentang “Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Media *Cinema Therapy* terhadap Hasil Belajar Siswa di SMP Negeri 3 Yogyakarta”. Tahun 2022, penelitian ini bertujuan Penelitian ini bertujuan untuk membahas pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan media terapi sinema terhadap hasil belajar siswa di SMP Negeri 3 Yogyakarta. Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan media terapi sinema memiliki efek yang signifikan terhadap peningkatan hasil belajar siswa.¹²

Sesuai penelitian yang sudah dilakukan oleh Nelly Mazidah Isna dengan judul “Efektivitas Teknik Cinema Therapy untuk Menurunkan Academic burnout pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar”¹³ Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kejenuhan belajar mahasiswa dukungan mental untuk menghadapi kehidupan individu berada ambang kesulitan.

Berdasarkan hasil observasi awal yang peneliti lakukan di SMAS Jabal Nur Jadid Aceh Barat Daya bahwa permasalahan kejenuhan belajar masih sering terjadi. Hal tersebut didukung oleh adanya gejala-gejala yang muncul dan menunjukkan

¹¹ A. R. Sutrisno, "Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Media Cinema Therapy dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa," *Journal of Guidance and Counseling*, vol. 3, no. 2, hal. 56-64, 2020.

¹² E. S. Wulandari, "The Effect of Group Guidance Services with Cinema Therapy Media on Student Learning Outcomes," *Journal of Educational Research*, vol. 12, no. 1, 2022 hal. 23-30

¹³ Rieska Cendra Ayu Wardhan, sitti Murdiana, ismalandri Ismail, *Efektivitas Teknik Cinema Therapy untuk Menurunkan Academic burnout pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar*, *Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, Volume 2, Nomor 2, 2024, hal. 42

bahwa siswa mengalami kejenuhan belajar yaitu siswa mengalami kebosanan yang amat sangat untuk melakukan aktivitas belajar dan kebosanan tersebut membuat motivasi belajar siswa menurun, timbulnya rasa malas dan menurunnya prestasi belajar. Gejala-gejala kejenuhan belajar dapat dikategorikan yaitu, kelelahan emosi, kelelahan fisik, kelelahan kognitif dan hilangnya motivasi dalam belajar.

Kejenuhan belajar siswa di SMAS jabal nur jadid menunjukkan bahwa banyak siswa mengalami penurunan motivasi dan minat dalam belajar, terutama pada saat pembelajaran berlangsung dalam waktu yang lama tanpa variasi metode. Dalam kelas yang menggunakan pendekatan pengajaran konvensional, seperti ceramah yang monoton, siswa cenderung kehilangan fokus dan terlihat tidak antusias. Beberapa siswa terlihat mengalihkan perhatian mereka dengan atau berbicara dengan teman, yang menunjukkan bahwa mereka tidak terlibat secara aktif dalam proses pembelajaran. Selain itu, tekanan untuk mencapai nilai yang baik juga berkontribusi pada kejenuhan, di mana siswa merasa tertekan untuk memenuhi ekspektasi yang tinggi, sehingga mengurangi rasa cinta mereka terhadap pembelajaran itu sendiri.

Peneliti telah melakukan wawancara dengan beberapa siswa di SMAS Jabal Nur Jadid Aceh Barat Daya. Beberapa siswa mengatakan bahwa mereka merasa bosan dengan metode belajar mengajar guru yang selalu sama tidak ada hal yang membuat siswa tertarik dengan mata pelajaran tersebut saat belajar dan beberapa siswa yang lainnya mengatakan bahwa siswa kurang mengerti dengan apa yang dijelaskan oleh guru, suara guru yang terlalu kecil membuat siswa berpikir bahwa belajar terus tidak akan membuat pintar malahan membuat mereka lelah. Sehingga

siswa sering kali menunggu-nunggu jam pelajaran berakhir, permissi ke UKS dengan alasan sakit, tidak memperhatikan guru saat menerangkan materi belajar di ruang kelas, sering permissi ke kamar mandi padahal ke kantin, tidak konsentrasi dalam belajar, tidur dikelas, siswa yang keluar masuk pada saat jam pembelajaran, siswa yang mengobrol pada saat jam pelajaran, terlalu banyak tugas yang diberikan, siswa melakukan kegiatan lain yang tidak berhubungan dengan pelajaran dan merasa tidak ada kemajuan (progres) dari hasil belajar.¹⁴

Berdasarkan permasalahan, dapat disimpulkan bahwa terdapat siswa yang mengalami kejenuhan dalam proses belajar yaitu siswa yang mengalami kebosanan tersebut membuat siswa stress dan mengganggu pikiran dan pembelajaran siswa, sehingga timbulnya rasa malas dan menurunnya prestasi belajar siswa. Dengan demikian berdasarkan latar belakang masalah, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dalam mengatasi permasalahan yang dialami siswa mengenai kejenuhan dalam belajar yang telah dijelaskan sebelumnya dengan judul **“Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Media *Cinema Therapy* Untuk Mengurangi Kejenuhan Belajar Siswa Di SMAS Jabal Nur Jadid Aceh Barat Daya”**

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “bagaimana efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan media *cinema therapy* dalam mengurangi kejenuhan belajar siswa?”

¹⁴ Observasi Awal di SMAS Jabal Nur Jadid, Aceh Barat Daya, 5 Juni 2024

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah, maka yang menjadi tujuan utama dalam penelitian ini adalah “untuk mengetahui efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan media *cinema therapy* dapat mengurangi kejenuhan belajar siswa di SMAS Jabal Nur Jadid Aceh Barat Daya”.

D. Manfaat penelitian

Adapun manfaat penelitian sebagai berikut :

1. Manfaat teoritis
 - a. Hasil penelitian ini diharapkan bisa memberikan pengenalan baru mengenai teknik media *cinema therapy* untuk mengurangi kejenuhan belajar bagi siswa.
 - b. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi pengetahuan baru mengenai cara-cara untuk mengurangi kejenuhan belajar bagi siswa.
 - c. Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi pihak yang terkait dalam penelitian.
2. Manfaat praktis
 - a. Bagi peneliti, sebagai wahana ilmu pengetahuan dan informasi dalam mengurangi kejenuhan belajar pada siswa, dan peneliti juga terlibat langsung dalam dunia pendidikan dan dapat memperoleh pengalaman dan pengetahuan baru dalam menerapkan penggunaan media *cinema therapy* untuk mengurangi kejenuhan belajar siswa.
 - b. Bagi guru BK, dapat menjadikan hasil penelitian sebagai bahan rujukan dan menangani masalah-masalah belajar yang dialami siswa, khususnya

mengenai kejenuhan belajar melalui media *cinema therapy*. Selain itu hasil penelitian dapat digunakan sebagai pedoman pada pengembangan program layanan bimbingan dan konseling secara keseluruhan.

- c. Bagi sekolah, dapat menjadi solusi dalam mengatasi masalah siswa khususnya bagi siswa yang jenuh dalam belajar.

E. Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah jawaban sementara terhadap rumusan masalah peneliti, dimana rumusan masalah peneliti telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan. Dikatakan sementara, karena jawaban yang diberikan baru didasarkan pada teori yang relevan, belum didasarkan pada fakta-fakta empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data. Jadi hipotesis juga dapat dinyatakan sebagai jawaban teoritis terhadap rumusan masalah peneliti, belum jawaban empirik.¹⁵

Ho : Layanan bimbingan kelompok dengan media *cinema therapy* tidak efektif dalam mengurangi kejenuhan belajar siswa di SMAS Jabal Nur Jadid Aceh Barat Daya

Ha : Layanan bimbingan kelompok dengan media *cinema therapy* efektif mengurangi kejenuhan belajar siswa di SMAS Jabal Nur Jadid Aceh Barat Daya

F. Defenisi Oprasional

Supaya terhindar dari kesalah pahaman oleh para pembaca, peneliti mendefenisikan secara oprasional penelitian ini yaitu:

¹⁵ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2011), Hal. 64

1. Layanan Bimbingan Kelompok

Layanan bimbingan kelompok adalah proses pemberian bantuan dan dukungan pada sekelompok individu yang memiliki kebutuhan dan masalah yang sama, dengan menggunakan teknik dan strategi yang sesuai, untuk membantu mereka mengatasi masalah dan mencapai tujuan.¹⁶ Berdasarkan uraian diatas layanan bimbingan kelompok dapat digunakan sebagai salah satu bentuk bimbingan yang efektif untuk membantu siswa mengatasi masalah yang dihadapi dalam proses belajar. Bimbingan kelompok dapat dilakukan oleh guru atau konselor yang telah terlatih dalam menggunakan teknik dan strategi bimbingan kelompok.

2. Media *CinemaTherapy*

Media cinema therapy untuk kejenuhan belajar adalah suatu bentuk terapi yang menggunakan film sebagai media untuk membantu siswa mengatasi kejenuhan belajar.¹⁷ Media cinema therapy dapat membantu siswa untuk mengidentifikasi dan mengatasi penyebab kejenuhan belajar, seperti kurikulum yang tidak menarik, metode pengajaran yang monoton, dan kurangnya kesempatan siswa untuk berpartisipasi aktif dalam proses belajar.¹⁸ Berdasarkan uraian para ahli diatas peneliti dapat menyimpulkan bahwa. Media *cinematherapy* untuk kejenuhan belajar adalah suatu bentuk terapi yang menggunakan film sebagai media untuk membantu siswa mengatasi kejenuhan belajar. Media *cinematherapy* dapat membantu siswa untuk mengidentifikasi dan mengatasi penyebab kejenuhan belajar, meningkatkan motivasi belajar, dan meningkatkan prestasi akademik.

¹⁶Winkel, W. S. (2005). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Gramedia. hal. 156

¹⁷ Santoso, P. I. (2015). *Media Cinema Therapy untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa*. Jurnal Psikologi Pendidikan, hal.123

¹⁸ Winkel, W. S. (2005). *Psikologi Pendidika*. Jakarta: Gramedia. hal. 156.

3. Kejenuhan Belajar Siswa

Kejenuhan belajar siswa adalah suatu kondisi psikologis yang dialami siswa ketika mereka merasa bosan, tidak tertarik, dan kehilangan motivasi dalam proses belajar.¹⁹ Kejenuhan belajar siswa dapat disebabkan oleh beberapa faktor, seperti kurikulum yang tidak menarik, metode pengajaran yang monoton, dan kurangnya kesempatan siswa untuk berpartisipasi aktif dalam proses belajar.²⁰ Berdasarkan uraian para ahli diatas peneliti dapat menyimpulkan bahwa Kejenuhan belajar siswa adalah suatu kondisi psikologis yang dialami siswa ketika mereka merasa bosan, tidak tertarik, dan kehilangan motivasi dalam proses belajar. Kejenuhan belajar siswa dapat menyebabkan penurunan prestasi akademik, menurunnya keaktifan siswa dalam kelas, dan bahkan dapat menyebabkan siswa meninggalkan sekolah.

¹⁹Slameto (2010). *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta. Hal. 123

²⁰ Winkel, W. S. (2005). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Gramedia. hal. 156