

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada saat ini *prokrastinasi* sudah menjadi fenomena di kalangan umum dan menjadi perilaku yang tidak baik dalam kehidupan sehari-hari. Fenomena penunda-nundaan pekerjaan juga mulai terlihat di lingkungan sekolah. Perilaku yang tidak baik ini jika ditangani dengan serius akan terus menerus berkembang di lingkungan sekolah.

Hal ini nyata dengan pendapat, Waston (Ghufron & Risnawati 2014:151) mengemukakan bahwa "*prokrastinasi* berkaitan dengan takut gagal, tidak suka pada tugas yang diberikan, menentang dan melawan control. Juga memiliki sifat ketergantungan dan kesulitan dalam membuat keputusan."

Dari kutipan diatas dapat dijelaskan bahwa fenomena penundaan pekerjaan terlihat dari lingkungan sekolah. Perilaku yang tidak baik ini jika tidak ditangani dengan serius akan berkembang terus menerus di lingkungan sekolah. Hal ini akan menyebabkan prestasi belajar siswa menurun dan siswa mengalami kesulitan dalam membuat keputusan.

Brown dan Holzam (Ghufron & Risnawati 2014:151) mengatakan bahwa "Pada kalangan ilmuan, istilah *prokrastinasi* digunakan untuk menunjukkan suatu kecenderungan menunda-nunda penyelesaian suatu tugas atau pekerjaan".

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.”

Kutipan diatas dapat dijelaskan, perilaku menunda-nunda pekerjaan bukan menghindari tugas yang harus diselesaikan. Tetapi mereka mengambil waktu yang begitu lama dalam memulainya sesuatu pekerjaan dan menyebabkan seseorang itu gagal dalam mengatur waktu untuk menyelesaikan tugas pada tepat waktu.

Menurut Ferrari (Ghufron & Risnawati,2014:153) menjelaskan bahwa pengertian prokrastinasi dapat dipandang dari berbagai batasan tertentu, antara lain (1) prokrastinasi hanya sebagai perilaku penundaan, yaitu setiap perbuatan untuk menunda dalam mengerjakan suatu tugas disebut sebagai prokrastinasi,tanpa permasalahan tujuan serta alasan penundaan; (2) prokrastinasi sebagai suatu kebiasaan atau pola perilaku yang dimiliki individu yang mengarah kepada *trait*, penundaan yang dilakukan seseorang dalam menghadapi tugas, biasanya disertai oleh adanya keyakinan-keyakinan yang irasional, (3) prokrastinasi sebagai suatu *trait* kepribadian, dalam pengertian ini prokrastinasi tidak hanyasebuah perilaku penundaan saja, tetapi merupakan trait yang melibatkan komponen-komponen perilaku maupun struktur mental lain yang saling terkait yang dapat diketahui secara langsung maupun tidak langsung.

Dari beberapa kutipan di atas dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi dijelaskan sebagai suatu penundaan tugas-tugas yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang, dengan melakukan aktivitas lain yang tidak diperlukan dalam pengerjaan tugas.

Berdasarkan dari hasil wawancara dengan guru BK di SMA Negeri 6 Medan,”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 6 Medan, “banyak menunda-nunda tugas yang telah diberikan oleh guru salah satunya siswa yang bersangkutan malas untuk mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru, kurangnya pengetahuan yang dimiliki oleh siswa juga menjadi faktor yang menyebabkan siswa menunda-nunda tugasnya, kurangnya sarana-prasarana dari pihak sekolah, setelah melakukan kegiatan sekolah siswa ada yang sambil bekerja, serta kurangnya perhatian dan motivasi orang tua terhadap sekolah yang dijalani oleh siswa.”

Banyak siswa yang cenderung mencontek teman sekelas bahkan diantara mereka tidak sedikit yang memilih untuk tidak masuk sekolah dikarenakan takut dihukum atau pun dikenakan denda sesuai dengan kesepakatan dari guru mata pelajaran. Jika hal ini terus-menerus dibiarkan dan tidak dibantu, maka akan berpengaruh terhadap keberhasilannya dimasa yang akan datang. Oleh karena itu, konselor harus melakukan upaya dalam meminimalisir perilaku prokrastinasi agar siswa mampu mengerjakan tugas dengan baik dan tepat waktu.

Fenomena diatas sesuai dengan hasil yang diteliti. Salah satu cara untuk menerapkan perubahan prokrastinasi dilingkungan sekolah adalah melalui layanan bimbingan dan konseling. Pelayanan bimbingan dan konseling dijadikan sebagai salah satu cara untuk meningkatkan perubahan prokrastinasi dilingkungan sekolah bagi para siswa. Salah satu layanan yang dapat digunakan dalam upaya untuk meningkatkan kepedulian terhadap lingkungan sekolah adalah layanan bimbingan kelompok.

Menurut Shertzer dan Stone (Winkel & Hastuti, 2007:590) “konseling kelompok adalah suatu proses antar pribadi yang dinamis, yang terpusat pada pemikiran dan perilaku yang disadari”.

Ohlesen (Wibowo,2005:18) menyatakan “konseling kelompok 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.

Menurut Gazda (Wibowo, 2005:19) juga menyatakan bahwa “konseling kelompok adalah suatu proses antarpribadi yang dinamis yang terpusat pada pemikiran dan perilaku yang sadar dan melibatkan fungsi-fungsi terapi seperti sifat permisif, berorientasi pada kenyataan, katarsis, saling mempercayai, saling memperlakukan dengan mesra, saling pengertian, saling menerima dan mendukung”.

Sedangkan konseling kelompok menurut Prayitno dan Erman Amti (2009:311) adalah “layanan konseling perorangan yang dilaksanakan dalam suasana yang diusahakan dalam suasana kelompok dalam suasana yang hangat, terbuka, permisif dan penuh keakraban.

Dari defenisi konseling dari para ahli diatas, maka dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok bantuan yang diberikan oleh seorang konselor kepada klien (anggota kelompok) yang memanfaatkan dinamika kelompok untuk membantu pemahaman tentang diri sendiri dan hubungan dengan orang lain.

Pendekatan realitas, Corey (2010:263) mengemukakan bahwa adalah suatu sistem yang difokuskan pada tingkah laku sekarang. Terapis berfungsi sebagai

guru dan model serta mengonfrontasikan klien dengan cara-cara yang bisa membantu klien menghadapi kenyataan dan memenuhi kebutuhan-kebutuhan dasar tanpa merugikan dirinya sendiri ataupun orang lain. Tujuan terapi ini ialah membantu seseorang untuk mencapai otonomi.

Terapi Realitas, Corey (2010:264) adalah suatu bentuk modifikasi tingkah laku karena dalam penerapan-penerapan institusionalnya, merupakan tipe pengkondisian operan yang tidak ketat. Glasser mengembangkan terapi realitas dan meraih popularitasnya karena berhasil menerjemahkan sejumlah konsep modifikasi tingkah laku ke dalam model praktek yang relatif sederhana dan tidak berbelit-belit.

Teknik Pendekatan Realita diharapkan tepat untuk mengatasi prokrastinasi akademik karena pesan yang di mainkan sesuai dengan masalah yang di alaminya dan dampak negatif dapat dipaparkan sehingga menjadi upaya penyadaran bagi siswa yang bersangkutan.

Berdasarkan fenomena tersebut maka peneliti merasa perlu diadakan penelitian eksperimen dengan judul "*Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Realita Terhadap Perubahan Perilaku Prokrastinasi Pada Siswa SMA Negeri 6 Medan Tahun Ajaran 2015/2016*".

B. Identifikasi Masalah

Sesuai dengan judul dan latar belakang masalah, penulis mengidentifikasi masalah yang muncul dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Siswa lebih suka untuk menunda pekerjaan atau tugas-tugasnya
2. Siswa berpendapat lebih baik mengerjakan nanti daripada sekarang, dan dengan menunda tugas yang diberikan oleh guru bukan satu masalah.

3. Siswa terus mengulangi perilaku prokrastinasi.
4. Siswa akan kesulitan mengambil keputusan atas mengerjakan tugas.

C. Batasan Masalah

Untuk memperjelas masalah yang akan diteliti, maka perlu kiranya dilakukan pembatasan masalah dalam penelitian ini agar lebih jelas dan terarah, adapun masalah yang akan diteliti dibatasi pada " Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Realitas Terhadap Perubahan Perilaku Prokrastinasi Pada Siswa SMA Negeri 6 Medan Tahun Ajaran 2015/2016 ".

D. Perumusan Masalah

Dirumuskan masalah sebagai berikut:

1. "Apakah ada tingkat prokrastinasi di sekolah SMA Negeri 6 Medan tahun ajaran 2015/2016?"
2. "Apakah ada pengaruh layanan konseling kelompok dengan pendekatan realitas terhadap perubahan perilaku prokrastinasi pada siswa SMA Negeri 6 Medan tahun ajaran 2015/2016 ?".

E. Tujuan Penelitian

Adapun Tujuan Penelitian yang dilakukan peneliti adalah untuk mengetahui ada:

1. Mengetahui tingkat prokrastinasi sekolah SMA Negeri 6 Medan tahun ajaran 2015/2016.
2. Mengetahui Pengaruh Pemberian Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Realita Terhadap Perubahan Perilaku Prokrastinasi di SMA Negeri 6 Medan Tahun Ajaran 2015/2016.

F. Manfaat Penelitian

Dengan tercapainya tujuan penelitian, maka diharapkan penelitian ini bermanfaat untuk :

1. Manfaat Teoritis

- a. Menambahkan pengetahuan dan wawasan serta teori tentang konseling kelompok dengan pendekatan realita untuk mengatasi prokrastinasi siswa.
- b. Hasil penelitian ini sebagai alternatif untuk meminimalisir terjadinya penundaan kegiatan belajar siswa.
- c. Sebagai bahan dan sumber referensi bagi penelitian lain yang akan melakukan penelitian dibidang yang sama.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi siswa, sebagai bekal untuk bertingkah laku yang baik. Dapat menambah pengalaman dan wawasan untuk kehidupannya serta mampu menghadapi rintangan tugas secara optimal.
- b. Bagi guru BK, sebagai program perencanaan bimbingan dan konseling di sekolah sekaligus sebagai ilmu pengetahuan dalam mengembangkan pelaksanaan program bimbingan dan konseling disekolah.
- c.. Bagi peneliti selanjutnya, segala bahan referensi tentang perilaku prokrastinasi dapat digunakan untuk mengembangkan karya tulis dimasa yang akan datang seperti buku Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling dari Prayitno, buku Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi dari Gerald Corey, buku Teori-teori Psikologi dari M.N Ghuftron, dan Jurnal Prokrastinasi <http://epirintis.uny.ac.id/article/prokrastinasi.pdf>.