

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Merujuk dari isi Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional menyatakan bahwa Pendidikan adalah usaha secara sadar dan tersusun dalam mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran supaya siswa dapat secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual dalam hal keagamaan, kontrol diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak, serta keterampilan yang diperlukan oleh dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara (Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional, 2003). Sebagaimana pula tercantum dalam Undang-Undang Dasar 1945 pasal 31 ayat 1 dan 2 yang menyatakan bahwa setiap warga negara berhak dan wajib mengikuti pendidikan dasar dan pemerintah wajib membiayainya. Oleh karena itu, setiap individu diharapkan mendapatkan pendidikan yang layak agar dapat berkembang dan mencerdaskan kehidupan bangsa sesuai dengan tujuan pendidikan dalam Undang-Undang.

Pendidikan dasar dapat diperoleh dalam lembaga formal yang disebut sekolah. Dimana didalamnya terdapat guru dan siswa sebagai komponen pendidikan. Menurut Sarasija et al., (2021), siswa adalah mereka yang mengikuti pembelajaran di sekolah yang sebelumnya telah diamanahkan oleh orang tua dengan tujuan menjadi individu yang berwawasan luas, memiliki pengetahuan, keterampilan, akhlak mulia, pengalaman dan kemandirian. Berdasarkan pengertian tersebut, seorang siswa tentu akan mendapatkan banyak tuntutan dan tanggung jawab yang harus dilakukan agar proses pembelajaran di sekolah dapat berjalan dengan baik. Dalam Sarasija et al., (2021), menyelesaikan tugas merupakan salah satu bagian dari proses pembelajaran. Melalui tugas yang diberikan, siswa harus mencari bahan materi, mempelajarinya, memahami lebih lanjut, serta mengerjakan dengan tepat waktu sesuai yang telah ditentukan. Banyaknya tugas yang diberikan dengan tenggat pengumpulan yang singkat membuat siswa tertekan. Belum lagi

dengan waktu bermain serta kegiatan-kegiatan sekolah yang lain seperti ekstrakurikuler, organisasi sekolah, dan sebagainya. Apabila siswa tidak memiliki kemampuan mengelola waktu dengan baik, siswa akan menemui berbagai masalah dalam pembelajaran, salah satu yang sering terjadi yaitu timbulnya perilaku menunda-nunda mengerjakan tugas yang disebut dengan prokrastinasi akademik.

Prokratinasi akademik menurut Ferrari et al., (1995), adalah suatu perilaku menunda mengerjakan atau menyelesaikan tugas-tugas akademik. Perilaku prokrastinasi akademik menurut Ferrari et al., (1995) ditunjukkan dengan menunda memulai dan menyelesaikan tugas, terlambat menyelesaikan tugas, terdapat kesenjangan waktu yang diharapkan dengan waktu yang sesungguhnya untuk mengerjakan tugas, dan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada menyelesaikan tugas. Senada dengan Ferrari dkk, perilaku prokrastinasi dalam Halleyda et al., (2022) ditunjukkan dengan penundaan dalam memulai maupun menyelesaikan tugas, keterlambatan saat mengerjakan tugas, serta melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada mengerjakan tugas. Sedangkan menurut Mediastuti & Nurhadianti (2022), prokrastinasi akademik adalah kecenderungan menunda dalam memulai atau menyelesaikan tugas akademik yang dilakukan secara sengaja dan berulang serta menunda karena melakukan aktivitas lain diluar tugas

Berdasarkan beberapa pengertian diatas, dapat disimpulkan prokrastinasi akademik merupakan perilaku menunda-nunda memulai, mengerjakan, dan menyelesaikan tugas-tugas akademik yang dilakukan secara sengaja dan berulang. Perilaku prokrastinasi akademik ditandai dengan perilaku menunda memulai dan menyelesaikan tugas, terlambat menyelesaikan tugas, terdapat kesenjangan waktu yang diharapkan dengan waktu yang sesungguhnya untuk mengerjakan tugas, dan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada menyelesaikan tugas.

Dilansir dari berita (Jawa Pos Radar Madiun, 08 Agustus 2021) akibat lonjakan kasus Covid-19, pembelajaran tatap muka diganti menjadi pembelajaran secara daring yang berdampak terhadap potensi siswa melakukan prokrastinasi akademik hingga saat ini. Hal ini disebabkan siswa merasa kurang semangat dan fokus saat belajar hanya dari gadget. Selain itu, kurangnya pengawasan dari orang

tua menyebabkan siswa mengabaikan tugasnya dan memilih membuka sosial media atau bermain game online. Hal senada juga dipaparkan oleh Jawa Pos RadarSemarang.id (27 Januari 2022), disebutkan hampir 50 persen siswa tiap kelas melakukan prokrastinasi akademik. Siswa sering menunda mengerjakan dan terlambat mengumpulkan tugas sebab tidak bisa mengatur jadwal belajar dengan baik, lebih memilih bermain game online atau chattingan dengan teman, dan menunggu ada teman yang share tugas. Siswa merasa sudah terbiasa dengan pembelajaran daring, sehingga pembelajaran tatap muka disekolah membuat siswa merasa beban belajarnya menjadi berat.

Dari fenomena yang telah disebutkan diatas, dapat disimpulkan bahwa pembelajaran daring pada saat Covid-19 memberikan dampak besar terhadap perilaku prokrastinasi akademik yang dilakukan siswa hingga saat ini. Siswa merasa sudah nyaman dan terbiasa dengan pembelajaran daring yang dapat dilakukan dirumah saja melalui gadget tanpa harus pergi ke sekolah. Siswa lebih sering bermain gadget alih-alih belajar dan menunggu ada teman yang share tugas. Sehingga ketika pembelajaran tatap muka dimulai membuat siswa merasa beban belajarnya menjadi berat, tidak seperti saat pembelajaran daring yang lebih santai.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan dengan guru BK pada 21 Januari 2023 di SMPN 6 Bojonegoro, SMP Plus Al Amanah, dan MTs Hidayatul Islam, diperoleh informasi bahwa tingkat prokrastinasi akademik siswa SMP terbilang tinggi. Hal ini berdasarkan hasil instrument skala prokrastinasi akademik dari 282 sampel siswa SMP di tiga sekolah tersebut, terdapat 99 siswa masuk kategori tinggi dengan presentase 35%. Tingginya tingkat prokrastinasi akademik dapat ditunjukkan dengan perilaku 1) Sering terjadi keterlambatan dalam mengerjakan dan mengumpulkan tugas, 2) Lebih sering bermain *gadget* sampai melupakan tugas, 3) Mengerjakan tugas mendekati *deadline*, 3) Siswa tidak memiliki motivasi mengerjakan tugas akibat kurangnya pengawasan dari orang tua yang sibuk bekerja, serta terdapat beberapa siswa yang berasal dari keluarga *broken home*, dan 4) Merasa tertekan ketika mengerjakan banyak tugas. Dari beberapa perilaku tersebut, upaya yang dilakukan guru BK di SMPN 6 Bojonegoro, SMP Plus Al Amanah, dan MTs Hidayatul Islam untuk menangani prokrastinasi akademik siswa yaitu 1)

Menegur siswa agar segera menyelesaikan tugasnya, 2) Melakukan konseling teman sebaya untuk mengetahui permasalahan yang dihadapi siswa dengan bekerja sama dengan OSIS sekolah agar merangkul siswa yang ingin menceritakan masalahnya, kemudian melaporkannya kepada guru BK, 3) Memanfaatkan waktu istirahat untuk menjemput siswa melakukan konseling yang dilakukan diluar ruangan BK seperti di gazebo taman untuk menghindari ketidaknyamanan siswa dan agar siswa tidak diolok temannya karena masuk ruang BK, dan 4) Memberikan layanan cara mengatur waktu dengan baik namun hanya sebatas pemahaman saja.

Menurut guru BK di tiga sekolah tersebut, upaya yang dilakukan dirasa masih belum optimal dan belum cukup untuk menangani prokrastinasi akademik siswa. Oleh karena itu, diperlukan layanan preventif-kuratif untuk mengurangi prokrastinasi akademik siswa yaitu dengan mengembangkan panduan teknik *time management* untuk mengurangi prokrastinasi akademik. Tujuan dari pengembangan ini adalah mengembangkan panduan pelatihan teknik *time management* sehingga menghasilkan sebuah produk berupa buku panduan pelatihan konseling kelompok teknik *time management* sebagai pedoman guru BK/konselor dalam memberikan layanan untuk mengurangi prokrastinasi akademik. Panduan ini akan dilakukan dengan layanan konseling kelompok teknik *time management* menggunakan media book planner.

Konseling kelompok merupakan usaha bantuan yang diberikan kepada individu dalam suasana kelompok yang bersifat pencegahan serta perbaikan agar individu yang bersangkutan dapat menjalani perkembangannya dengan lebih mudah (Romlah, 2019). Corey (Romlah, 2019) berpendapat bahwa konseling kelompok berorientasi pada perkembangan individu dan berusaha menemukan kekuatan yang bersumber dari individu itu sendiri. Konseling kelompok memberikan suasana empati dan dorongan yang dapat menciptakan rasa saling percaya dan saling peduli. Pada panduan ini, konseling kelompok dirasa lebih efektif sebagai layanan untuk mengatasi permasalahan prokrastinasi akademik siswa SMP, sebab konseling akan dilakukan dalam suasana kelompok sehingga lebih menyeluruh dan mengena pada siswa. Selain itu, siswa merasa tidak sendirian karena ada beberapa teman yang memiliki permasalahan yang sama.

Teknik *time management* dipilih berdasarkan upaya yang telah dilakukan guru BK namun belum optimal dan belum cukup untuk menangani prokrastinasi akademik siswa. Atkinson & Maulana (1991) dalam bukunya mendefinisikan *time management* sebagai suatu keterampilan dengan segala bentuk upaya dan tindakan yang dilakukan secara terencana agar individu tersebut dapat memanfaatkan waktu dengan sebaik-baiknya. *Time management* juga dapat diartikan sebagai suatu perencanaan, mengorganisir, menggerakkan, dan pengawasan terhadap produktivitas waktu (Maryati, 2019). Mengatur waktu pada hakikatnya adalah merencanakan hal-hal yang perlu dilakukan dan menentukan jadwalnya (Romlah, 2019). Dengan memiliki *time management* yang baik, siswa dapat memprioritaskan hal-hal yang menjadi tanggung jawab utamanya yaitu memprioritaskan mengerjakan tugas sekolah dan tidak menunda-nundanya (Halleyda et al., 2022). Apabila siswa melakukan manajemen waktu dengan baik, artinya ia mempraktikkan suatu prinsip belajar secara efektif dan efisien (Aprilianti et al., 2022).

Dari penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Halleyda et al., (2022) terdapat penurunan prokrastinasi akademik yang sangat signifikan setelah diberikan pelatihan *time management*. Skor rata-ratanya turun menjadi 50 dengan kategori sangat rendah dari yang awalnya sebesar 92 dengan kategori tinggi. Sedangkan menurut penelitian Sarasija et al., (2021) manajemen waktu efektif mengurangi prokrastinasi akademik meskipun belum begitu signifikan karena hanya dilakukan satu kali layanan. Aprilianti et al., (2022) mengembangkan modul keterampilan manajemen waktu dengan hasil uji kelayakan produk 96,25% yang dapat disimpulkan bahwa modul pengembangan tersebut layak diimplementasikan kepada siswa. Dari beberapa penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa penerapan teknik *time management* dapat mengurangi perilaku prokrastinasi akademik dan layak diimplementasikan pada siswa. Pada penelitian ini, terdapat perbedaan dari penelitian-penelitian sebelumnya. Penelitian ini mengembangkan panduan dengan teknik *time management* yang mengadaptasi 10 langkah model penelitian dari Borg&Gall (1983). Namun pada penelitian ini hanya sampai 5 tahap, yaitu tahap persiapan, tahap perencanaan, tahap pengembangan produk, tahap uji coba produk awal, dan tahap revisi produk awal. Selain itu, terdapat inovasi pada

penelitian ini, yaitu book planner yang digunakan sebagai media layanan agar lebih menarik dan mudah dipahami siswa.. Menurut Wicaksana et al., (2022), adanya Book Planner bertujuan untuk menata tugas-tugas atau kegiatan secara terstruktur, sehingga seseorang mampu menyesuaikan aktivitasnya atau tugasnya secara maksimal dan lebih baik.

Berdasarkan uraian data yang diperoleh, maka peneliti mengangkat penelitian yang berjudul “Pengembangan Panduan Pelatihan Konseling Kelompok Dengan Teknik *Time Management* Untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik Pada Siswa SMP”. Penelitian ini akan menghasilkan produk berupa buku panduan model konseling kelompok teknik *time management* dengan media book planner untuk mengurangi prokrastinasi akademik siswa SMP. Harapannya, panduan ini dapat digunakan oleh guru BK/konselor sebagai pedoman dalam memberikan layanan konseling kelompok teknik *time management* kepada seluruh siswa SMP, baik yang terindikasi prokrastinasi akademik maupun tidak agar siswa memperoleh pengetahuan baru tentang bagaimana cara mengatur waktu dengan baik sehingga dapat mengurangi prokrastinasi akademik pada siswa SMP.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, rumusan masalah pada penelitian ini adalah Bagaimana Mengembangkan Panduan Pelatihan Konseling Kelompok Teknik *Time Management* untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMP?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menghasilkan panduan pelatihan konseling kelompok teknik *time management* sehingga dapat bermanfaat sebagai pedoman guru BK/konselor dalam memberikan layanan untuk mengurangi prokrastinasi akademik.

## **1.4 Spesifikasi Produk yang Diharapkan**

Produk yang akan dihasilkan berupa buku panduan model konseling kelompok teknik *time management* dengan media book planner untuk mengurangi prokrastinasi akademik pada siswa SMP yang ditujukan untuk guru BK/konselor

sebagai pedoman dalam memberikan layanan. Buku panduan ini berbentuk fisik yang terdiri dari 75 halaman bolak-balik dengan jenis kertas B5, ukuran kertas 70 gram, desain sampul depan dan belakang sama berwarna kombinasi biru dan putih disertai hiasan pendukung judul seperti jam yang melambangkan waktu, buku-buku dan alat tulis yang melambangkan tugas. Selain itu, terdapat logo universitas dibagian sampul pojok kanan atas sampul panduan ini serta judul “Buku Panduan Model Konseling Kelompok Teknik Time Management Dengan Media Book Planner Untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik” dibagian tengah sampul. Dibagian bawah sampul depan terdapat nama peneliti serta pembimbing 1 dan pembimbing 2. Font yang digunakan yaitu cambria dengan judul sampul ukuran 22, sub judul ukuran 12, dan isi/penjelasan ukuran 11.

Buku panduan ini memiliki spesifikasi yang terdiri dari beberapa bagian, diantaranya: (1) Pendahuluan, (2) Petunjuk umum, (3) Petunjuk Khusus, (4) Langkah-Langkah Kegiatan Pelatihan, serta (5) Lampiran.

#### **1.4.1 Pendahuluan**

Terdiri dari rasional, definisi model teknik *time management*, tujuan model teknik *time management*, sasaran model teknik *time management*, instrument pengukuran prokrastinasi akademik, dan tahap-tahap konseling kelompok dengan teknik *time management*.

##### **1.4.1.1 Rasional**

Menurut KBBI, rasional adalah pemikiran atau pertimbangan yang logis. Rasional pada buku panduan ini berisi latar belakang disusunnya panduan model konseling kelompok teknik *time management* yakni untuk mengurangi prokrastinasi akademik siswa SMP.

##### **1.4.1.2 Definisi Model Teknik Time Managemenet**

Definisi model pada panduan ini berisi tentang definisi serta model teknik *time management* yang akan dilakukan sesuai dengan tahap-tahap *time management* dari Atkinson & Maulana (1991).

#### ***1.4.1.3 Tujuan Model Teknik Time Management***

Berisi tentang tujuan dari model teknik *time management* ini yaitu untuk mengurangi prokrastinasi akademik pada siswa serta sebagai panduan bagi konselor/guru BK dalam memberikan layanan.

#### ***1.4.1.4 Sasaran Model Teknik Time Management***

Sasaran pada model teknik *time management* ini meliputi sasaran pengguna dan peserta. Sasaran pengguna yaitu konselor, sedangkan sasaran peserta yaitu siswa tingkat SMP/MTs sederajat dan siswa yang terindikasi melakukan prokrastinasi akademik.

#### ***1.4.1.5 Instrumen Pengukuran Prokrastinasi Akademik***

Instrument ini digunakan sebagai alat untuk mengukur tingkat prokrastinasi akademik siswa SMP dan untuk mengetahui tingkat keberhasilan penerapan model teknik *time management* dengan melihat perbandingan perubahan skala prokrastinasi akademik sebelum dan sesudah mengikuti pelatihan.

#### ***1.4.1.6 Tahap-Tahap Konseling Kelompok dengan Teknik Time Management***

Panduan ini berisi pengertian dan tahap-tahap konseling kelompok dengan teknik *time management* yang akan diuraikan pada petunjuk khusus tiap tahapannya.

#### **1.4.2 Petunjuk Umum**

Bagian ini berisi petunjuk umum dari tiap tahapan model teknik *time management*. Tahapan-tahapan model teknik *time management* ini terdiri dari tahap persiapan, tahap orientasi, tahap pelaksanaan, tahap akhir, dan tahap evaluasi dan tindak lanjut.

#### **1.4.3 Petunjuk Khusus**

Pada bagian ini dijelaskan petunjuk khusus kegiatan apa saja yang akan dilakukan pada tiap pertemuan serta memperkirakan durasi tiap kegiatan.

#### **1.4.4 Langkah-Langkah Kegiatan Pelatihan**

Pada bagian ini, akan diuraikan langkah-langkah kegiatan pada tiap pertemuan dari awal hingga akhir,

#### **1.4.5 Lampiran**

Bagian ini berisi lampiran yang dibutuhkan selama kegiatan pelatihan berlangsung serta dilengkapi materi pada tiap pertemuan.



## **1.5 Manfaat Penelitian**

### **1.5.1 Manfaat Teoritis**

Secara teoritis, penelitian ini dapat digunakan sebagai panduan oleh konselor sekolah untuk mengurangi prokrastinasi akademik pada siswa SMP dengan teknik *time management*.

### **1.5.2 Manfaat Praktis**

#### **1.5.2.1 Bagi Siswa**

Menambah pengetahuan siswa tentang bagaimana cara mengatur waktu yang dimiliki dengan teknik *time management* untuk mengurangi prokrastinasi akademik.

#### **1.5.2.2 Bagi Konselor**

Sebagai panduan bagi konselor/guru BK di sekolah dan mempermudah memberikan layanan dalam mengurangi prokrastinasi akademik dengan teknik *time management*.

#### **1.5.2.3 Bagi Peneliti**

Memberi kesempatan bagi peneliti untuk menerapkan teori yang telah dipelajari selama kuliah serta berkontribusi dalam pemikiran mengembangkan teknik *time management* untuk mengurangi prokrastinasi akademik pada siswa SMP melalui buku panduan.

## **1.6 Asumsi dan Batasan Pengembangan**

### **1.6.1 Asumsi**

Penundaan dalam mengerjakan atau menyelesaikan tugas akademik sering kali terjadi dan dilakukan para siswa dengan berbagai faktor penyebab yang melatarbelakangi. Salah satu faktor penyebabnya yaitu kurangnya kemampuan siswa dalam mengatur waktu yang dimiliki, sehingga dapat memberikan dampak negatif bagi pelaku. Oleh karena itu, siswa perlu memahami cara manajemen waktu dengan baik. Dengan memberikan layanan teknik *time management*, siswa akan memahami dan belajar bagaimana memanfaatkan dan mengatur waktu yang dimiliki dengan efektif dan efisien untuk mengerjakan dan menyelesaikan tugas tepat waktu serta terhindar dari prokrastinasi akademik.

### 1.6.2 Batasan Pengembangan

Penelitian ini berfokus pada mengembangkan panduan pelatihan teknik *time management* untuk mengurangi prokrastinasi akademik dengan mengadaptasi tahapan model pengembangan Borg & Gall (1983) yang terdiri dari 10 tahapan dalam prosesnya. Batasan pengembangan pada penelitian ini yaitu hanya sampai pada tahap merevisi hasil uji coba produk setelah dilakukan uji coba dengan para ahli BK, ahli media, dan ahli calon pengguna produk. Sedangkan untuk mengukur keefektifannya dapat dilakukan oleh peneliti selanjutnya dengan metode eksperimen. Pengembangan produk pada penelitian ini hanya sampai pada tahap ke lima, karena apabila semua tahap dilakukan sampai akhir itu untuk jenjang S2. Berikut lima tahap pengembangan produk pada penelitian ini yaitu (1) tahap persiapan, (2) tahap perencanaan, (3) tahap pengembangan produk awal, (4) tahap uji coba produk awal, dan (5) tahap revisi hasil uji coba.

