

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Perkembangan dunia pendidikan diikuti oleh berbagai masalah dalam pendidikan, salah satunya indikator mutu pendidikan. Pada tingkat pendidikan wajib belajar 12 tahun, indikator mutu pendidikan tidak hanya melihat pada nilai yang diperoleh siswa melalui buku laporan nilai, melainkan juga sikap dan perilaku siswa. Undang-undang tentang Sistem Pendidikan Nasional no 20 tahun 2003 pasal 3 tentang pendidikan nasional telah menjelaskan tuntutan bagi seorang siswa, yaitu memiliki pengetahuan yang luas, berakhlak mulia, mandiri dan bertanggung jawab. Tuntutan tersebut dapat tercapai dengan cara belajar, karena dengan belajar akan didapatkan pengetahuan atau informasi baru yang dapat memberikan perubahan pada pelakunya (Daharnis, Nitami & Yusri, 2015: 1)

Pemerintah sedang melakukan pembangunan disegala bidang termasuk dalam bidang ilmu pengetahuan, pendidikan, dan teknologi. Dewasa ini, teknologi berkembang dengan sangat pesat. Perkembangan tersebut memiliki dampak positif dan negatif yang besar terhadap kehidupan manusia. Salah satu dampak negatif dari globalisasi adalah timbulnya pola hidup yang cenderung hanya mengejar kebutuhan lahiriyah saja. Dampak negatif ini dialami oleh sebagian dari anak-anak usia remaja.

Dengan kata lain, dampak negatif tersebut juga dialami oleh siswa sebagai anak yang tergolong pada usia remaja, seperti meningkatnya kecenderungan siswa

menunda-nunda pekerjaan dengan melakukan kegiatan yang kurang bermanfaat di luar kegiatan akademik. Fenomena tersebut ditunjukkan dengan kebiasaan siswa yang menghabiskan waktu berjam-jam menonton televisi, mengakses jejaring sosial, bermain game *online*, dan mengakses situs-situs dewasa sebelum mereka belajar. Siswa lebih senang melakukan kegiatan-kegiatan di luar akademik yang kurang bermanfaat daripada mengerjakan tugas-tugas sekolah, mengulang pelajaran yang telah diberikan dan belajar untuk persiapan pelajaran esok hari (Alhadi, Munawaroh & Saputra, 2017).

Fenomena penundaan terhadap kegiatan yang seharusnya dikerjakan tepat waktu seperti disebutkan di atas dikenal dengan prokrastinasi. Istilah Prokrastinasi berasal dari bahasa Latin *Procrastination* dengan awalan “pro” yang berarti mendorong maju atau bergerak maju dan akhiran “*crastinus*” yang berarti keputusan hari esok jika digabungkan menjadi “menangguhkan” atau “menunda sampai hari berikutnya” (Ghufron, 2003).

Dalam konteks akademik, penundaan tersebut disebut sebagai prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik sebagai penundaan terhadap tugas-tugas akademik seperti menulis makalah, mempersiapkan ujian, membaca untuk menyelesaikan tugas, melakukan administrasi terhadap tugas-tugas, kehadiran dalam kelas, dan menyelesaikan tugas akademik (Solomon & Rothblum, 1984).

Sedangkan menurut Silver (Ghufron & Risnawati 2014:151) menjelaskan bahwa “seseorang yang melakukan prokrastinasi tidak bermaksud untuk menghindari atau tidak mau tahu dengan tugas yang dihadapi. Akan tetapi, mereka hanya menunda-nunda untuk mengerjakannya sehingga menyita waktu yang dibutuhkan untuk

menyelesaikan tugas. Penundaan tersebut menyebabkan dia gagal untuk menyelesaikan tugas.” Terdapat beberapa penelitian tentang prokrastinasi akademik yang sudah pernah dilakukan sebelumnya. Sekitar 25% sampai 75% pelajar memiliki masalah prokrastinasi akademik (Ferrari, Keane, Wolfe & Beck, 1998). Penelitian di salah satu Sekolah Menengah Atas Kota Tangerang menunjukkan bahwa 43,70% siswa memiliki tingkat prokrastinasi tinggi dan 56,30% lainnya memiliki prokrastinasi akademik rendah (Utaminingsih & Setyabudi, 2012).

Prokrastinasi akademik akan menjadi masalah serius jika menjadi strategi yang sama bagi setiap siswa dalam mengerjakan tugas. Perilaku menunda tugas akan mengganggu proses belajar siswa, karena dengan tindakan ini siswa cenderung belajar tidak maksimal karena kurangnya waktu. Ferrari (dalam Tjundjing, 2006) menyebutkan prokrastinasi memunculkan konsekuensi negatif terhadap siswa yang melakukannya, antara lain: meningkatnya jumlah absen di kelas, tugas-tugas menjadi terbengkalai, menghasilkan tugas yang kurang maksimal, waktu menjadi terbuang sia-sia, bahkan berdampak pada penurunan prestasi akademik. Dalam hal prestasi akademik, prokrastinator cenderung memperoleh nilai akademik rendah dan rata-rata kondisi kesehatan yang kurang baik.

Prokrastinasi juga akan berpengaruh terhadap emosi siswa, ketika siswa sadar bahwa dia melakukan prokrastinasi, maka mereka mengalami berbagai perasaan dalam dirinya diantaranya adalah rendah hati, mengutuk diri, rasa bersalah, mengalami ketegangan, kepanikan dan kecemasan dalam diri sepanjang waktu pengerjaan tugas, maka jumlah kesalahan tinggi dikarenakan individu mengerjakan dalam waktu yang sempit. Di samping itu, sulit berkonsentrasi karena ada perasaan

cemas, sehingga motivasi belajar dan kepercayaan diri menjadi rendah. Perilaku yang tidak baik ini jika tidak ditangani dengan serius akan berkembang terus menerus dilingkungan sekolah.

Studi pendahuluan di SMA Negeri 1 Stabat menggunakan observasi dan wawancara kepada guru dan siswa. Hasil wawancara dengan guru BK di SMA Negeri 1 Stabat, mengatakan bahwa sebagian siswa memiliki disiplin belajar yang rendah dalam menyelesaikan tugas dan menyebabkan tugas yang diberikan tidak dapat disiapkan dengan bersikap menunda-nunda., Mereka merasa kesulitan menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru dan memilih untuk menyelesaikannya pada keesokan harinya dengan teman-teman sekelasnya sebelum kelas dimulai.

Sedangkan hasil dari wawancara dengan wali kelas SMA Negeri 1 Stabat, mengatakan bahwa banyak siswa menunda-nunda tugas yang telah diberikan oleh guru salah satunya siswa yang bersangkutan malas untuk mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru, Jika ditanya alasan, maka mereka akan memberikan alasan yang tidak logis. kurangnya pengetahuan yang dimiliki oleh siswa juga menjadi faktor yang menyebabkan siswa menunda-nunda tugasnya, serta kurangnya perhatian dan motivasi orang tua terhadap sekolah yang dijalani oleh siswa.

Dari hasil survey yang dilakukan peneliti terhadap siswa kelas X MIA 1 yang berjumlah 36 siswa diketahui bahwa 72% siswa pernah melakukan prokrastinasi, sisanya 28% siswa menaati jadwal belajar dengan tepat waktu. Jika hal ini terus-menerus dibiarkan dan tidak dibantu, maka akan berpengaruh terhadap keberhasilannya dimasa yang akan datang.

Dengan kondisi ini maka peneliti memandang perlu untuk merancang sebuah perlakuan terhadap prokrastinasi akademik yang mereka miliki dengan menggunakan teknik *self management* pada diri siswa.

Menurut Sukadji, *Self management* atau pengelolaan diri adalah prosedur dimana individu mengatur prilakunya sendiri. Pada tehnik ini individu terlibat pada beberapa atau keseluruhan komponen dasar yaitu: menentukan perilaku sasaran, memonitor perilaku tersebut, memilih prosedur yang akan ditetapkan, melaksanakan dan mengevaluasi prosedur tersebut. Dengan kata lain, *Self management* merupakan kemampuan yang dimiliki seorang individu untuk mengontrol dirinya baik dari segi emosi, perilaku, bahkan untuk merubah stimulus. Penggunaan teknik ini diharapkan agar konseli (siswa) dapat mengatur, memantau dan mengevaluasi dirinya sendiri untuk mendapatkan perubahan kebiasaan yang dikehendaki (Komalasari, wahyuni & karsih, 2016: 180)

Menurut Sukadji masalah-masalah yang dapat ditangani dengan menggunakan tehnik *self management* (pengelolaan diri) di antaranya adalah: perilaku yang berkaitan dengan orang lain, tetapi mengganggu orang lain dan diri sendiri; Perilaku yang sering muncul tanpa diprediksi waktu kemunculannya, sehingga kontrol dari orang lain menjadi kurang efektif; Perilaku sasaran berbentuk verbal dan berkaitan dengan evaluasi diri dan kontrol diri dan; Tanggung jawab atas perubahan atau pemeliharaan tingkah laku adalah tanggung jawab konseli ((Komalasari, wahyuni & karsih, 2016: 181)

Dengan kondisi ini maka teknik *self management* dirasa cocok dan dapat digunakan untuk mengurangi prokrastinasi siswa, dikarenakan jika terus meningkat

maka akan berpengaruh terhadap prestasi belajar siswa, yaitu prestasi belajar siswa akan menjadi rendah, tidak tercapainya perkembangan potensi dengan baik, sehingga bisa saja peserta didik tidak naik kelas.

Untuk melihat pengaruh penggunaan teknik *self management* terhadap prokrastinasi siswa maka peneliti melakukan penelitian dengan judul “**Pengaruh Konseling Kelompok Teknik *Self Management* terhadap Pengurangan Prokrastinasi Akademik Siswa kelas X SMA Negeri 1 Stabat Tahun Ajaran 2017/2018**”.

1.2. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang masalah yang terdapat diatas, maka identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Siswa tidak mengumpulkan tugas tepat pada waktunya
2. Siswa menunda – nunda dalam mengerjakan tugas – tugas akademik
3. Siswa lebih memilih untuk melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan
4. Rendahnya tanggungjawab siswa terhadap tugas – tugas akademik

1.3. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “apakah ada pengaruh konseling kelompok dengan teknik *self- management* terhadap pengurangan prokrastinasi akademik siswa kelas X SMA Negeri 1 Stabat Tahun Ajaran 2017/2018”.

1.4 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah “untuk mengetahui pengaruh pemberian konseling kelompok dengan teknik *Self-management* terhadap pengurangan prokrastinasi akademik siswa kelas X SMA Negeri 1 Stabat Tahun Ajaran 2017/2018”.

1.5. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian terbagi menjadi dua yaitu manfaat konseptual dan praktis:

a. Manfaat Praktis

1) Sekolah

Penelitian ini diharapkan memberi masukan yang bermanfaat bagi sekolah dan memperbaiki kinerja guru BK dalam menyusun program layanan bimbingan untuk mengatasi prokrastinasi akademik siswa.

2) Konselor

Melalui penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan acuan sebagai dasar dalam menyusun program layanan bimbingan untuk mengatasi prokrastinasi akademik siswa

3) Siswa

Penelitian ini diharapkan dapat berguna sebagai bahan masukan untuk membantu siswa dalam meningkatkan tanggungjawab terhadap tugas-tugas akademik

4) Peneliti

Melalui penelitian ini diharapkan dapat menambah pengalaman dan keterampilan peneliti mengenai cara mengurangi prokrastinasi akademik.

b. Manfaat Konseptual

- 1) Hasil penelitian diharapkan dapat mengembangkan ilmu pengetahuan dibidang pendidikan khususnya di bidang ilmu bimbingan dan konseling mengenai konseling kelompok
- 2) Hasil penelitian diharapkan dapat mengembangkan ilmu Bimbingan dan Konseling, khususnya yang berkaitan dengan konseling kelompok teknik self management terhadap prokrastinasi akademik.
- 3) Bahan informasi dan khasanah keilmuan dalam menangani prokrastinasi akademik dengan konseling kelompok teknik *self-management* pada siswa di sekolah.