

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan merupakan dasar dari terciptanya sumber daya manusia yang unggul. Akan tetapi selama masa pandemi covid-19 mengakibatkan menurunnya minat belajar peserta didik secara keseluruhan. Hal tersebut diakibatkan oleh perubahan aturan pendidikan, yang mengharuskan peserta didik untuk belajar dari rumah atau pembelajaran secara virtual, yang dimana sebelumnya peserta didik bisa belajar secara langsung di sekolah masing-masing. Pembelajaran daring sendiri membuat peserta didik merasa jenuh dan bosan, sehingga tidak jarang dari mereka saat mengikuti kelas secara daring cenderung tidak memerhatikan penjelasan dari guru. Fenomena itulah yang menyebabkan menurunnya prestasi akademik peserta didik.

Berdasarkan hasil observasi peneliti di MAN 1 Gresik, peserta didik kelas X cenderung melakukan prokrastinasi akademik. Hal tersebut dibuktikan dengan banyaknya jumlah peserta didik kelas X yang terlambat dalam mengumpulkan tugas sekolah. Setelah ditelusuri penyebabnya, ditemukan bahwa peserta didik kelas X dalam kesehariannya setelah pulang sekolah mereka lantas bermain gadget masing-masing hingga lupa akan waktu belajarnya. Sehingga tugas yang mereka dapat dari guru, tidak sempat untuk dikerjakan hingga batas waktu yang ditentukan.

Gejala tersebut sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Ferrari et al. (1995) bahwa prokrastinasi adalah penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan kerja pada tugas yang dihadapi, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan

kinerja aktual dan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang dikerjakan. Prokrastinasi akademik sendiri biasa disebut sebagai penundaan kegiatan akademik. Pada dunia psikologi, istilah prokrastinasi ini dipergunakan untuk menunjukkan suatu kecenderungan menunda-nunda menyelesaikan pekerjaan. Menurut Santrock (2011) prokrastinasi akademik adalah penundaan belajar yang dilakukan oleh seorang siswa untuk sebuah ujian sampai pada menit terakhir dan menyalahkan bahwa kegagalan tersebut karena sedikitnya waktu yang diberikan, sehingga menyimpangkan perhatian jauh dari kemungkinan bahwa mereka tidak berkompeten.

Perilaku prokrastinasi akademik apabila tidak segera ditangani akan berdampak pada psikis, berupa gangguan emosi negatif (*negative emotion*) bagi peserta didik. Emosi negatif akan menghasilkan perasaan tidak menyenangkan seperti cemas (Abrahm & Nabati, 2008). Prokrastinasi dapat menyebabkan stres dan memberi pengaruh pada disfungsi psikologis individu, sebab pelakunya akan menghadapi *deadline*. Kondisi ini menjadi tekanan (*stresor*) yang menimbulkan stress (Tice & Baumeister, 1997). Prokrastinasi berdampak buruk pada kondisi fisik dan psikologis peserta didik seperti menimbulkan kecemasan, tingkat stres yang tinggi dan kesehatan yang buruk. Emosi negatif berupa cemas dan stres dikhawatirkan menjadi penghambat peserta didik dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik (Chun Chu & Choi, 2005).

Terdapat dua faktor yang mempengaruhi prokrastinasi yaitu, faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal penyebab prokrastinasi merupakan faktor-faktor yang bersumber dari dalam individu itu sendiri. Faktor-faktor ini meliputi antara lain kondisi fisik dan psikologis individu.

Sedangkan faktor eksternal merupakan faktor yang terdapat diluar diri individu. Faktor-faktor itu antara lain berupa pola asuh orang tua, dan kondisi lingkungan sekitar (Widisenso et al., 2018).

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan media video edukasi sebagai upaya mereduksi perilaku prokrastinasi yang dilakukan oleh peserta didik di MAN 1 Gresik. Kajian tentang kerucut pengalaman atau cone of experience yang diperkenalkan oleh Dale (1946) menunjukkan pengalaman yang diperoleh dalam menggunakan media dari paling konkret (bagian paling bawah) hingga paling abstrak (bagian paling atas) adalah sebagai berikut: (1) pengalaman langsung, pengalaman dengan tujuan tertentu, (2) pengalaman yang dibuat-buat, (3) pengalaman dramatis, (4) demonstrasi, (5) studi banding, (6) pameran, (7) televisi edukai, (8) gambar bergerak, (9) rekaman radio, gambar diam, (10) simbol visual, (11) simbol verbal. Kerucut pengalaman tersebut memberikan model tentang berbagai jenis media audiovisual dari yang paling abstrak hingga paling konkrit.

Berdasarkan hasil penelitan terdahulu yang dilakukan oleh Adewale Ojo (2019) menjelaskan bahwa terdapat banyak peserta didik tidak mencapai apa-apa dalam studi mereka karena prokrastinasi, karena sebagian besar peserta didik menghabiskan banyak waktu untuk melakukan hal-hal yang tidak perlu, alih-alih mereka mengira membaca buku untuk memperoleh pengetahuan, tetapi mereka malah suka pada hal-hal yang tidak relevan dan ini berpengaruh pada turunnya prestasi akademik. Perilaku seperti ini yang menyebabkan banyak peserta didik putus sekolah setiap tahunnya. Kesimpulannya, peserta didik perlu menghindari prokrastinasi sehingga mereka akan memiliki banyak waktu

untuk studi mereka dan bahkan mampu untuk meningkatkan prestasi akademik. Penelitian lain juga dilakukan oleh Jones et al. (2020) menunjukkan bahwa ketika peserta didik menyerahkan tugas lebih awal atau pada tenggat waktu yang ditetapkan, mereka cenderung melakukan lebih baik daripada ketika mereka menyerahkan tugas terlambat atau setelah tenggat waktu. Sekitar setengah dari siswa menyerahkan tugas setelah batas waktu mendapat nilai rendah.

Penyebab timbulnya prokrastinasi akademik diperkuat oleh penelitian sebelumnya oleh Motie et al. (2013) mengutarakan bahwa semakin rendahnya tingkat pengaturan diri dalam belajar maka semakin tinggi prokrastinasi akademik yang dialami oleh remaja. Penyebab rendahnya tingkat pengaturan diri dikarenakan remaja sulit membagi waktu, timbul rasa bosan dengan proses belajar mengajar yang monoton, sehingga rasa semangat dalam mengerjakan tugas menurun. Akibatnya, remaja memilih lepas tanggungjawab dari tugas-tugas yang diberikan oleh guru di sekolah. Bentuk pelampiasan remaja terkait lepas tanggungjawab dari tugas di sekolah yaitu menghabiskan waktu bermain dengan teman-temannya, nongkrong hingga larut malam, sehingga remaja tidak mengetahui arah yang akan dicapainya, menghiraukan tugas utama dari guru dan waktu terbuang sia-sia begitu saja.

Perilaku menunda-nunda pekerjaan bisa dilihat dari segi perbedaan, jenis kelamin dan pendidikan. Pernyataan tersebut diperkuat oleh penelitian sebelumnya oleh Khan, M.J.; Arif, H.; Noor, S.S; Muneer (2014) mengemukakan dari segi jenis kelamin bahwa tingkat prokrastinasi akademik lebih banyak dilakukan oleh laki-laki dibandingkan perempuan, dikarenakan pengendalian diri yang kurang.

Sedangkan dari segi pendidikan pun terdapat hasil yang signifikan, semakin tinggi tingkat pendidikan yang ditempuh maka semakin tinggi pula prokrastinasi akademik, dikarenakan tuntutan yang dicapai semakin ketat, dituntut untuk bekerja keras, namun hal tersebut akan menjadi lebih malas.

Menurut penelitian Gafni & Geri (2010) menjelaskan akibat dari prokrastinasi akademik, remaja cenderung stress, tingkat malas tinggi, dan emosional yang tinggi pula. Penelitian lain menurut Istikomah & TBSA (2014) mengatakan akibat jangka panjang prokrastinasi akademik ini, berdampak negatif yaitu menjadi pribadi yang tidak jujur dengan membuat alasan-alasan untuk menghindari tugas-tugas yang tidak disukainya. Salah satu penyebab adanya prokrastinasi akademik, sulitnya mengatur diri dalam belajar, sehingga timbul tugas-tugas yang menumpuk.

Sesuai latar belakang di atas, dalam penelitian ini peneliti menggunakan media video edukasi sebagai upaya mereduksi perilaku prokrastinasi bagi peserta didik. Pemberian layanan menggunakan media audiovisual yang berupa video edukasi ini juga dapat sebagai tindakan preventif bagi peserta didik dalam melakukan prokrastinasi. Layanan ini juga dapat menarik minat peserta didik dalam mengamati serta menerapkan pesan yang terkandung dalam video edukasi tersebut, karena media audiovisual dapat merangsang indra pengelihatannya sekaligus indra pendengarannya, yang dimana pada umumnya peserta didik hanya diberikan tugas untuk membuat jadwal kegiatan sehari-hari tanpa diperlihatkan contoh visualnya.

B. Ruang Lingkup dan Batasan Masalah

Ruang lingkup dalam penelitian ini adalah di MAN 1 Gresik dengan menggunakan objek penelitian berupa peserta didik kelas X MAN 1 Gresik. Batasan masalah dalam penelitian ini adalah prokrastinasi akademik pada peserta didik kelas X MAN 1 Gresik.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah penggunaan video edukasi efektif untuk mereduksi perilaku prokrastinasi akademik pada peserta didik?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui keefektifan penggunaan video edukasi untuk mereduksi perilaku prokrastinasi akademik peserta didik.

E. Variabel Penelitian

Pada penelitian ini terdapat dua variabel penelitian, yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas atau variabel (x) adalah variabel yang mempengaruhi variabel terikat. Sedangkan variabel terikat atau variabel (y) adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas.

1. Variabel Penelitian

a. Variabel Bebas (x)

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah video edukasi

b. Variabel Terikat (y)

Variabel terikat dalam penelitian ini adalah prokrastinasi akademik peserta didik

2. Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional variabel dalam penelitian ini akan dijabarkan sebagai berikut:

a. Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi akademik merupakan serangkaian penundaan kegiatan akademik yang dilakukan oleh peserta didik. Mereka cenderung mengerjakan tugas sekolah sampai pada menit terakhir dan menyalahkan bahwa kegagalan tersebut karena sedikitnya waktu yang diberikan. Perilaku tersebut terjadi karena adanya keyakinan irrasional pada diri peserta didik yang memandang bahwa tugas sekolah merupakan tugas yang berat. Sebagai suatu perilaku penundaan, prokrastinasi akademik dapat termanifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati, ciri-ciri tersebut berupa, *perceived time, intention-action, emotional distress, perceived ability*.

b. Media Video Edukasi dalam Bimbingan Kelompok

Media pembelajaran berbasis video adalah sebuah alat bantu dalam pembelajaran yang dapat menyampaikan pesan berupa gambar dan suara, sehingga mampu membantu guru dalam penyajian materi yang bisa diganti oleh media, dan guru bisa beralih menjadi fasilitator belajar, yaitu memberikan kemudahan bagi para peserta didik untuk belajar. Manfaat lain penggunaan media berbasis video dalam pembelajaran yaitu tidak membuat jenuh peserta didik sehingga memotivasi peserta didik dan mempermudah proses penerima pesan dari guru.

F. Manfaat Penelitian

Hasil manfaat ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi semua pihak terutama peneliti sendiri. Adapun manfaat dibagi menjadi dua bagian sebagai berikut:

1. Manfaat teoritis

Manfaat teoritis pada penelitian ini yaitu untuk memberi edukasi bagi peserta didik yang sedang menempuh pendidikan mengenai perilaku prokrastinasi yang dapat menghambat proses pembelajaran di sekolah.

2. Manfaat praktis

- a. Manfaat bagi peneliti yaitu memperoleh pengalaman dalam melakukan penelitian dari hasil-hasil yang didapatkan, sehingga kedepannya diharapkan dapat dilakukan pengembangan pada penelitian-penelitian selanjutnya.
- b. Manfaat bagi peserta didik yaitu diharapkan mampu untuk mencegah perilaku prokrastinasi serta menerapkan kedisiplinan dalam manajemen waktu.
- c. Manfaat bagi lembaga MAN 1 Gresik yaitu diperolehnya informasi dari hasil penelitian yang dapat dipergunakan sebagai bahan pertimbangan untuk menentukan penggunaan media pembelajaran yang efektif dan atraktif bagi peserta didik.