

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Masa remaja dianggap sebagai sebuah tahapan dalam kehidupan seseorang yang berada diantara tahap kanak-kanak sampai menginjak dewasa. Periode ini adalah periode anak muda yang harus beranjak dari rasa ketergantungan menuju kemandirian, otonomi dan kematangan. Seseorang yang ada pada tahap ini akan bergerak dari bagian suatu kelompok keluarga menuju bagian dari suatu kelompok teman sebaya dan akhirnya mampu berdiri sendiri sebagai seorang dewasa (Geldart, Kathryn, 2011). Siswa yang sering mengalami keterlambatan dalam mempersiapkan sesuatu yang telah ditentukan, gagal menyelesaikan tugas sesuai batas waktu yang telah ditentukan, dan melakukan kegiatan yang lebih menyenangkan daripada mengerjakan tugas yang harus dikerjakan, maka dapat dikatakan sebagai ciri-ciri orang yang melakukan prokrastinasi akademik (Ghufron, 2010). Penundaan pendidikan terjadi pada siswa yang disebut dalam psikologi prokrastinasi, lebih dikenal dengan prokrastinasi akademik. Prokrastinasi sudah melekat didiri siswa, tanpa disadari selalu terus berulang dan sudah menjadi hal yang biasa. Prokrastinasi dikalangan pelajar terdapat beberapa jenis prokrastinasi yang dikatakan oleh para ahli seperti tugas mengarang, membaca, menghadiri pertemuan, menulis dan lain-lain (Arwina et al., 2022).

Pendapat lainnya McCown dan Johnson (Munawaroh, 2017) mengatakan bahwa prokrastinasi akademik disebabkan oleh nilai rendah, kurang keinginan berubah dan siswa putus sekolah. Penundaan bermanifestasi umum dari kegagalan dalam pengaturan diri, kemudian Zimmerman mengungkapkan konsep utama pengaturan diri didasari perilaku sadar dan emosi sesuai dengan tujuan seseorang. Perencanaan diri memerlukan arahan yang sistematis untuk mengejar tujuan pribadi dan menggabungkan perencanaan dan kegiatan seperti program terperinci, menentukan strategi, dan melakukan rencana secara teratur (Steel, 2007). Pengaruh prokrastinasi pelajar karena siswa takut gagal tugas tidak siap, ketidakberdayaan menghadapi kompleksnya masalah, pemberontakan dan kemalasan, kurang motivasi, tidak fokus dan kelelahan serta tidak tahu dari mana memulai sesuatu (Ilyas, Muhammad, 2017). Penundaan menghasilkan efek berbahaya pada

investasi sumber daya manusia dan kegiatan belajar. Menjelaskan bahwa efek penundaan siswa yang menderita prokrastinasi yang merupakan perilaku penghindaran, sering memiliki banyak masalah dengan kinerja akademik mereka. Siswa pada umumnya belum maksimal melakukan pengerjaan tugas sekolah, ada siswa yang melakukan tugas di sekolah, minta bantu kepada teman yang pintar mengerjakannya, ada juga sudah diajak melakukan belajar bersama namun belum juga dikerjakan. Siswa malas pergi ke sekolah karena uang jajan tidak ada, tidak bertemu dengan teman, guru. Orang tua acuh tidak acuh, ada siswa membuat tugas sekolah dengan belajar bersama.

Prokrastinasi akademik menjadikan siswa kurang kedisiplinannya, masih ada juga ditemukan di depan gerbang masuk sekolah anak-anak yang terlambat masuk sekolah dengan alasan macet, terlambat bangun pagi, orang tua tidak membangunkan tidur padahal sudah ada alarm android, rupanya tidur lewat tengah malam (Habe, H., Ahiruddin, 2017). Dimana komitmen, tanggungjawab siswa pada diri sendiri, tujuan pendidikan menjadi siswa berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga demokratis dan berjiwa *responsibility, right dan reality*. Prokrastinasi akademik baik secara parsial maupun simultan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap prestasi belajar siswa. Oleh karena itu konselor harus melakukan upaya dalam meminimalisir perilaku prokrastinasi agar siswa mampu mengerjakan tugas dengan baik dan tepat waktu (Luhur Wicaksono, 2017).

Kutipan di atas dapat disimpulkan bahwa prokratinasi dijelaskan sebagai suatu penundaan untuk menyelesaikan tugas yang diberikan dengan menunda-nunda untuk mengerjakannya sehingga membutuhkan waktu untuk menyelesaikan tugas yang sebenarnya tidak perlu dilakukan. Beberapa yang di lasir oleh Dwi Lasitosari, S.Pd pada Selasa 14 Desember 2021. Siswa di SMPN 1 Kajen, kabupaten Pekalongan masih banyak yang melakukan penunda-nundaan pengerjaan tugas. Siswa yang menunda pengerjaan tugas merupakan ciri siswa tersebut tidak mampu mengolah waktu belajarnya. Dra. Rini Anggorowati menjelaskan, bahwa pengamatan ini berdasarkan wawancara beliau dengan guru BK dan beberapa guru mata pelajaran. Guru BK akan memberi sanksi pada siswa

yang melakukan prokrastinasi akademik tersebut agar mereka tidak mengulangnya lagi.

Fenomena berikutnya di lansir oleh Dra. Rini Anggorowati pada hari Senin 12 Desember 2022. Penulis menyatakan bahwa di SMPN 2 Banyuasin ini juga masih banyak siswa yang menunda-nunda pengerjaan tugas. Faktor yang mempengaruhi yaitu karakteristik tugas, perbedaan individual dan demografi. Padahal dalam konteks pembelajaran siswa diharapkan memiliki kemampuan melaksanakan tugasnya secara optimal, namun permasalahan di lapangan siswa malah menyepelekan tugas-tugas yang diberikan oleh guru.

Dari kedua fenomena di atas dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik masih banyak terjadi. Siswa pada umumnya belum maksimal melakukan pengerjaan tugas sekolah. Faktor yang mempengaruhinya adalah siswa merasa tugas yang diberikan guru sulit dikerjakan, siswa malas mengerjakan tugas, sehingga tugas terabaikan. Beberapa sekolah menerapkan sanksi bagi siswa yang melakukan penundaan pengerjaan tugas dan kesalahan-kesalahan lainnya.

Berdasarkan observasi awal yang dilakukan peneliti di SMPN 2 Soko menemukan bahwa 30% siswa khususnya kelas 7 memiliki tingkat prokrastinasi yang cukup tinggi. Namun sudah banyak ditangani oleh guru BK pernyataan ini diberikan oleh guru BK di SMPN 2 Soko yaitu Bu Nurul Hidayati, S.Pd. “sebagian besar anak kelas 7 sering terlambat mengumpulkan tugas yang diberikan oleh guru khususnya jika tugas itu berupa PR, anak-anak lebih suka bermain HP atau apa yang menurut mereka itu menyenangkan daripada mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru”. Ketika siswa terlambat, tidak mengerjakan atau tidak mengumpulkan tugas maka ia dianggap melakukan prokrastinasi akademik. Apabila prokrastinasi tetap dibiarkan dan menjadi kebiasaan akan memberikan dampak negatif terhadap pembentukan kedisiplinan siswa, menghambat prestasi belajar siswa, dan pada akhirnya akan menurunkan kualitas pembelajaran di sekolah.

Peneliti juga melakukan observasi di MTs Al-Amiriyah Belun dengan jumlah 101 siswa dan peneliti menemukan 15 siswa yang melakukan perilaku prokrastinasi akademik. Hal ini diperkuat oleh hasil wawancara yang disampaikan oleh guru BK yang bernama Bu Tutik Harianti, S.Pd “masih ada

beberapa anak khususnya kelas 7 yang terlambat mengumpulkan tugas bahkan tidak mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru. Siswa melakukan hal tersebut disebabkan beberapa hal, seperti anak-anak lebih suka bermain atau siswa suka mengabaikan tugas dan tidak mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru dengan alasan sering lupa”. Berdasarkan hasil wawancara tersebut dapat diamati bahwa perilaku menunda tugas sering ditandai dengan munculnya seperti sering menunda untuk menyelesaikan tugas, terlambat dalam mengumpulkan tugas, sering melakukan aktifitas yang lebih menyenangkan dari pada mengerjakan tugas dan terjadinya kesenjangan waktu.

Kemudian observasi juga dilakukan di sekolah MTs Hidayatul Islam Tanjungharjo dan peneliti juga menemukan beberapa siswa yang melakukan prokrastinasi akademik. Hal ini disampaikan oleh guru BK yang bernama Bu Nafisah Ainur Rohmah, S.Pd “dari kelas 7, 8, dan 9 sebanyak 72 siswa yang sering melakukan prokrastinasi akademik adalah kelas 7 sebanyak 10 siswa, karena siswa kelas 7 belum pernah mendapatkan penanganan dari guru BK karena merupakan siswa baru. Siswa sering melakukan hal yang negatif seperti anak-anak lebih suka mengabaikan tugas dan tidak mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru”. Melihat fenomena yang terjadi di tiga sekolah tersebut, peneliti tertarik untuk menggunakan layanan konseling kelompok dengan pendekatan behavior dan teknik *self-instruction* untuk mengurangi tingkat prokrastinasi akademik.

Selanjutnya, data kuantitatif yang diperoleh dari peneliti ini dilakukan dengan menyebar instrument skala prokrastinasi akademik yang mendapatkan nilai presentase sebesar 54,95% untuk kategori sedang. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa tingkat perilaku prokrastinasi akademik di Sekolah masih tergolong sedang, untuk mengatasi permasalahan tersebut, guru BK memberikan layanan konseling kelompok namun masih belum efektif mengurangi perilaku prokrastinasi akademik siswa

Salah satu cara untuk menerapkan perubahan prokrastinasi di lingkungan sekolah adalah melalui layanan bimbingan dan konseling. (Hayani et al., 2022). Pelayanan bimbingan konseling dijadikan sebagai salah satu cara untuk meningkatkan perubahan prokrastinasi di lingkungan sekolah bagi para siswa.

Menurut penulis solusi yang perlu dilakukan adalah dengan memberikan layanan konseling kelompok dengan menerapkan salah satu pendekatan yaitu pendekatan behavior karena merupakan pengalaman terapeutik bagi orang-orang yang tidak mempunyai masalah-masalah emosional yang serius”. Dalam hubungan konseling kelompok ada hubungan antara konselor dengan anggota kelompok penuh rasa penerimaan, kepercayaan, dan rasa aman. Konseling kelompok merupakan suatu proses interpersonal yang dinamis yang memusatkan pada usaha dalam berpikir dan tingkah laku – tingkah laku, serta melibatkan pada fungsi-fungsi terapi yang dimungkinkan, serta berorientasi pada kenyataan-kenyataan, membersihkan jiwa, saling percaya mempercayai, pemeliharaan, pengertian, penerimaan, dan bantuan (Hanita, 2022).

Berdasarkan definisi konseling kelompok dari para ahli di atas, maka dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok merupakan layanan bimbingan dan konseling yang dilakukan secara berkelompok dan bersifat dinamis antara konselor dengan anggota kelompok yang dilaksanakan dalam suasana hangat, terbuka, permisif, dan keakraban. Layanan konseling kelompok dapat diberikan dengan pendekatan lainnya. Salah satu pendekatan yang dapat diberikan dalam layanan konseling kelompok pada penelitian ini adalah dengan pendekatan behavioral.

Pendekatan behavioral adalah metode ilmiah dalam bidang psikoterapi yaitu dengan cara memodifikasi perilaku melalui rekayasa lingkungan, sehingga terjadi proses belajar untuk suatu perubahan tingkah laku (Yulianti & Wiyono, 2020). Pendekatan behavioral berfokus pada perubahan tingkah laku dengan menekankan pada pemberian penghargaan bagi konseli ketika melakukan suatu kegiatan yang baik dan memberi konsekuensi untuk mencegah konseli agar tidak melakukan kegiatan yang buruk. James dan Gililand juga mengatakan pada dasarnya konseling behavioral diarahkan pada tujuan-tujuan memperoleh tingkah laku baru, penghapusan tingkah laku yang maladaptif, serta memperkuat/mempertahankan tingkah laku yang diinginkan (Efendy & Nainggolan, 2022). Sedangkan menurut Corey konseling behavioral adalah teori yang menekankan tingkah laku manusia yang pada dasarnya dibentuk dan ditentukan oleh lingkungan dan segenap tingkah lakunya itu dipelajari atau

diperoleh karena proses latihan (Nufi et al., 2021). Ketika melakukan konseling behavioral terdapat teknik-teknik yang dapat digunakan untuk menangani permasalahan yang terjadi agar bisa segera dituntaskan. Pada kesempatan kali ini peneliti menggunakan teknik *self-intruction*.

Pemilihan teknik *self-intruction* dalam pendekatan behavioral untuk menangani prokrastinasi ini dikarenakan adanya hubungan antara teknik *self-intruction* dengan prokrastinasi seperti penelitian yang dilakukan oleh Rikas Saputra, Edy Purwanto, dan Awalya (2017) bahwa konseling kelompok teknik *self-intruction* efektif untuk mengurangi perilaku prokrastinasi akademik pada siswa SMP Negeri 24 Palembang. Adapun hasil pengujian pada penelitian yang dilakukan diperoleh nilai signifikan pada uji normalitas $0,200 > 0,05$ sehingga dapat disimpulkan normal. Nilai signifikan pada uji homogenitas adalah $0,074 > 0,05$ sehingga disimpulkan homogen. Hasil uji anova diperoleh nilai signifikan sebesar 0,000. Nilai signifikan ini berarti ada yang memberikan pengaruh penurunan hasil prokrastinasi akademik pada siswa SMP Negeri Palembang.

Penelitian lain yang juga menggunakan teknik *self-intruction* dalam konseling behavioral untuk menangani prokrastinasi yaitu penelitian yang dilakukan oleh Ridha, Wa Ode Suarni, dan Aspin (2017). Berdasarkan penelitian yang dilakukan hasil analisis deskriptif presentase menunjukkan bahwa perilaku prokrastinasi akademik siswa sebelum diberikan perlakuan berupa layanan konseling kelompok behavioral dengan teknik *self-intruction* berada pada kategori tinggi dengan skor rata-rata mencapai 70,43%, sesudah diberikan perlakuan mengalami penurunan dengan skor rata-rata mencapai 31,92% yang tergolong rendah. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok behavioral dengan teknik *self-intruction* dapat mengatasi perilaku prokrastinasi akademik siswa kelas IX.7 MTs Negeri Kendari.

Berdasarkan beberapa penelitian yang telah dijelaskan sebelumnya dapat diketahui bahwa konseling behavioral dengan teknik *self-intruction* dapat digunakan untuk menurunkan perilaku prokrastinasi. Maka berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk meneliti mengenai **“Pengembangan Panduan Pelatihan Konseling Kelompok Behavior Untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Akademi Siswa SMP/MTs”**

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, rumusan masalah pada penelitian ini adalah “bagaimana mengembangkan panduan pelatihan layanan konseling kelompok dengan pendekatan behavior untuk mengurangi prokrastinasi akademik siswa?”

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan panduan pelatihan konseling kelompok pendekatan behavior untuk mengurangi perilaku prokrastinasi akademik siswa SMP/MTs.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoristis

Manfaat yang dapat diambil dari penelitian ini, yaitu dapat memberikan sumbangan bagi perkembangan ilmu-ilmu dalam bimbingan dan konseling di sekolah, khususnya penggunaan layanan konseling kelompok dengan pendekatan behavior untuk mengurangi prokrastinasi siswa.

1.4.2 Manfaat Praktis

- a. Manfaat bagi siswa
Membantu siswa yang mengalami perilaku prokrastinasi sehingga dapat menyelesaikan tugas dengan baik.
- b. Manfaat bagi peneliti
Memberikan pengalaman bagi si penulis dalam penulisan karya ilmiah.
- c. Manfaat bagi guru
Memberikan masukan kepada guru tentang salah satu cara mengatasi perilaku prokrastinasi pada siswa adalah menggunakan layanan konseling kelompok dengan pendekatan behavior.

1.5 Batasan Penelitian

Agar dalam pelaksanaan lebih mengarah dan sesuai pada maksud dan tujuan penelitian maka dilakukan pembatasan masalah sebagai berikut :

- a. Penelitian dilakukan di daerah
- b. Penelitian dilakukan terhadap siswa

1.6 Spesifikasi Produk Yang di Harapkan

Berdasarkan latar belakang masalah, maka penelitian ini diharapkan dapat menghasilkan produk yang dikembangkan penelitian ini adalah model konseling

kelompok teknik *self- instruction* untuk mengurangi perilaku prokrastinasi akademik siswa.

1.7 Asumsi

Penelitian ini dilakukan dengan berpijak pada asumsi-asumsi sebagai berikut:

- a. Prokrastinasi harus dihindari atau dihilangkan karena dapat merugikan diri sendiri.
- b. Setiap individu memiliki kemampuan untuk dapat meningkatkan kemampuan dalam merencanakan dan menggunakan waktu semaksimal mungkin.

