

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. LATAR BELAKANG**

Pada saat ini, dunia dikagetkan dengan penyakit menular yang dikenal dengan wabah Covid-19 (*Corona Virus Diseases-2019*) yang dirasakan di berbagai Negara termasuk Indonesia. Penyakit ini pertama kali muncul di Wuhan, Cina pada tanggal 31 Desember 2019 (Herliandry, Nurhasanah, Suban, & Kuswanto, 2020). Dengan keadaan pandemi Covid-19 ini dapat menyebabkan perubahan yang sangat drastis termasuk dalam bidang pendidikan. Di Indonesia berbagai kebijakan yang dikeluarkan oleh pemerintah untuk membatasi penyebaran virus *corona* dengan memberlakukan *social distancing*, *physical distancing*, dan memberlakukan PSBB (Pembatasan Sosial Berskala Besar). Dengan demikian, bidang pendidikan diarahkan untuk melakukan pembelajaran jarak jauh dari rumah masing-masing secara *online*.

Pandemi Covid-19 yang mendesak mengharuskan semua bidang pendidikan untuk mempertahankan pembelajaran secara *online* sampai pandemi ini berkurang. Pembelajaran seperti ini membuat siswa untuk saling berbagi ilmu secara *online* melalui pembelajaran daring. Pembelajaran jarak jauh juga dapat membuat guru dan siswa merasa kewalahan karena banyak siswa yang kurang menikmati pembelajaran seperti ini. Hal ini berdampak pada tekanan mental baik fisik maupun psikis siswa. Sehingga guru dapat membuat pola belajar yang lebih kreatif untuk membuat siswa tetap mengikuti pembelajaran daring (*online*).

Efek dari pembelajaran daring adalah siswa merasa jenuh dengan pembelajaran daring sehingga melakukan prokrastinasi karena menurut siswa belajar dengan jarak jauh sangat tidak memuaskan karena ilmu pengetahuan yang diberikan oleh guru tidak dapat dipahami dengan baik. Hal ini dikarenakan gangguan kuota dan jaringan sehingga dapat membuat siswa cenderung malas dan tidak dapat melakukan pekerjaan tugas-tugasnya sendiri. Pembelajaran daring masih memiliki kendala-kendala, selain kuota dan jaringan siswa juga tidak semua memiliki teknologi seperti *handphone* atau *laptop*. Sehingga prokrastinasi yang terjadi adalah siswa sering menunda-nunda pengerjaan tugas. Kendala yang lain adalah siswa kesulitan dalam menerima materi yang disampaikan oleh guru sehingga bingung dengan materi yang diberikan.

Prokrastinasi adalah suatu pengambilan keputusan yang dilakukan ketika hendak beraktivitas, perilaku yang tidak selaras dengan keinginan dan melakukan sesuatu tanpa mempertimbangkan secara matang-matang (Joseph Ferrari, 1995). Sedangkan menurut Albert Ellis dan William Knaus (2004) bahwa prokrastinasi merupakan suatu kegagalan untuk mulai menyelesaikan tugas atau kegiatan pada waktu yang telah ditentukan. Sehingga dapat dikatakan apabila prokrastinasi ini muncul di dunia akademik maka prokrastinasi akademik merupakan suatu perilaku menunda-nunda penyelesaian tugas siswa. Prokrastinasi juga dapat membawa dampak negatif pada siswa, seperti siswa jadi suka berbohong dan selalu mencari alasan untuk tidak mengerjakan tugasnya. Sehingga pada saat pengumpulan tugas siswa merasa cemas dan takut karena tidak mengerjakan tugas sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan.

Permasalahan tersebut terjadi di SMA Dr. Soetomo Surabaya yang dimana siswa sering mengalami penundaan pengerjaan tugas. Hal tersebut dapat diketahui karena banyak guru mata pelajaran yang memberikan tugas dan tidak semua siswa mengumpulkan tugas sesuai dengan *deadline* yang telah ditentukan. Berbagai macam masalah prokrastinasi tersebut yang terjadi di SMA Dr. Soetomo diantaranya, belum bisa memmanagement waktunya, banyak kegiatan ekstrakurikuler baik di sekolah maupun di luar sekolah, dan menunda pekerjaan tugas karena siswa acuh dan lebih banyak membuang waktu untuk hal-hal yang tidak penting daripada mengerjakan tugas. Hal tersebutlah yang membuat siswa sering melakukan penundaan pekerjaan tugas.

Prokrastinasi yang terjadi di SMA Dr. Soetomo terbilang sangat tinggi. Setelah dilakukan observasi di SMA Dr. Soetomo Surabaya, penundaan pengerjaan tugas itu terjadi sebelum adanya covid 19 dimana tugas selalu dikerjakan di rumah. Banyak siswa yang selalu melakukan prokrastinasi atau penundaan tugas. Setelah munculnya covid 19 yang dimana siswa harus melakukan pembelajaran daring maka siswa merasakan kejenuhan dan sering tidak mengerjakan tugas. Kemudian, setelah diberlakukan *new normal* dan siswa mulai masuk sekolah, pihak sekolah mengeluarkan peraturan bahwa jika guru memberikan tugas maka siswa wajib mengerjakan tugas di sekolah dan langsung dikumpulkan kepada guru mata pelajaran.

Penerapan solusi yang dilakukan oleh pihak sekolah di atas ternyata tidak mampu diterapkan oleh siswa karena walaupun diberlakukan peraturan tersebut masih banyak siswa yang mengalami prokrastinasi atau penundaan tugas. Adapun

siswa yang dapat menerapkan peraturan tersebut dapat dikatakan *minimum* atau sangatlah kurang. Oleh karena itu guru-guru mata pelajaran yang ada di SMA Dr. Soetomo juga kewalahan untuk menghadapi hal tersebut. Dengan demikian, hal-hal seperti inilah yang menghambat kegiatan belajar mengajar di sekolah.

Berdasarkan penelitian (Scraw, Wadkins & Olafson, 2007), prokrastinasi dapat dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal yang mempengaruhi prokrastinasi yaitu pemikiran-pemikiran irrasional. Sedangkan faktor eksternal yang mempengaruhi prokrastinasi seperti jalan-jalan bersama teman dan tidak mengerjakan tugas dari guru. Kegiatan belajar di sekolah akan mengalami gangguan terhadap siswa yang melakukan penundaan belajar. Perbuatan menunda yang dilakukan siswa dapat membuat siswa tidak maksimal dalam belajar. Keberadaan prokrastinasi ini dapat menjadikan suatu bentuk penghindaran ketika akan mengerjakan tugas dan menghabiskan waktu yang cukup banyak dengan melakukan hal-hal yang lain. Perilaku prokrastinasi ini muncul karena disebabkan oleh pemikiran irrasional siswa yang kurang peduli dengan tugas yang diberikan oleh guru. Akhirnya siswa tidak mampu menyelesaikan tugasnya karena penundaan yang sering terjadi dalam diri siswa.

Siswa yang melakukan penundaan dapat menghabiskan waktu yang cukup banyak. Siswa yang sering terlambat dalam pengerjaan tugas selalu mengumpulkan pada batas waktu yang telah ditentukan sehingga selalu gagal dalam penyelesaiannya. Prokrastinasi ini dapat mengakibatkan dampak yang dapat membuat siswa berbohong dan selalu mencari alasan untuk

tidak mengerjakan tugas. Hal ini karena siswa beranggapan bahwa ketika guru memberikan tugas maka itu adalah hal yang tidak menyenangkan. Dengan demikian menimbulkan sifat-sifat seperti takut, cemas, gelisah dan marah.

Fenomena prokrastinasi yang terjadi di sekolah adalah ketika siswa terlambat datang ke sekolah dan sibuk mengerjakan tugas-tugasnya sehingga siswa tidak mengikuti pelajaran pertama. Permasalahan tersebut terjadi karena siswa merasa cape atau malas sehingga tidak dapat mengatur waktunya dengan baik. Oleh karena itu, siswa sering terlambat untuk mengumpulkan tugas karena mengandalkan contekan dari teman pada saat di sekolah. Jika hal ini sering terjadi maka siswa tersebut benar-benar melakukan prokrastinasi. Dengan demikian, siswa tersebut dapat dikatakan bahwa siswa membutuhkan seseorang yang profesional dalam hal menasehati, seperti konselor.

Fenomena di atas terjadi karena siswa kurang peduli dengan tugas dan lebih memilih untuk mengerjakan yang lain. Menurut pemikiran siswa ketika guru memberikan tugas itu hal yang tidak menyenangkan. Sehingga siswa mencari aktivitas lain untuk menghindar sejenak dari tugas. Hal ini dikarenakan siswa cenderung lebih mengulur-ulur waktu dan lebih mementingkan pekerjaan yang tidak berkaitan dengan tugas. Dengan demikian, siswa sering terlambat dalam pengumpulan tugas-tugasnya dan dikumpulkan tidak sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan.

Berdasarkan penelitian diperoleh bahwa dari 64 responden yang berpartisipasi terdapat 18 atau 28% siswa yang memiliki prokrastinasi akademik tinggi, 21 atau 33% siswa

memiliki tingkat prokrastinasi sedang, dan 25 atau 39% siswa memiliki tingkat prokrastinasi rendah (Widyawati, 2020). Penelitian lain yang dilakukan Burka dan Yuen (2008) memperkirakan prokrastinasi pada mahasiswa mencapai 75% dan 50% siswa memberitahukan prokrastinasi konsisten sebagai masalah. Penelitian yang dilakukan oleh Yudistiro (2016) siswa yang memiliki prokrastinasi akademik tinggi dengan jumlah 4 siswa atau sekitar 7.55% kategori sangat tinggi dan 17 siswa 32.08% kategori tinggi. Ditemukan beberapa penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa sekitar 25% dan 75% siswa memiliki masalah prokrastinasi akademik (Ferrari d. , 1998). Penelitian yang dilakukan di salah satu Sekolah Menengah Atas Kota Tangerang menunjukkan 43,70% memiliki tingkat prokrastinasi tinggi dan 56.30% memiliki tingkat prokrastinasi akademik rendah (Setyabudi, 2012).

Dalam proses konseling memiliki beberapa layanan yang dapat membantu siswa untuk menyelesaikan masalahnya. Layanan bimbingan dan konseling memiliki empat layanan diantaranya yaitu bimbingan kelompok, konseling kelompok, konseling individu, dan layanan klasikal. Pada penelitian ini menggunakan konseling kelompok. Layanan konseling kelompok merupakan salah satu cara yang digunakan konselor untuk membantu menyelesaikan masalah konseli melalui kegiatan berkelompok (Tohirin, 2007). Konseling kelompok dapat diaplikasikan dalam penyelesaian masalah prokrastinasi karena dengan dilakukan konseling secara berkelompok konseli mendapatkan banyak saran-saran dari konseli yang lain sehingga membuka pikiran konseli dan dapat menyesuaikan diri dengan perkembangan perilakunya. Dengan menggunakan

konseling kelompok, konseli dapat bertukar pikiran bersama anggota konseli yang lain untuk mendapatkan wawasan yang lebih banyak. Dengan demikian, konseling kelompok dapat menemukan cara penyelesaian masalahnya dengan menggunakan penguatan positif dan mampu mengambil sebuah keputusan untuk mengurangi masalah tersebut.

Peneliti menggunakan konseling kelompok dengan penguatan positif untuk dapat mengatasi terjadinya prokrastinasi. Penguatan positif adalah suatu kejadian yang terjadi dengan mengikuti suatu perilaku sehingga dapat mengakibatkan perilaku tersebut dilakukan secara berulang-ulang (Purwanta, 2012). Suatu perilaku dapat terjadi karena adanya suatu penguatan (Ferrari, 1996). Dalam teori *reinforcement* mengatakan bahwa penundaan pengerjaan tugas yang terjadi pada siswa diberikan suatu *reward* untuk perilaku tersebut ataupun yang tidak diberikan suatu hukuman. Perilaku prokrastinasi dapat terjadi karena tidak adanya *reward* dan *punishment* sebagai perilaku yang terjadi secara berulang-ulang. Oleh karena itu, hal tersebutlah yang membuat *reinforcement* positif dapat digunakan untuk mengurangi prokrastinasi yang terjadi pada siswa.

Pemberian teknik ini dapat membantu menyelesaikan masalah siswa yang dapat menunda-nunda pengerjaan tugas siswa. Oleh karena itu dengan memberikan penguatan positif yang menyenangkan dapat meningkatkan konsentrasi belajar siswa sehingga lebih mementingkan pengerjaan tugas daripada mementingkan kepentingan yang lain. Kemudian dengan diadakannya konseling kelompok, siswa dapat menceritakan masalahnya kepada konselor dan dapat memberikan respon dengan menggunakan teknik penguatan positif sehingga

konselor dapat memberikan *reward* atau *punishment*. Sehingga siswa dapat memaknai bahwa teknik ini dapat memunculkan perubahan yang diharapkan oleh siswa. Dengan demikian, perilaku prokrastinasi dapat dihilangkan secara perlahan dan siswa dapat mengerjakan tugasnya sesuai dengan waktu yang ditentukan.

Berdasarkan penjelasan di atas, jelas bahwa prokrastinasi atau penundaan itu sebaiknya dapat diatasi dengan secepatnya, sehingga siswa dapat dengan cepat memperoleh hasil belajar yang maksimal. Jika siswa menyadari bahwa masalah ini adalah masalah yang membuatnya bisa memperlambat sekolah maka siswa harus bisa segera mengatasi hal ini. Dengan demikian, konseling kelompok dengan teknik penguatan positif dapat menjadi solusi terhadap prokrastinasi belajar yang dialami siswa SMA Dr. Soetomo Surabaya.

## **B. RUANG LINGKUP DAN PEMBATASAN MASALAH**

Dari penjelasan latar belakang di atas, maka dapat dituliskan ruang lingkup penelitian sebagai berikut:

1. Objek penelitian ini adalah konseling kelompok dengan teknik penguatan positif
2. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas XI IPS 1 dan XI IPS 3 SMA Dr. Soetomo Surabaya
3. Penelitian ini berlokasi di SMA Dr. Soetomo Surabaya

Berdasarkan latar belakang di atas, maka pembatasan masalah dalam penelitian ini adalah “Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik Penguatan Positif Terhadap Prokrastinasi Belajar Siswa”. Pada penelitian ini prokrastinasi yang terjadi berupa penundaan pengerjaan tugas siswa. Cara



penyelesaian masalahnya menggunakan konseling kelompok dengan teknik penguatan positif.

### **C. RUMUSAN MASALAH**

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah konseling kelompok dengan teknik penguatan positif berpengaruh terhadap prokrastinasi belajar siswa kelas XI SMA Dr. Soetomo Surabaya?”

### **D. TUJUAN PENELITIAN**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh konseling kelompok dengan teknik penguatan positif terhadap prokrastinasi belajar siswa kelas XI SMA Dr. Soetomo Surabaya.

### **E. VARIABEL PENELITIAN**

Berdasarkan latar belakang diatas maka penelitian ini memiliki variabel terikat (Y) yaitu prokrastinasi belajar siswa dan variabel bebas (X) yaitu konseling kelompok dengan teknik penguatan positif prokrastinasi belajar siswa. Berikut ini penjelasan dari variabel secara operasional sebagai berikut:

- a. Variabel terikat (Y) yaitu prokrastinasi belajar siswa

Prokrastinasi belajar siswa adalah suatu perilaku yang dilakukan siswa untuk menunda pengerjaan tugas yang berhubungan dengan akademik yang dapat merugikan dirinya sendiri karena merasa terbebani oleh tugas-tugas yang diberikan guru. Aspek-aspek yang menyebabkan terjadinya prokrastinasi meliputi a) membuang waktu, b) *taks avoidance*

(menghindari tugas) dan c) *Blaming others* (menyalahkan orang lain).

- b. Variabel bebas (X) yaitu konseling kelompok dengan teknik penguatan positif

Konseling kelompok dengan teknik penguatan positif adalah suatu dorongan yang memperkuat munculnya suatu perilaku yang baik sehingga meningkatkan respon dengan diikuti oleh stimulus yang mendukung. Pemberian penguatan positif dapat menghadirkan perilaku yang sesuai dengan target perilaku yang diinginkan. Hal ini disebabkan karena dorongan yang diberikan dalam bentuk *reward* dapat menjadi penguat dari penyebab utama adanya perubahan perilaku kearah yang lebih baik.

## **F. MANFAAT PENELITIAN**

Berdasarkan latar belakang diatas, maka manfaat dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat penelitian bagi guru BK di sekolah  
Hasil penelitian ini digunakan sebagai bahan masukan untuk sekolah khususnya untuk mengurangi prokrastinasi belajar siswa dan mendapatkan umpan balik dari konseling kelompok dengan teknik penguatan positif sebagai cara penyelesaiannya.
2. Manfaat penelitian bagi peneliti selanjutnya  
Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadikan peneliti sebagai pemberi informasi untuk mengembangkan penelitian selanjutnya.

3. Manfaat penelitian bagi siswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan dampak positif bagi siswa untuk selalu mengerjakan tugas sebelum melakukan kegiatan yang lain.