

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Menunda-nunda penyelesaian suatu tugas terjadi pada semua orang termasuk para siswa. Menurut Wolter, prokrastinasi akademik terdiri dari tidak menyelesaikan tugas akademik pada waktu yang diinginkan atau menunda penyelesaian tugas hingga saat-saat terakhir (Permana, 2019). Siswa dalam menghadapi tugas-tugas sekolah seringkali muncul rasa malas, sehingga tugas tidak dapat diselesaikan sesuai dengan batas waktu yang diberikan. Kemalasan menyelesaikan tugas menyebabkan siswa menunda tugas yang seharusnya diselesaikan (Nafeesa, 2018).

Enam bidang prokrastinasi akademik yang setidaknya kerap dilakukan siswa adalah tugas menulis, tugas belajar, tugas membaca, tugas administrasi, kehadiran pada pertemuan kelompok belajar dan keterlambatan kegiatan akademik umum (Solomon dan Rothblum dalam Putri dan Sawitri, 2020). Suatu kegiatan dikatakan terlambat apabila memenuhi ciri-ciri sebagai berikut (1) dalam memulai atau menyelesaikan pekerjaan pada tugas yang akan datang, (2) keterlambatan dalam menyelesaikan tugas, dan (3) perbedaan waktu antara rencana dan pelaksanaan aktual (Permana, 2019). Dari ciri-ciri tersebut maka penundaan akademik dapat diketahui penyebabnya, antara lain rasa malas, mengantuk, tidak mampu mengatur waktu dengan baik, lebih memilih menghabiskan waktu bersama teman dan melakukan hal-hal yang menyenangkan dari pada hal-hal yang tidak menyenangkan seperti menonton televisi, jalan-jalan, dan bermain game. Selanjutnya siswa juga kurang memahami petunjuk tugas yang diberikan oleh guru, sehingga siswa tidak yakin harus mulai dari mana dan bagaimana menyelesaikan tugasnya dengan benar, dan siswa lebih memilih mengerjakan pekerjaan rumahnya di sekolah dengan cara mengamati pekerjaan temannya karena mereka merasa tidak dapat menyelesaikan sendiri tugas yang diberikan oleh guru (Kurniawati & Christiana, 2019).

Berdasarkan data dari berita www.kompasiana.com/mayangrengganis1631/5fe9a0a0d541df6f9b0ecb52/fenomena-prokrastinasi-di-kalangan-siswa-saat-masa-pandemi-covid-19 dampak negatif dari *pandemic* covid adalah siswa sering melewatkan pelajaran dikarenakan kendala sinyal sehingga terjadinya prokrastinasi akademik atau menunda-nunda tugas. Hal ini menandakan bahwa prokrastinasi akademik sudah terjadi dikalangan siswa. Berita tersebut diperkuat dengan penelitian Permana (2019), diketahui bahwa gambaran umum prokrastinasi di SMA Darul Falah cukup tinggi, terutama pada mata pelajaran IPA yang mencapai 144% dan untuk mata pelajaran IPS 147%. Kemudian dari penelitian Gracelyta & Harlina (2021) menunjukkan bahwa tingkat prokrastinasi siswa kelas XI di SMA Negeri 1 Martapura sebanyak 102 (63,35%) melakukan prokrastinasi. Selain itu penelitian Swara, Supardi & Yulianti (2020) di Kelas XI IPA SMA Negeri 11 Semarang dengan jumlah siswa 252 dalam 7 kelas. Menemukan skor total yaitu 81% atau sebanyak 203 siswa, di mana skor ini tergolong tinggi. Dan termasuk kategori yang sering menunda-nunda tugas sekolah/pekerjaan rumah (PR). Beberapa penelitian diatas menunjukkan bahwa perilaku prokrastinasi akademik sudah menyebar luas dikalangan siswa, baik di tingkat sekolah menengah pertama ataupun sekolah menengah atas.

Hasil wawancara dengan guru bimbingan dan konseling SMP Negeri Model Terpadu Bojonegoro yaitu Ema Ismi Fatimah, S.Sos, diketahui bahwa disekolah tersebut ada siswa yang melakukan prokrastinasi akademik, terjadi di jenjang kelas 8 dan 9 terutama di kelas D, dan E. Dan yang paling banyak melakukan prokrastinasi akademik yaitu siswa laki-laki, sedangkan tingkat prokrastinasi akademik disekolah tersebut tergolong sedang. Selain itu, Ema Ismi Fatimah, S.Sos juga menambahkan bahwa jenis tugas yang paling sering diprokrastinasi akademik adalah tugas menulis dan tugas belajar. Guru bimbingan dan konseling juga menyatakan bahwa prokrastinasi menyebabkan nilai siswa akan menurun.

Prokrastinasi akademik yang tidak segera ditangani akan menyebabkan orang gagal dalam akademik, mudah stres dan merasa tidak bahagia saat belajar (Putri & Sawitri, 2020). Selain itu, efek negatif prokrastinasi akademik adalah banyak waktu yang terbuang percuma, tugas-tugas terbengkalai bahkan menjadi

tidak maksimal karena tidak tepat waktu dan mematikan peluang yang ada (Swara, Supardi & Yulianti, 2020). Menurut Chu dan Choi dalam Triyono & Khairi (2018), kualitas bekerja dan hasil atau kinerjanya prokratinator menurun bahkan berimbas pada aspek fisik maupun psikologis para prokratinator itu sendiri.

Sebenarnya untuk mengatasi prokrastinasi ada banyak cara diantaranya dengan meningkatkan komunikasi interpersonal antara siswa dan guru (Putri and Sawitri, 2020). Dengan menawarkan kelas kelompok dengan teknik *self-management of research* (Swara, Supardi & Yulianti, 2020). Pada pelayanan BK di SMP Model Terpadu Bojonegoro, Ibu Ema Ismi Fatimah, S.Sos selaku guru bimbingan dan konseling memberikan layanan konseling individu setelah penanganan pertama yaitu bimbingan dari wali kelas sudah tidak mampu. Hal ini tentunya dirasa kurang efektif jika ada banyak siswa yang mengalami prokrastinasi sehingga diperlukan layanan lain.

Salah satu layanan bimbingan dan konseling lainnya yang dapat digunakan untuk menurunkan prokrastinasi akademik yaitu bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok adalah suatu cara membantu siswa dalam kegiatan kelompok yang bertujuan untuk mengembangkan keterampilan sosial, mendorong perkembangan perasaan, pikiran, keyakinan dan sikap yang mendukung terwujudnya perilaku yang efektif dan mencegah timbulnya masalah siswa (Swara, Supardi & Yulianti, 2020). Tujuan layanan bimbingan kelompok adalah untuk mendukung pengembangan pribadi dan sosial setiap anggota kelompok dan untuk meningkatkan kualitas kerja sama dalam kelompok untuk mencapai tujuan yang terkait dengan siswa yang berbeda (Aldina, 2018). Layanan bimbingan kelompok dilaksanakan melalui lima tahap yaitu 1) tahap pembentukan, 2) tahap peralihan, 3) tahap kegiatan, 4) tahap penyimpulan, dan 5) tahap penutupan (Putri, 2020).

Keefektifitasan dari bimbingan kelompok telah terbukti dari beberapa penelitian diantaranya untuk meningkatkan motivasi belajar (Sudarti, 2018). Kemudian untuk mengurangi perilaku menyontek siswa (Putri, 2020) dan meningkatkan kemandirian belajar siswa (Maiseptian et al, 2022). Serta untuk meningkatkan kecerdasan emosi siswa (Ulandari & Juliawati, 2019). Dalam memberikan layanan bimbingan kelompok, guru BK dapat menggunakan berbagai

teknik untuk meningkatkan keefektifitasannya. Salah satu teknik yang bisa digunakan dalam bimbingan kelompok adalah terapi film atau *cinema therapy*.

Cinema therapy adalah metode yang menggunakan film sebagai media dalam mengubah cara pandang individu. film akan membantu individu untuk memahami masalah yang belum terselesaikan sebelumnya yang mungkin mempengaruhi pandangan hidup mereka (Khoiriyati & Amalia, 2019). Selain itu, dalam *cinema therapy*, film dapat dijadikan sebagai simbolik model sehingga siswa dapat belajar mengamati perilaku tokoh, dan menjadikan tokoh dalam film tersebut sebagai *role model* mereka (Salomon dalam Manurung, Suryani & Nabilla, 2019).

Dengan begitu, siswa akan belajar tentang diri sendiri melalui film yang ditayangkan disesuaikan dengan masalah yang terjadi atau tentang situasi tertentu (Maretha, Susanti & Sari, 2020). Adapun masalah yang dapat diatasi melalui terapi film adalah motivasi, hubungan, depresi, kepercayaan diri, dll. Selain terselesaikan masalah, terapi film juga dapat meningkatkan motivasi dan semangat siswa (Manurung, Suryani & Nabilla (2019). Sehingga siswa dapat membuat perilaku baru, dan mempertahankan perilaku yang diinginkan dalam jangka waktu yang lama. Keefektifitasan teknik *cinema therapy* ini juga telah terbukti dari berbagai penelitian seperti meningkatkan motivasi belajar mahasiswa (Agustina, Yuliansyah & Auliah (2022), meningkatkan interaksi sosial antar teman (Normanita, Kurniawan & Nusantoro (2018) dan meningkatkan efikasi diri dalam penelitian (Sari, 2020). Selain itu, penelitian Permatasari & Nursalim (2019) meningkatkan motivasi belajar siswa kelas VIII SMPN 51 Surabaya.

Berdasarkan paparan di atas mengenai prokrastinasi akademik yang sudah terjadi dikalangan siswa diharapkan siswa mengetahui dampak buruk yang akan terjadi dan siswa dapat mengambil pesan dalam video dogeng yang ditayangkan nantinya, proses yang nantinya akan dilakukan berupa penyangan video mengenai prokrastinasi dengan teknik *cinem therapy* dilanjut dengan diskusi bersama untuk mencari jalan keluar dari masalah tersebut dengan layanan bimbingan kelompok, dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok teknik *cinema therapy* diharapkan dapat menurunkan perilaku prokrastinasi akademik. Oleh karena itu penulis tertarik membuat judul skripsi, **“Penerapan Bimbingan Kelompok**

dengan *Cinema Therapy Technique* untuk Menurunkan Prokrastinasi Akademik Siswa SMP Negeri Model Terpadu Bojonegoro”.

1.2 Rumusan Masalah

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

1. Bagaimana gambaran prokrastinasi akademik siswa SMP Negeri Model Terpadu Bojonegoro?
2. Bagaimana gambaran bimbingan kelompok di SMP Negeri Model Terpadu Bojonegoro?
3. Bagaimana keefektifan bimbingan kelompok teknik *cinema therapy* untuk menurunkan prokrastnasi akademik siswa SMP Negeri Model Terpadu Bojonegoro?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas maka tujuan penelitian ini adalah :

1. Untuk mendeskripsikan gambaran prokrastinasi akademik siswa SMP Negeri Model Terpadu Bojonegoro.
2. Untuk mendeskripsikan gambaran bimbingan kelompok di SMP Negeri Model Terpadu Bojonegoro.
3. Untuk menganalisis keefektifan bimbingan kelompok teknik *cinema therapy* untuk menurunkan prokrastnasi akademik siswa SMP Negeri Model Terpadu Bojonegoro.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis.

Penelitian ini di harapkan bermanfaat untuk menambah wawasan ilmu dan ketrampilan tentang teknik *cinema therapy*, bimbingan kelompok dan mengurangi prokrastinasi akademik siswa.

1.4.2 Manfaat Praktis.

1.4.2.1 Siswa

Hasil penelitian ini dapat mengurangi perilaku prokrastinasi siswa SMP.

1.4.2.2 Guru

Hasil penelitian ini dapat menjadi solusi bagi guru bimbingan konseling tentang melaksanakan bimbingan kelompok teknik *cinema therapy* untuk mengurangi prokrastinasi akademik siswa.

1.4.2.3 Pihak Sekolah

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai kualitas proses pembelajaran yang berlangsung di sekolah.

1.5 Batasan Penelitian

Guna memfokuskan penelitian ini maka masalah yang mana batasan tersebut meliputi:

1. Penelitian ini berfokus pada prokrastinasi akademik, bimbingan kelompok dan *cinema therapy technique*.
2. Penelitian ini ditujukan untuk siswa SMP Negeri Model Terpadu Bojonegoro.
3. Jenis penelitian ini adalah *quasi eksperimen* dengan *nonequivalent control group design*.

1.6 Asumsi Penelitian

Asumsi adalah dugaan atau andalan terhadap objek empiris untuk memperoleh pengetahuan, kemudian diperlakukan sebagai landasan bagi kegiatan penelitian (Prasetyo, 2022). 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 pada halaman 35.