

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hambatan psikologis pada siswa remaja dapat terjadi akibat berbagai faktor, seperti tekanan akademik, ekspektasi sosial, dan pengalaman emosional yang kompleks. Kondisi tersebut berpotensi menghambat perkembangan aspek kognitif maupun emosional peserta didik, yang pada akhirnya dapat berdampak pada rendahnya rasa percaya diri, munculnya kecemasan yang berlebihan, serta kesulitan dalam mengambil keputusan secara tepat. Selain itu, lingkungan yang kurang mendukung, seperti tekanan dari teman sebaya atau tuntutan keluarga yang tinggi, dapat memperburuk kondisi siswa tersebut.

Menurut Diamond (2013) dalam jurnal Psikologi yang ditulis oleh Ananda (2024) volume 20 nomor 2 yaitu fungsi eksekutif merupakan faktor kunci dalam penyesuaian diri anak karena diperlukan dalam pengambilan keputusan baru, penemuan hal-hal baru, dan berperan penting dalam perkembangan kognitif, perilaku, serta sosial emosional anak. Terdapat tiga komponen inti dalam fungsi eksekutif yaitu inhibitory control (pengendalian penghambatan), working memory (memori kerja), dan cognitive flexibility (fleksibilitas kognitif) (Ananda et al. 2024).

Dalam jurnal Medik dan Rehabilitas yang ditulis oleh Pasiak (2019) volume 1 nomor 3 yaitu salah satu fungsi eksekutif adalah kontrol inhibisi. Kontrol diri

merupakan aspek dari kontrol inhibisi yang berfungsi untuk menahan godaan dan mengonttol perilaku individual atau seseorang agar tidak bertindak impulsif. Gangguan pada kontrol inhibisi menyebabkan individu bertindak lebih impulsif (Pasiak et al., 2019).

Kontrol inhibisi yang merupakan bagian dari fungsi eksekutif, dalam perkembangan kognitif, perilaku, serta sosial emosional anak. Inhibisi dalam konteks psikologi merupakan proses penghambatan atau penekanan suatu aktivitas yang merujuk pada penghambatan impuls atau respon seseorang.

Dalam konteks pendidikan, terutama pada jenjang remaja, rendahnya kemampuan inhibisi yang sering kali berdampak pada kurangnya konsentrasi belajar, kurangnya mengatur emosional, serta kesulitan dalam mengikuti aturan dan arahan pada saat pembelajaran. Menurut Averill dalam jurnal Psiko-Edukasi yang ditulis oleh Michelle (2021) yaitu pengendalian diri dijelaskan sebagai suatu faktor psikologis yang meliputi kemampuan yang dimiliki individu dalam mengubah dan menentukan tindakan berdasarkan keyakinan (Michelle, 2021).

Menerapkan pembelajaran seni tari untuk meningkatkan inhibisi pada anak adalah salah satu kemampuan yang dapat melatih otak dan meningkatkan fungsi eksekutif pada anak. Dalam pembelajaran tari ini dapat menciptakan suasana belajar yang baru jika sebelumnya terdapat hilang fokus saat belajar didalam kelas. Menurut Murgianto (1983) dalam jurnal Mimbar Sekolah Dasar yang ditulis oleh Rosala dan Budiman (2020) menyatakan bahwa nilai tari dalam dunia pendidikan tidak hanya terletak pada praktik untuk menguasai keterampilan dan kemampuan,

tetapi juga pada kemungkinan untuk mengembangkan kemampuan anak dalam mengekspresikan dirinya (Rosala et al., 2020)

Model pembelajaran kontekstual adalah model pembelajaran yang membantu siswa mengaitkan materi pembelajaran dengan kehidupan nyata dengan pengalaman atau pengetahuan sebelumnya. Pendekatan ini mendorong siswa untuk selalu aktif dalam mencari pemahaman dan mengaitkan dengan pengalaman siswa. Pada proses meningkatkan inhibisi ini dengan menerapkan model pembelajaran kontekstual membantu siswa untuk belajar aktif mengeksplorasi, bertanya, dan membangun pemahaman dengan gerakan pada kegiatan pembelajaran tari. Dan model ini melibatkan siswa untuk aktif dan saling bertanya, saling membantu, dan saling berdiskusi sesama temannya.

Berdasarkan hasil studi penelitian fakta ditemukan ketika melaksanakan Praktik Keterampilan Mengajar (PKM) berdasarkan informasi menemukan fakta permasalahan di lapangan tentang inhibisi siswa dalam konteks pembelajaran tari di kelas yang seperti kurangnya sikap kontrol diri siswa pada saat pembelajaran berlangsung, siswa menunjukkan perilaku impulsif, serta tidak dapat menahan emosional saat mengalami kesulitan saat melakukan pembelajaran tari. Judul ini diangkat oleh peneliti karna menemukan beberapa permasalahan pada siswa yang baru saja beranjak remaja khususnya siswa Sekolah Menengah Atas (SMA), salah satu permasalahan yang ditemui didalam kelas, adapun permasalahan-permasalahan diluar lingkungan sekolah atau fakta masalah secara umum yaitu seperti tawuran, bermain judi online, menonton video porno, bahkan adapula yang menggunakan barang terlarang. Dengan fakta-fakta permasalahan tersebut yang

berdampak kepada proses dan hasil belajar siswa di kelas. Dengan itu fakta permasalahan ini, penelitian ini bertujuan untuk membantu siswa menghilangkan kebiasaan buruk yang membuat siswa jadi malas untuk belajar dan mengurangi terjadinya permasalahan-permasalahan yang dapat merugikan dirinya sendiri. Sebagai contoh dampak negatif yaitu konsentrasi siswa yang turun, siswa yang tidak dapat menahan emosinya sehingga terjadi perkelahian antara temannya dan membuat siswa tersebut sulit untuk mengontrol dirinya sendiri ketika sedang melakukan proses belajar di sekolah maupun di rumah. Maka dari itu peneliti mengusulkan kegiatan pembelajaran tari kreasi dengan menggunakan musik untuk mengacu daya konsentrasi siswa dalam berfikir dan melatih kesabaran siswa dalam menghafal gerakan tari tersebut.

Penelitian yang dilakukan Fauzia (2017) berjudul “Peningkatan Sikap Kontrol Diri Siswa melalui Pembelajaran PKN Berbasis Active Learning Tipe Point Counterpoint” yang merupakan penelitian tindakan kelas. Tujuan penelitian ini yaitu untuk meningkatkan sikap kontrol diri. Penelitian ini memiliki kesamaan yaitu berfokus pada permasalahan kontrol diri yang berkaitan dengan permasalahan inhibisi. Akan tetapi, penelitian Meisha menggunakan model pembelajaran aktif tipe point counterpoint (Fauzia, 2017).

Penelitian yang dilakukan Linda Nurfika dengan judul “Upaya Guru Bimbingan Konseling dalam Meningkatkan Self Control siswa di SMK Negeri 1 Sawang Kabupaten Aceh Selatan” mengemukakan bahwa terdapat perilaku *self control* yang terjadi dalam bentuk verbal seperti ikut-ikutan cabut dengan teman pada saat jam pelajaran, ikut-ikutan dengan teman tidak datang tepat waktu ke

sekolah, dan lain sebagainya (Nurfika, 2020). Penelitian ini memiliki kesamaan yaitu meningkatkan kontrol diri yang berkaitan dengan meningkatkan inhibisi.

Penelitian terdahulu yang dilakukan Lela Kamalia yang berjudul “Model Pembelajaran seni Tari bagi anak Tunagrahita ringan melalui pendekatan Kontekstual” yang merupakan penelitian tindakan. Penelitian ini memiliki kesamaan terhadap pendekatan yang digunakan yaitu model pembelajaran kontekstual dan melalui pembelajaran seni tari untuk mengukur kemampuan siswa (Kamalia, 2009).

Penelitian yang dilakukan oleh Sheila Erdi El-Majid (2020) berjudul “Penerapan Metode Pembelajaran Kontekstual Untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar” yang merupakan penelitian tindakan kelas yang dilakukan pada siswa kelas XII di SMA Negeri 1 Kendal. Penelitian tersebut bertujuan untuk mengetahui pengaruh model pembelajaran kontekstual terhadap kemandirian siswa dalam belajar dan hasilnya menunjukkan bahwa penerapan model ini cukup signifikan untuk meningkatkan kemandirian pada siswa. Penelitian ini relevan dengan penelitian yang penulis lakukan karena memiliki kesamaan yaitu menggunakan model pembelajaran kontekstual (El-Majid, 2020)

Berdasarkan uraian permasalahan diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di SMA Negeri 11 Jakarta, peneliti melihat beberapa siswa yang disekolah tersebut berperilaku seperti yang telah disebutkan diatas. Dan itu yang menjadi permasalahan yang sering dihadapi guru di sekolah. Melihat fenomena tersebut, maka penulis akan melakukan penelitian yang berjudul

“Meningkatkan Inhibisi Melalui Kegiatan Pembelajaran Tari dengan Model Pembelajaran Kontekstual pada siswa kelas XI-C di SMA Negeri 11 Jakarta”

1.2 Rumusan Masalah

- a. Bagaimana proses Penerapan Pembelajaran Kontekstual untuk Meningkatkan Inhibisi dengan pembelajaran tari kreasi pada siswa kelas XI-C di SMA Negeri 11 Jakarta
- b. Apakah Kemampuan inhibisi siswa dapat meningkat melalui penerapan pembelajaran Kontekstual dengan pembelajaran tari kreasi pada siswa kelas XI-C di SMA Negeri 11 Jakarta

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah diatas maka tujuan penelitian adalah :

- a. Untuk Menganalisis Peningkatan Inhibisi siswa melalui kegiatan pembelajaran tari dengan menggunakan model pembelajaran kontekstual.
- b. Untuk Meningkatkan kemampuan Inhibisi siswa melalui penerapan pembelajaran tari berbasis model pembelajaran kontekstual.

1.4 Batasan Penelitian

Berdasarkan fakta masalah yang telah diuraikan di atas, maka peneliti membatasi masalah penelitian membahas terkait peningkatan inhibisi siswa melalui pembelajaran tari dengan model pembelajaran kontekstual pada siswa kelas XI C SMA Negeri 11 Jakarta Timur.

1.5 Manfaat Penelitian

a. Teoritis

Berdasarkan manfaat teoritis hasil penelitian ini diharapkan mampu memahami peran seni tari dalam mengembangkan kontrol diri, konsentrasi, dan regulasi emosi siswa. Selain itu, penelitian ini juga mendukung gagasan bahwa pendidikan berbasis seni tidak hanya melatih keterampilan estetika, tetapi juga berkontribusi pada perkembangan karakter dan kognitif remaja.

b. Praktis

i. Bagi Siswa

Siswa dapat menjadikan penelitian ini sebagai motivasi dalam belajar dan dapat membatasi diri untuk tidak sembarangan bergaul dan berkomunikasi baik sesama teman.

ii. Bagi Guru

Agar membantu para guru menemukan titik utama permasalahan dalam pembelajaran yang menyebabkan rendahnya hasil belajar siswa dikelas.

iii. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi bagi sekolah untuk memperbaiki dan mencegah permasalahan dalam proses pembelajaran di kelas yang menyebabkan rendahnya hasil belajar siswa.

iv. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi peneliti lainnya untuk mengusut lebih dalam masalah-masalah yang terjadi pada siswa yang menyebabkan rendahnya hasil belajar siswa di sekolah.

1.6 Keaslian Penelitian (*State of The Art*)

Penelitian ini menghadirkan kontribusi baru dalam bidang pendidikan seni karena membahas kemampuan inhibisi sebagai fokus utama dalam proses pembelajaran tari. Pembelajaran tari di sekolah umumnya hanya difokuskan pada aspek gerak dan ekspresi. Berbeda dari pendekatan konvensional tersebut, studi ini menekankan inhibisi sebagai salah satu fungsi eksekutif yang penting dalam membantu siswa mengendalikan impuls fisik, menjaga fokus, serta mengarahkan perilaku motorik secara sadar selama pembelajaran berlangsung. Selain itu, penelitian ini menggunakan pendekatan Model Pembelajaran Kontekstual (CTL) untuk mengembangkan fungsi eksekutif, khususnya pengendalian impuls siswa, merupakan penerapan yang belum banyak diteliti. Kombinasi antara seni tari dan model pembelajaran kontekstual dalam membentuk kemampuan inhibisi pada peserta didik yang menjadi nilai kebaruan dalam penelitian ini.