

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Dampak setelah pembelajaran daring seperti malas belajar akhirnya menjadi kebiasaan meski sekolah sudah dilaksanakan secara tatap muka, kebiasaan siswa yang malas akhirnya sering terlambat dalam mengerjakan tugas sekolah. Kebiasaan menunda tugas ini sudah membudidaya dikalangan masyarakat (Rusmaini et al., 2021). Menurut Ferrari (1995:3) prokrastinasi merupakan kebiasaan atau tingkah laku yang dilakukan individu dalam menunda tugas, tanpa mempermasalahkan tujuan dan alasan penundaan yang telah dilakukan. Selain itu, Solomon & Rothblum (Candra et al., 2014) prokrastinasi adalah suatu kebiasaan menunda untuk memulai menyelesaikan tugas dengan tuntas untuk melakukan kegiatan lain, yang akhirnya semua terlambat, tidak tepat waktu dan ketinggalan kelas. Faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik ada dua macam, yaitu faktor internal meliputi kurangnya pemahaman tentang materi yang diberikan, motivasi yang rendah dan tidak bisa mengatur waktu dengan baik, dan faktor eksternal meliputi tingkat kesulitan tugas yang diberikan, fasilitas yang kurang mendukung (laptop, buku dll), terlalu banyak menghabiskan waktu untuk hal yang tidak penting, dan penumpukan tugas yang sudah terlalu banyak (Jamila, 2020).

Ferrari (1995:7) membagi prokrastinasi menjadi dua jenis yaitu prokrastinasi berdasarkan manfaat dan tujuan melakukannya yaitu: 1) *functional procrastination* yaitu penundaan yang dilakukan bertujuan untuk memperoleh informasi yang lengkap dan akurat dan 2) *dysfunctional procrastination* yaitu penundaan yang tidak mempunyai tujuan, berakibat buruk dan menimbulkan masalah. Ciri anak prokrastinasi tinggi antara lain lupa, malas, tidak mengerti, lelah pulang sekolah, terlalu asyik main handphone, tidak menyelesaikan pekerjaan rumah, moody, waktu pengumpulan masih lama, kondisi kesehatan yang kurang fit, sarana dan prasarana serta fasilitas yang kurang memadai (Rusmaini et al., 2021).

Di lansir dari Kompasiana oleh Mayang Rengganis (28 Desember 2020) pembelajaran yang dilaksanakan via daring menyebabkan prokrastinasi karena beberapa siswa kurang mampu mengakses sinyal dan kurangnya interaksi secara langsung. Tingginya prokrastinasi siswa ini juga dibuktikan oleh penelitian yang dilakukan Setyabudi & Utaminingsih (2012) di salah satu Sekolah Menengah Atas Kota Tangerang menunjukkan bahwa 43,70% memiliki tingkat prokrastinasi tinggi dan 56,30% lainnya memiliki prokrastinasi akademik rendah. Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Munawaroh (2017) menunjukkan bahwa tingkat prokrastinasi akademik siswa SMP Muhammadiyah 9 Yogyakarta 17,2% pelajar SMP Muhammadiyah 9 Yogyakarta memiliki prokrastinasi akademik tinggi, 77,1% sedang, dan 5,7% rendah. Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Harlina & theadora Gracelyta (2021) menunjukkan bahwa prokrastinasi pada kategori rendah 32,30%, kategori sedang 63,35% dan kategori tinggi dengan persentase 4,35%.

Dari hasil wawancara yang saya lakukan dengan Diah Chairunnisa selaku guru Bimbingan Konseling di SMK PK Al Mustawa pada tanggal 18 Februari 2023 menunjukkan bahwa masih banyak siswa yang sering melakukan prokrastinasi, terlebih bagi siswa laki-laki dikarenakan malas, terlalu sibuk main handphone, dan nongkrong diluar dan terlalu menyepelekan tugas yang dianggap dapat dikerjakanya dengan mudah. Prokrastinasi ini sudah pernah ditangani oleh guru bimbingan konseling diantaranya dengan melakukan sosialisasi akan tetapi siswa masih sering melakukan prokrastinasi karena belum ada kesadaran dari siswa. Prokrastinasi perlu dikurangi karena mempunyai dampak negatif seperti performa akademik yang rendah, menyebabkan stress, menyebabkan penyakit karena setiap pekerjaan akan menimbulkan konsekuensi di akhir dan kecemasan yang tinggi (Wicaksono, 2017). Dari pendapat tersebut menunjukkan bahwa perilaku prokrastinasi adalah perilaku yang disengaja, maksudnya faktor-faktor yang menunda penyelesaian tugas berasal dari putusan dirinya sendiri. Dampak dari prokrastinasi tinggi salah satunya adalah munculnya perasaan bersalah pada dirinya sendiri karena sering menunda tugas dan mengerjakan tugas, akhirnya tugas yang dikerjakan kurang optimal (Burhan & Herman, 2019). Salah satu

upaya yang bisa dilakukan untuk mengurangi prokrastinasi akademik adalah dengan bimbingan kelompok.

Menurut Prayitno (2017:237) bimbingan kelompok adalah salah satu jenis layanan bimbingan konseling yang ditujukan kepada beberapa orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk memperoleh berbagai macam informasi dan pemahaman baru dari topik yang dibahas. Fadilah (2019) menjelaskan bahwa tujuan bimbingan kelompok secara umum adalah membantu individu yang mengalami masalah melalui prosedur kelompok, dan bimbingan kelompok dengan bertujuan membantu mengembangkan pribadi setiap anggota kelompok dengan suasana yang menyenangkan sekaligus menyedihkan. Tahapan bimbingan kelompok dibagi menjadi empat yaitu tahap awal pembentukan, peralihan, kegiatan dan pengakhiran. Tahap awal merupakan tahap pengenalan, tahap peralihan merupakan jembatan antara tahap kedua dan ketiga, tahap kegiatan merupakan inti dari kegiatan kelompok dan tahap pengakhiran adalah kelompok di anggap berhasil mencapai tujuan kelompok.

Dalam beberapa penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa bimbingan kelompok sangat efektif untuk mengatasi masalah siswa. Sebagaimana penelitian oleh Waskito et al., (2022) menunjukkan bahwa bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan penyesuaian sosial peserta didik SMK. Selanjutnya hasil penelitian yang dilakukan oleh Wahyono & Djafar (2021) bimbingan kelompok teknik modelling dan teknik asertif training efektif dalam meningkatkan kesiapan kerja SMK Muhammadiyah Salatiga. Dan juga penelitian Hasanuddin, (2020) menunjukkan bahwa bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa yang tidak naik kelas di SMA Negeri 2 Barru.

Untuk meningkatkan keefektifitasan bimbingan kelompok maka dapat ditambahkan sebuah teknik diantaranya *motivational interviewing technique*. Mulawarman (2020:8) menyatakan bahwa teknik *motivational interviewing (MI)* merupakan sebuah metode yang halus, lembut dan sangat menghormati konseli ketika sedang melakukan komunikasi dalam menanyakan berbagai kesulitan yang dialami individu terkait dengan perubahan dan kemungkinan terlibat dalam berperilaku yang berbeda agar lebih sehat sesuai dengan tujuan agar

memaksimalkan potensi individu. Teknik ini berfokus pada konseli agar mampu mengeksplorasi dan mengatasi perasaan negatif dalam mengubah perilaku konseli kearah yang lebih positif. Teknik *motivational interviewing* (Nareswari et al., 2020) merupakan teknik yang berfokus pada individu untuk membantu mengeksplorasi dan mengatasi ambivalensi dalam mengubah perilaku. Tujuannya untuk mengidentifikasi dan meningkatkan motivasi konseli tentang perubahan yang konsisten pada diri konseli. Mulawarman (2020) menyatakan komponen teknik *motivational interviewing* yaitu : *collaboration* (kerjasama), *evocation* (pembangkitan), *acceptance* (penerimaan), *compassion* (welas asih).

Keefektifitasan *motivational interviewing* dibuktikan oleh beberapa penelitian diantaranya Anisah et al., (2020) menunjukkan motivasi belajar siswa *broken home* di SMP Negeri 1 Pelaihari dapat ditingkatkan melalui layanan konseling individual dengan teknik *motivational interviewing*. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Parti et al., (2019) menunjukkan teknik *motivational interviewing* efektif untuk mereduksi agerevitas siswa. Kemudian penelitian yang di lakukan oleh Natalia Yepi, (2021) menunjukkan teknik *motivational interviewing* efektif untuk mengurangi kejenuhan belajar pada siswa di SMA Negeri 5 Sidrap.

Prokrastinasi di SMK perlu dikurangi agar proses belajar tidak terganggu, untuk mengurangi prokrastinasi siswa maka dibutuhkan bimbingan kelompok teknik *motivational interviewing*. Dalam proses yang dilakukan menggunakan teknik *motivational interviewing* ini tidak memaksa siswa untuk melakukan sesuatu yang diinginkan, akan tetapi memotivasi siswa agar bisa menemukan solusi secara mandiri agar dapat mengurangi prokrastinasi. Sehingga diharapkan dengan menggunakan teknik *motivational interviewing* diharapkan mampu mengurangi prokrastinasi. Berdasarkan latar belakang diatas maka penulis tertarik membuat judul skripsi, “ Keefektifan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik *Motivational Interviewing* untuk Mengurangi Prokrastinasi di SMK PK Al Mustawa ”.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka rumusan masalah penelitian ini ialah :

1. Bagaimana prokrastinasi siswa SMK PK Al Mustawa?
2. Bagaimana pelaksanaan bimbingan kelompok di SMK PK Al Mustawa?
3. Bagaimana keefektifan bimbingan kelompok *motivational interviewing* untuk mengurangi prokrastinasi di SMK PK Al Mustawa?

### **1.3 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah diatas maka tujuan penelitian ini ialah :

1. Untuk mengetahui prokrastinasi siswa SMK PK Al Mustawa
2. Untuk mengetahui pelaksanaan bimbingan kelompok di SMK PK Al Mustawa
3. Untuk mengetahui keefektifan bimbingan kelompok *motivational interviewing* untuk mengurangi prokrastinasi di SMK PK Al Mustawa

### **1.4 Manfaat Penelitian**

#### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan wawasan atas prokrastinasi siswa, bimbingan kelompok dengan teknik *motivational interviewing* sebagai sumber informasi dan referensi bagi pembaca atas prokrastinasi akademik siswa.

#### **1.4.2 Manfaat Praktis**

##### **1.4.2.1 Siswa**

Penelitian ini dapat berguna sebagai bahan acuan dan evaluasi siswa dalam mengurangi prokrastinasi

##### **1.4.2.2 Guru BK**

Penelitian ini dapat berguna sebagai bahan acuan dan evaluasi guru dalam mengurangi prokrastinasi

##### **1.4.2.3 Sekolah**

Penelitian ini dapat berguna sebagai bahan acuan dan evaluasi sekolah untuk mengurangi prokrastinasi

##### **1.4.2.4 Peneliti**

Penelitian ini dapat menambah pengalaman dalam melakukan penelitian dan hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan

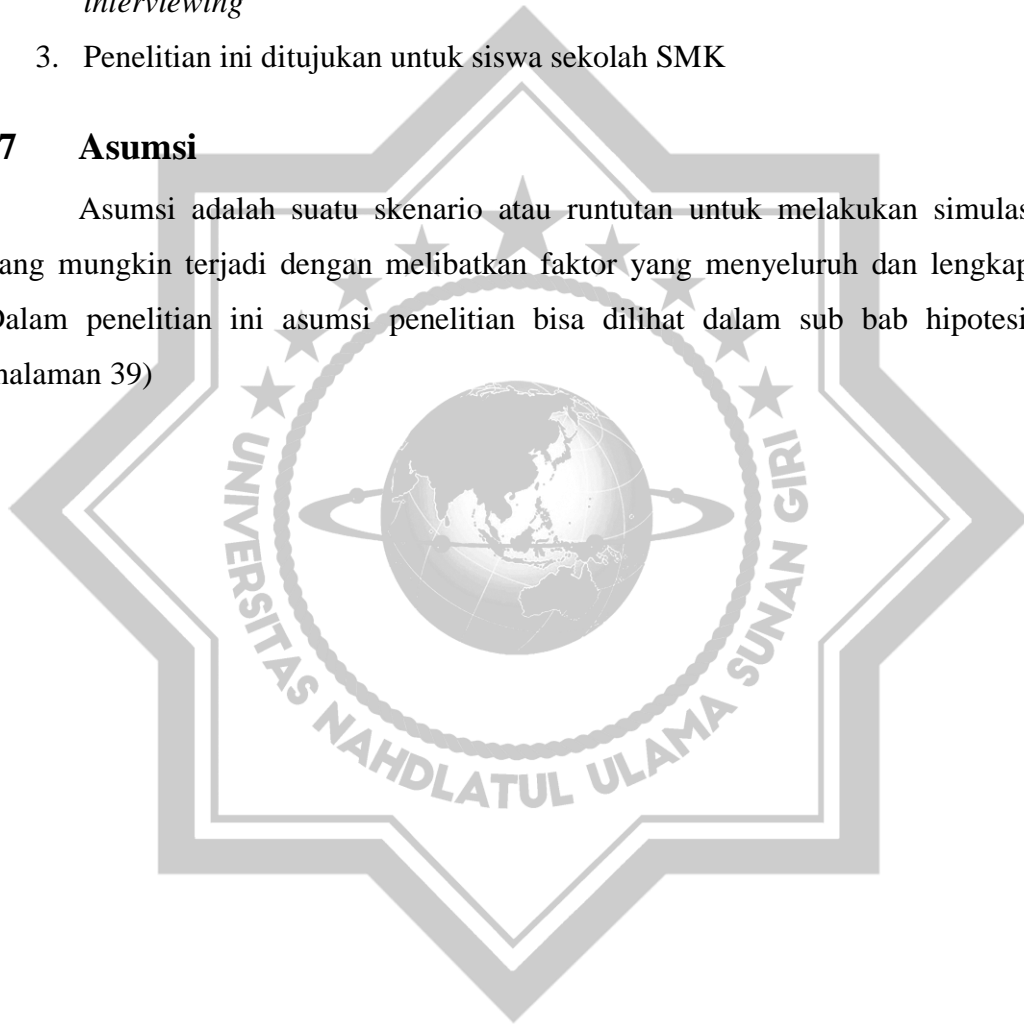
pemikiran maupun sebagai masukan bagi peneliti lain.

### **1.5 Batasan Masalah**

1. Penelitian ini dibatasi oleh gambaran prokrastinasi siswa
2. Penelitian ini dibatasi oleh penerapan bimbingan kelompok *motivational interviewing*
3. Penelitian ini ditujukan untuk siswa sekolah SMK

### **1.7 Asumsi**

Asumsi adalah suatu skenario atau runtutan untuk melakukan simulasi yang mungkin terjadi dengan melibatkan faktor yang menyeluruh dan lengkap. Dalam penelitian ini asumsi penelitian bisa dilihat dalam sub bab hipotesis (halaman 39)



# UNUGIRI