

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Rangkaian interaksi antar stimulus baik pikiran, perasaan, gerakan maupun respon diperoleh dengan adanya proses pembelajaran. Belajar ialah suatu hal yang harus dilakukan oleh setiap individu, terutama peserta didik. Peserta didik yang berhasil dalam belajar dipengaruhi oleh proses kegiatan yang efektif dan efisien. Salah satu hal yang paling berpengaruh bagi proses pembelajaran ialah tingkah laku belajar peserta didik. Seperti yang dikemukakan oleh Roestiah (Triyono, 2018) bahwa pembelajaran yang efisien dilakukan dengan penggunaan strategi dan metode yang tepat, seperti manajemen waktu belajar yang tepat baik belajar di kelas, di rumah, berkelompok maupun belajar mandiri. Kesadaran dan tanggung jawab peserta didik mampu mewujudkan tingkah laku belajar yang efektif. Perilaku tersebut mampu mempengaruhi keberhasilan peserta didik dalam meraih prestasi belajar yang optimal.

Prestasi dalam belajar merupakan suatu keterampilan yang dapat diukur secara nyata baik wawasan, sikap maupun potensi sebagai hubungan antara subjek dan objek selama pelaksanaan kegiatan belajar. Winkel (Ivonne, 2020) juga berpendapat bahwa prestasi belajar ialah sebuah bukti dari keterampilan peserta didik dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran. Seorang peserta didik dapat dikatakan berhasil apabila memperoleh prestasi belajar yang optimal. Untuk meraih hasil dan prestasi belajar tersebut diperlukan ketekunan dalam belajar. Selain itu, peserta didik juga dituntut untuk mampu belajar secara mandiri. Hal ini sangat bergantung pada upaya manajemen belajar peserta didik di rumah maupun

di sekolah. Kemampuan belajar secara mandiri adalah suatu karakter yang harus dimiliki oleh individu untuk membentuk dan mengembangkan potensi belajarnya dalam kehidupan sehari-hari. Dimana, pelaksanaan kegiatan belajar harus sesuai dengan strategi yang telah disusun. Strategi belajar secara mandiri mempunyai tujuan dalam membentuk inisiatif dalam diri, bersikap mandiri dalam belajar, serta mampu mengembangkan diri. Kegiatan belajar secara mandiri dapat diterapkan dengan teman, senior, kelompok belajar dan sebagainya. Adapun prinsip dasar dari kegiatan belajar secara mandiri ialah menekankan pada tiap peserta didik untuk berpartisipasi secara aktif, serta mampu bersikap mandiri dalam kegiatan belajar baik di kelas maupun di rumah. Penerapan prinsip dasar tersebut akan mampu membentuk peserta didik yang bertanggung jawab dalam menentukan keputusan secara tepat.

Pembelajaran yang aktif memungkinkan para peserta didik untuk selalu mengerjakan dan menyelesaikan tugas akademik. Para peserta didik mempunyai kewajiban untuk mengikuti berbagai ujian dan ulangan di kelas. Sama halnya dengan mata pelajaran tertentu, peserta didik wajib untuk mengerjakan berbagai tugas sesuai batas waktu yang ditetapkan oleh guru. Seluruh tugas yang diberikan oleh guru harus diselesaikan secara tepat waktu. Setiap peserta didik memiliki strategi untuk menyelesaikan tugas akademik yang berbeda-beda. Terdapat dua jenis strategi yang akan diterapkan oleh peserta didik, yaitu: mengerjakan tugas sebelum batas waktu dan menunda-nunda penyelesaian tugas sampai mendekati batas waktu. Tindakan menunda-nunda penyelesaian tugas adalah suatu tanda pada individu yang tidak mampu dalam manajemen waktu secara efisien. Sikap tersebut mengakibatkan munculnya berbagai hambatan dan kesulitan bagi

peserta didik dalam proses pembelajaran. Perilaku menunda-nunda merupakan suatu penyebab munculnya kegagalan untuk mewujudkan potensi yang optimal pada peserta didik (Fikrotul, 2019).

Pada saat ini, perilaku menunda-nunda sudah sering terjadi pada peserta didik. Sebagian besar peserta didik lebih suka menghabiskan waktu untuk bermain daripada menyelesaikan tugas akademik. Hal ini dibuktikan dari kebiasaan buruk yang dilakukan oleh peserta didik seperti begadang, jalan-jalan ke pusat perbelanjaan, menonton televisi sampai berjam-jam, kecanduan *game online* dan lain sebagainya. Artinya, peserta didik tidak mampu memanfaatkan waktu dengan baik. Beberapa kebiasaan tersebut menyebabkan banyaknya waktu yang terbuang, tugas utama sering diabaikan serta penyelesaian tugas yang tidak maksimal. Hal ini memungkinkan timbulnya hambatan dan kegagalan dalam meraih prestasi yang optimal (Irma, 2014).

Kebiasaan menunda-nunda penyelesaian tugas akademik dikenal dengan istilah prokrastinasi akademik. Sedangkan peserta didik yang bertingkah laku prokrastinasi akademik disebut dengan prokratinator. Prokrastinasi akademik ialah suatu kegiatan menunda penyelesaian tugas hingga beberapa waktu kedepan akibat dari tugas yang sulit, tidak menyenangkan dan kurang menarik. Lalu, Erde (Thakkar, 2009) juga berpendapat bahwa prokrastinasi ialah suatu penundaan tugas yang sudah direncanakan sebelumnya. Selain itu, Gufron & Risnawati (Triyono, 2018) mengatakan bahwa definisi prokrastinasi akademik adalah sebuah aktivitas menunda penyelesaian tugas akademik dengan mengerjakan kegiatan lain yang tidak penting.

Peserta didik cenderung melakukan prokrastinasi akademik (penundaan penyelesaian tugas) yang mengakibatkan timbulnya rasa cemas apabila tugas tidak dapat diselesaikan. Pada kenyataannya, peserta didik menyadari bahwa perilaku menunda-nunda tugas akademik dapat menimbulkan dampak yang negatif pada diri sendiri. Miligram (Syahrin, 2019) menjelaskan bahwa prokrastinasi akademik terbagi menjadi 4 tingkah laku secara spesifik, yaitu: (1) Prokrastinasi melibatkan unsur penundaan berupa memulai atau menyelesaikan tugas; (2) Tindakan ini menimbulkan berbagai dampak negatif seperti keterlambatan dalam mengerjakan tugas dan kegagalan dalam menyelesaikan tugas; (3) Prokrastinator memandang suatu tugas akademik sebagai tugas yang penting; serta (4) Menciptakan kondisi emosional yang tidak menyenangkan misalnya perasaan cemas, merasa bersalah, marah maupun panik. Wolters menyebutkan bahwa prokrastinasi dilakukan oleh seorang individu yang disebut dengan prokrastinator. Pada umumnya, prokrastinator menyadari bahwa ia menghadapi berbagai tugas penting dan bermanfaat. Dimana, tugas-tugas tersebut harus diselesaikan sesuai dengan batas waktu. Akan tetapi, banyak peserta didik dengan sengaja untuk menunda-nunda penyelesaian tugas dan pekerjaan secara berulang-ulang.

Salah satu faktor yang menyebabkan peserta didik melakukan penundaan penyelesaian tugas, yaitu rendahnya motivasi dan dorongan belajar pada peserta didik. Peserta didik yang sering menunda penyelesaian tugas akan menghasilkan tugas yang menumpuk dan jadwal belajar yang tidak teratur. Padahal, peserta didik mempunyai kewajiban dalam belajar dan mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru. Perilaku belajar yang baik akan menumbuhkan kualitas dan kuantitas diri peserta didik. Peserta didik yang berkualitas memiliki kecerdasan yang baik,

kepribadian yang sopan, keterampilan yang memadai dan potensi yang berkembang. Keterampilan yang memadai mendukung pencapaian hasil yang optimal. Ferrari (Ghufron, 2003, h. 28) menyebutkan bahwa perilaku prokrastinasi disebabkan oleh 2 faktor yakni faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal berupa kondisi hati, kondisi fisik, kondisi kesehatan dan kondisi psikologis. Sedangkan faktor eksternal berupa pola asuh orang tua dan lingkungan.

Ferrari & Mc Cown (1997) mengemukakan bahwa prokrastinasi akademik adalah suatu tindakan penundaan yang termanifestasi ke dalam indikator tertentu untuk dilakukan pengukuran dan pengamatan. Beberapa indikator yang dimaksud ialah: (1) Penundaan untuk mengerjakan dan menyelesaikan tugas. Dimana, individu tidak langsung mengerjakan tugas pada saat itu. Individu akan menunda pengerjaan tugas untuk sementara waktu sampai mempunyai semangat untuk memulai tugas tersebut, (2) Tidak giat dalam mengerjakan tugas. Sebagian individu merasa kesulitan dalam menyelesaikan suatu tugas. Sehingga, mereka akan mengalami keterlambatan dalam menyelesaikan tugas tersebut, (3) Kesenjangan waktu antara rencana dan realita. Individu akan menyusun waktu dalam mengerjakan tugasnya. Akan tetapi, individu tidak mengikuti rencana yang sudah disusun sebelumnya, (4) Melakukan aktivitas lain yang dianggap lebih menyenangkan. Rohmatun (2021) menyatakan bahwa sebagian individu lebih memilih untuk melakukan kegiatan hiburan lainnya daripada mengerjakan tugas akademik. Walaupun individu sudah menyusun rencana awal dalam mengerjakan tugas, tetapi individu akan lebih memilih untuk melakukan pekerjaan yang lebih menyenangkan, seperti menonton televisi, bermain *game online* dan kegiatan lainnya.

Tjundjing (2006) menguraikan bahwa prokrastinasi memungkinkan timbulnya berbagai dampak negatif pada peserta didik, seperti meningkatnya jumlah absen di kelas, banyak tugas yang diabaikan, pengerjaan tugas yang tidak maksimal, banyak membuang waktu, serta menurunkan prestasi dalam bidang akademik. Selain itu, berbagai bentuk kerugian bagi peserta didik yang melakukan prokrastinasi akademik ialah pola tidur yang tidak teratur, pola makan yang tidak sehat, menciptakan rasa cemas, merasa bersalah, stress, berpotensi untuk curang, mempunyai kualitas yang rendah, serta memperoleh hasil belajar yang rendah (Janssen, 2015).

Bersumber pada hasil penelitian yang diselenggarakan Ellis dan Kanus (Yazici & Bulut, 2015) bahwa sebanyak 70% sampai 90% peserta didik melakukan penundaan dalam menyelesaikan tugas atau pekerjaan. Karmena, dkk (2015) mengatakan bahwa individu yang suka menunda penyelesaian tugas atau pekerjaan akan mempunyai prestasi akademik dibawah rata-rata. Selain itu, penelitian dari Putri & Priyatama (2012) menunjukkan hasil bahwa persentase mahasiswa dengan prokrastinasi rendah sebesar 11,58%, prokrastinasi sedang sebesar 74,74%, serta prokrastinasi tinggi sebesar 13,68%. Sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa saling berbeda satu dengan yang lainnya. Hal ini disesuaikan dengan situasi dan kondisi yang ada di lingkungan.

Selanjutnya, peneliti melaksanakan observasi dan wawancara dengan guru BK, wali kelas dan guru mata pelajaran di SMP Negeri 17 Medan. Dimana, guru BK mengatakan bahwa sebagian peserta didik mempunyai tingkat disiplin belajar yang rendah terutama dalam menyelesaikan tugas secara tepat waktu. Lalu, wali

kelas di SMP Negeri 17 Medan mengatakan bahwa sekitar 20 peserta didik sering menunda penyelesaian tugas yang diberikan oleh guru sedangkan 10 peserta didik lainnya masih tergolong disiplin dalam menyelesaikan tugas. Beberapa alasan yang mengakibatkan peserta didik melakukan tindakan prokrastinasi, yaitu tingginya rasa malas dalam diri, kurangnya pengetahuan untuk mengerjakan tugas, merasa bosan, kurangnya motivasi dalam diri serta kurangnya dukungan dari orang tua. Selain itu, guru bidang studi juga mengatakan bahwa peserta didik yang sering menunda tugas akan mengerjakan pekerjaan rumah di ruang kelas pada pagi hari. Hal ini tidak hanya terjadi sekali tetapi sudah terjadi berulang kali.

Adapun upaya yang dilakukan oleh peneliti untuk mengatasi perilaku prokrastinasi akademik pada peserta didik ialah penerapan layanan penguasaan konten. Layanan penguasaan konten (PKO) ialah salah satu layanan bantuan yang diberikan oleh pendidik kepada anak didiknya untuk meningkatkan potensi yang lebih optimal melalui proses pembelajaran. Beberapa keterampilan yang dimaksud ialah keterampilan dasar membaca, menulis, berhitung, bertanya, membuat catatan, menjawab pertanyaan, mengerjakan tugas, menyusun laporan, membuat makalah, serta mengikuti ujian maupun ulangan (Prayitno, 2017, h. 89).

Layanan penguasaan konten adalah sebuah layanan bantuan yang diberikan kepada peserta didik secara individu maupun kelompok yang berguna untuk mengembangkan keahlian dan potensi melalui aktivitas belajar. Potensi dan keahlian yang akan dipelajari berisikan sebuah konten atau materi terkait fakta, data, konsep, rangkaian kegiatan, aturan, norma, nilai, pandangan, afeksi, sikap, dan tingkah laku. Yang dimaksud dengan konten ialah sebuah kecakapan, potensi, keahlian maupun kemampuan dalam diri yang berisikan fakta dan data yang valid.

Maka, penerapan layanan penguasaan konten berguna untuk membantu peserta didik dalam mengembangkan dan menguasai berbagai aspek konten positif. Pelaksanaan layanan penguasaan konten didukung dengan penggunaan metode-metode agar mencapai tujuan yang diharapkan. Beberapa metode yang digunakan dalam layanan ini ialah metode *problem based learning*, *contextual teaching learning*, serta metode pelayanan lainnya (Tohirin, 2007, h. 164).

Selain itu, layanan penguasaan konten juga dapat menggunakan metode lainnya, seperti metode diskusi dan pemberian tugas. Kedua metode tersebut dapat merangsang anak untuk belajar secara aktif baik mandiri maupun berkelompok. Penerapan layanan penguasaan konten didukung dengan sajian materi dan bantuan media. Adapun media yang mendukung penerapan layanan penguasaan konten ialah media visual dan media audio visual. Media visual adalah sebuah visualisasi pesan dan informasi yang disalurkan melalui sajian gambar, grafik, ilustrasi, maupun bagan. Sedangkan, media audio visual adalah sebuah sajian yang menampilkan sebuah video beserta suara. Layanan penguasaan konten melatih peserta didik untuk mampu mengelola waktu dengan baik mulai dari bangun tidur sampai tidur kembali agar potensi dalam diri semakin berkembang dengan maksimal (Sudjana, 2006).

Pada pelaksanaan penelitian ini, peneliti menggunakan salah satu strategi pengaturan diri dalam belajar berupa pembelajaran mandiri (*self regulated learning*). Pembelajaran mandiri (*self regulated learning*) merupakan suatu keadaan belajar yang memungkinkan peserta didik untuk mampu mengendalikan dirinya selama proses belajar berupa pengetahuan, penerapan strategi yang tepat, pemahaman terhadap tugas-tugas, mengambil keputusan dengan tegas, serta

memotivasi diri untuk belajar. *Self regulated learning* atau disingkat dengan SRL tidak termasuk dalam potensi akademik, melainkan suatu metode dalam mengelola diri selama proses belajar secara mandiri berupa perencanaan, pengaturan dan pencapaian tujuan. Tiap peserta didik diharapkan untuk mampu memilih strategi belajar yang tepat dan sesuai untuk meningkatkan potensi dalam proses pembelajaran. *Self regulated learning* (SRL) mempunyai beberapa strategi dalam mengendalikan proses belajar mandiri pada peserta didik, yang meliputi: strategi menentukan tujuan belajar, merencanakan aktivitas belajar dengan efektif, memotivasi diri sendiri, mengidentifikasi strategi belajar yang tepat, memantau berbagai kemajuan dari pencapaian tujuan, serta mengevaluasi hasil belajar (Titik Kristiyani, 2016).

Bersumber pada uraian di atas, maka strategi pengaturan diri dalam belajar dianggap tepat untuk mengurangi perilaku prokrastinasi peserta didik. Penelitian ini didukung dari hasil penelitian oleh Asfira Zakiatun Nisa, dkk (2022) dengan judul “Strategi *Self Regulated Learning* untuk Menurunkan Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa pada Tugas Program Linier” menunjukkan bahwa adanya *self regulated learning* membantu peserta didik dalam memahami proses pembelajaran, mengarahkan, menyelaraskan, dan mengelola diri saat menerima tugas yang sulit. Apabila penerapan strategi *self regulated learning* pada peserta didik berkategori rendah maka akan semakin tinggi tingkat prokrastinasi akademiknya. Sejalan dengan hasil penelitian tersebut, Hanifah & Rusmawati (2019) juga menemukan bahwa rendahnya strategi *self regulated learning* peserta didik akan mempengaruhi tingginya tingkat prokrastinasi akademik. Serta,

penerapan *self regulated learning* mampu menurunkan perilaku prokrastinasi akademik peserta didik.

Bersumber pada uraian fenomena dan hasil penelitian di atas, maka peneliti merasa terdorong untuk mengkaji lebih mendalam terkait penelitian dengan judul **“Pengaruh Layanan Penguasaan Konten Menggunakan Strategi Pengaturan Diri Dalam Belajar Terhadap Prokrastinasi Akademik Peserta Didik Pada Siswa SMP Negeri 17 Medan”**.

1.2 Identifikasi Masalah

Bersumber pada paparan latar belakang sebelumnya, maka identifikasi permasalahan yang timbul pada penelitian ini, ialah:

1. Terdapat peserta didik yang lambat dalam mengumpulkan tugas kepada guru.
2. Terdapat peserta didik yang tidak mampu mengelola waktu belajar untuk menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru.
3. Terdapat peserta didik yang sering mengabaikan tugas yang diberikan oleh guru dan lebih memilih untuk melakukan kegiatan lain yang tidak penting.
4. Terdapat peserta didik yang tidak paham akan tugas yang diberikan oleh guru.

1.3 Batasan Masalah

Bersumber pada paparan latar belakang masalah yang dikemukakan, maka peneliti membatasi masalah menjadi **“Pengaruh Layanan Penguasaan Konten Menggunakan Strategi Pengaturan Diri Dalam Belajar Untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik Peserta Didik Pada Siswa SMP Negeri 17 Medan”**.

1.4 Rumusan Masalah

Bersumber dari latar belakang serta batasan masalah yang dipaparkan bahwasanya yang menjadi rumusan masalah pada penelitian ini, yaitu: “Apakah Ada Pengaruh Layanan Penguasaan Konten Menggunakan Strategi Pengaturan Diri Dalam Belajar Untuk Meminimalisir Prokrastinasi Akademik Peserta Didik Pada Siswa SMP Negeri 17 Medan?”.

1.5 Tujuan Penelitian

Penyelenggaraan penelitian ini bertujuan “Untuk Mengetahui Pengaruh Layanan Penguasaan Konten Menggunakan Strategi Pengaturan Diri Dalam Belajar Terhadap Pengurangan Prokrastinasi Akademik Peserta Didik Pada Siswa SMP Negeri 17 Medan”.

1.6 Manfaat Penelitian

Berikut ini manfaat yang akan didapatkan dari hasil penelitian, yaitu:

1.6.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini sebagai referensi serta memperkaya ilmu pengetahuan dibidang bimbingan dan konseling, terkhusus dalam layanan penguasaan konten menggunakan strategi pengaturan diri dalam belajar terhadap pengurangan prokrastinasi akademik peserta didik.

1.6.2 Manfaat Praktis

- a. Bagi Sekolah. Penelitian ini bermanfaat untuk memberikan informasi bagi peserta didik untuk mampu memfasilitasi penyelenggaraan layanan BK demi pengentasan berbagai permasalahan yang dialami oleh peserta didik, khususnya menurunkan perilaku prokrastinasi

akademik melalui penerapan layanan penguasaan konten menggunakan strategi pengaturan diri dalam belajar.

- b. Bagi Orang Tua/ Wali Peserta Didik Penelitian ini bermanfaat untuk memberikan informasi kepada orang tua agar bekerja sama dengan guru untuk mendukung perkembangan akademik anak ke arah yang lebih baik lagi.
- c. Bagi Peserta Didik. Penelitian ini berguna untuk mendukung peserta didik dalam mengurangi perilaku prokrastinasi dengan mengikuti penerapan layanan penguasaan konten menggunakan strategi pengaturan diri dalam belajar agar memperoleh prestasi belajar yang optimal.
- d. Bagi Peneliti Lain. Penelitian ini bermanfaat untuk memberikan informasi seputar prokrastinasi akademik pada peserta didik. Dimana, peneliti lain mampu mengevaluasi berbagai kekuatan dan kelemahan dari penelitian tersebut agar mengembangkan hasil penelitian serupa ke arah yang lebih maksimal.