

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan salah satu hal terpenting yang harus dilalui oleh semua anak di dunia, pendidikan sangat penting untuk kebutuhan dan kemajuan bangsa di masa depan. Sebagai objek pengajaran, siswa dituntut untuk melakukan kegiatan belajar, termasuk menyelesaikan tugas-tugas yang ditetapkan oleh guru. Menurut Dewi Salma Prawiradilaga, “Peserta didik atau pelajar adalah semua orang yang menempuh pendidikan dari Taman Kanak-Kanak sampai Sekolah Dasar sampai dengan Sekolah Menengah Atas, mahasiswa, peserta pelatihan dilembaga pendidikan pemerintah atau swasta” (dalam Firmansyah & Kardina, 2020). Dalam hal ini, siswa yang berhasil adalah siswa yang mampu memenuhi peran sebagai siswa, yaitu menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan oleh guru. Namun fenomena yang terjadi saat ini adalah masih banyak siswa yang sering menunda-nunda atau cenderung suka menunda-nunda. Kemudian berbicara terkait penundaan yang dilakukan siswa dalam proses belajar mengajar perilaku ini biasa di sebut dengan prokrastinasi akademik.

Menurut Ferrari, prokrastinasi akademik dapat diartikan sebagai perilaku di mana pekerjaan ditunda hingga deadline atau keesokan harinya. Kecenderungan ini mungkin tidak berdasar atau bermaksud baik, tetapi tidak terwujud (dalam Puswanti, 2014). Oleh karena itu, kita dapat menyimpulkan dari dua konsep yang berkaitan dengan prokrastinasi, yaitu perilaku yang

dilakukan oleh seorang individu dalam rangka menunda prokrastinasi suatu pekerjaan saat ini. Keterlambatan itu disebabkan dua faktor, internal dan eksternal. Faktor internal sendiri muncul dari kondisi fisik dan psikis individu, sedangkan faktor eksternal adalah kondisi lingkungan dan pola pendidikan, sehingga dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi tidak hanya disebabkan oleh dirinya sendiri tetapi juga oleh hal-hal lain.

Kemudian sebuah penelitian menunjukkan bahwa hampir separuh siswa di setiap kelas melakukan prokrastinasi akademik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa yang melakukan prokrastinasi akademik rata-rata sebanyak 23 orang melakukan kebiasaan menunda nunda tugasnya (Megiantara et al., 2014). Sedangkan penelitian lain yang dilakukan pada siswa akaselerasi dan reguler di SMP menyimpulkan bahwa tingkat prokrastinasi akademik kategori sangat tinggi (Novritalia & Maimunah, 2014). Dari penelitian yang telah dipaparkan di atas dapat disimpulkan bahwa setiap siswa di kelas pasti pernah mengalami prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas sekolahnya, hal ini terbukti dari penelitian yang peneliti lakukan untuk mengontrol perilaku prokrastinasi siswa.

Setelah pembahasan diatas terkait prokrastinasi akademik siswa dan faktor-faktor penyebab perilaku prokrastinasi siswa, maka sebelum itu terdapat juga faktor-faktor ideal yang mana harus dimiliki siswa agar tidak terjadi perilaku prokrastinasi tersebut yaitu yang pertama faktor internal keinginan diri sendiri atau semangat yang dimiliki dimana siswa harus memiliki semangat belajar serta mengerjakan tugas yang didapat untuk proses

studinya agar berjalan dengan baik serta mendapatkan hasil yang maksimal, kemudian faktor eksternal yakni adanya dukungan dari kedua orangtua agar lebih semangat untuk menjalankan proses belajarnya di sekolah serta dapat mencapai cita-citanya kelak, dan faktor lingkungan sekolah di mana fasilitas yang mendukung kemudian kinerja guru-guru yang baik serta menyenangkan agar dapat membangun semangat siswa dalam proses belajar di sekolah. Akan tetapi faktor ideal yang seharusnya ada tidak seperti kejadian yang terjadi saat ini yaitu seperti penelitian dibawah ini yang menyebutkan bahwa terdapat faktor penyebab prokrastinasi akademik peserta didik di sekolah. Ferrari mengemukakan faktor-faktor yang mempengaruhi keterlambatan akademik dikelompokkan menjadi faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi kondisi fisik dan psikis, faktor eksternal meliputi pola asuh, jenjang sekolah, reward and punishment, tugas yang terlalu banyak dan kondisi lingkungan (dalam Fauziah, 2015).

Hasil penelitian yang mendukung bahwa terdapat faktor penyebab prokrastinasi akademik siswa disekolah. Hasil penelitian menyatakan bahwa berdasarkan data penelitian kuantitatif, diantara faktor-faktor yang mempengaruhi kelas XI SMA Negeri Temanggung menyebabkan prokrastinasi akademik, faktor internal dan eksternal serta faktor lingkungan masyarakat diidentifikasi sebagai penyebab perilaku prokrastinasi (Candra et al., 2014). Dari analisis penelitian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa dari data secara keseluruhan menunjukkan semua indikator dalam faktor-faktor penyebab prokrastinasi akademik memengaruhi perilaku prokrastinasi siswa.

Lalu sejalan dengan penelitian diatas disini juga terdapat penelitian lain yang mendukung terkait dengan faktor-faktor penyebab prokrastinasi yang menyatakan bahwa penyebab munculnya perilaku prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh siswa kelas VIII di SMP Negeri 36 Batam, dengan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan teknik wawancara langsung terhadap subjek dan informan, melakukan observasi, dan dokumentasi. Kredibilitas data menggunakan metode triangulasi, selanjutnya analisis data dengan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Dua faktor internal (kurang konsentrasi, kesulitan mengatur waktu, malas, lelah, pelupa, dan kurang paham materi) diketahui menjadi akar penyebab prokrastinasi siswa, kemudian faktor dari luar diri yaitu (perceraian orangtua, dan *Labeelling*”suka menunda tugas” (Rofiqah & Marlinda, 2018). Dari pemaparan hasil penelitian diatas dapat disimpulkan bahwa faktor penyebab prokrastinasi akademik dikalangan siswa sama dengan penelitian lainnya, namun lebih tepat karena hanya 2 faktor penyebab munculnya perilaku prokrastinasi akademik yaitu faktor penyebab munculnya prokrastinasi akademik yaitu kondisi dalam diri dan keluarga. Teknik konseling kelompok kemudian dapat digunakan sehubungan dengan penundaan akademik siswa.

Dalam konseling kelompok ada konselor (bisa lebih dari satu orang) dan klien, yaitu anggota kelompok (minimal dua orang) (Puswanti, 2014). Pendapat lain kemudian mengatakan bahwa konseling kelompok pada dasarnya adalah layanan konseling perorangan yang dilakukan secara berkelompok. Dari sini dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok adalah

layanan konseling tentang masalah yang dapat dikelola untuk memecahkan masalah dengan bantuan orang-orang yang berpikiran sama.

Corey menjelaskan bahwa pemahaman konseling kelompok harus dilakukan melalui pendekatan yang integratif dan elektif. Integrasi teoretis harus memperkaya mata kuliah dalam interaksi dengan perspektif lain, sehingga konseling tidak berkembang secara mandiri dan terpisah, tetapi terintegrasi dengan asas-asas ilmiah lainnya. Dari perspektif multikultural, konseling kelompok menangani masalah nilai, keyakinan, dan perilaku dalam komunitas tertentu. Kesadaran budaya meliputi usia, jenis kelamin, orientasi seksual, agama dan status sosial ekonomi. Perspektif budaya menjadi orientasi kelompok yang penting karena latar belakang budaya mempengaruhi sikap dan perilaku anggota kelompok (dalam Sanyata, 2010).

Di dalam teknik konseling kelompok, digunakan pula cara untuk mereduksi perilaku tersebut yakni menggunakan *self management*. Menurut Cormier *self management* adalah (pengelolaan diri) merupakan suatu strategi pengubahan perilaku yang dalam prosesnya konseli mengarahkan perubahan perilakunya sendiri dengan suatu teknik atau kombinasi teknik teurapetik (dalam Alamri, 2015). Sedangkan menurut pendapat Suhartini & Makhfud *self management* adalah suatu prosedur yang menuntut seseorang untuk mengarahkan atau mengatur tingkah lakunya sendiri (dalam Ulfa & Suarningsih, 2018). Oleh karena itu dapat disimpulkan dari kedua pendapat diatas bahwa teknik *self management* didalam konseling kelompok adalah

usaha untuk mengubah tingkah laku konseli dengan cara mereka sendiri agar lebih baik lagi tanpa ada paksaan dari pihak lain.

Mengacu pada pembahasan di atas mengenai efektivitas *self-management* dalam menurunkan prokrastinasi akademik siswa, terdapat tujuh konsep dasar *self-management*, yaitu: Pertama, proses perubahan perilaku menggunakan satu atau lebih strategi melalui manajemen perilaku internal dan eksternal individu; Kedua, penerimaan individu terhadap program perubahan perilaku merupakan prasyarat tumbuhnya motivasi individu. Ketiga, komitmen individu sebagai agen perubahan sangat penting; keempat generalisasi dengan tetap mempertahankan garis bawah mendorong individu untuk bertanggung jawab menerapkan strategi dalam kehidupan sehari-hari; Lima perubahan dapat dilakukan dengan mengajar individu untuk menggunakan keterampilan pemecahan masalah; keenam, biarkan individu dengan lembut menempatkan diri mereka dalam situasi yang mencegah perilaku yang ingin mereka hapuskan dan belajar bagaimana mencegah terjadinya perilaku atau masalah yang tidak diinginkan; dan terakhir, individu dapat mengendalikan pikiran, perasaan, dan tindakannya untuk mendorong perasaan tentang hal-hal yang tidak baik dan memperkuat hal-hal yang baik dan benar (Suwanto, 2016).

Kemudian terkait dengan informasi yang saya dapatkan melalui *personal chat Wathsapp* dengan guru bimbingan dan konseling disana yaitu di SMP Muhammadiyah 2 kalasan pada tanggal 20 November 2021 bahwasanya terdapat juga siswa yang melakukan prokrastinasi akademik di sekolah

tersebut dan guru bimbingan dan konseling disana juga mengatakan bahwa siswa yang melakukan prokrastinasi akademik perlu diberikan bantuan agar dapat mengurangi perilaku tersebut karena dapat merugikan dirinya sendiri dan proses akademiknya.

Berdasarkan pemaparan di atas, peneliti melakukan kajian tentang prokrastinasi akademik pada siswa kelas VIII SMP Muhammadiyah 2 Kalasan, kemudian diharapkan hasil penelitian ini nantinya dapat dijadikan acuan atau acuan dalam informasi sebagai tindakan preventif. Oleh karena itu, peneliti berencana untuk melakukan penelitian tentang keefektifan teknik self-management konseling kelompok untuk mengurangi prokrastinasi akademik pada siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 2 Kalasan.

B. Identifikasi Masalah

1. Peserta didik melakukan prokrastinasi dalam penyelesaian tugasnya.
2. Siswa dalam mengerjakan tugas-tugasnya secara tepat waktu masih rendah.
3. Layanan bimbingan konseling masih sangat dibutuhkan dalam penanganan perilaku prokrastiasi akademik di sekolah.
4. Banyak faktor penyebab terjadinya prokrastinasi akademik siswa.
5. Teknik *self management* digunakan dalam konseling kelompok untuk mereduksi prokrastinasi akademik siswa.

C. Pembatasan Masalah

1. Mengetahui efektif atau tidak layanan konseling kelompok *self management* untuk mengurangi perilaku prokrastinasi akademik siswa di sekolah.
2. Mengetahui penanganan yang tepat untuk perilaku prokrastinasi akademik siswa.

D. Rumusan Masalah

“Apakah konseling kelompok teknik *self management* efektif dalam mereduksi prokrastinasi akademik siswa?”

E. Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui keefektifan hasil dari penggunaan layanan konseling kelompok teknik *self management* dalam mengurangi prokrastinasi akademik siswa.

F. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis
 - a. Hasil penelitian ini diharapkan nantinya dapat digunakan sebagai bahan bacaan mengenai informasi yang dapat menambah pengetahuan pembaca.
 - b. Kemudian dapat menjadi tambahan ilmu bagi pembaca.
2. Secara praktis
 - a. Dapat membantu guru bk dalam menangani permasalahan siswa terkait prokrastinasi.

- b. Dapat digunakan sebagai contoh atau gambaran bagi siswa bahwa prokrastinasi sangat merugikan dirinya sendiri.
- c. Kemudian bagi peneliti sendiri yaitu dapat menambah pengalaman baru secara langsung terkait penyelesaian masalah prokrastinasi akademik siswa di sekolah, agar nantinya ketika terjun langsung menjadi guru Bimbingan dan Konseling di sekolah peneliti telah mendapatkan pengalaman untuk menangani permasalahan yang sama.
- d. Peneliti selanjutnya

Untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan Bimbingan dan Konseling teknik *self management* dengan inovasi terbaru agar mendapatkan hasil yang lebih optimal.