

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada masa pandemi saat ini, Indonesia mengalami perubahan yang sangat besar terutama di dunia Pendidikan. Tidak hanya guru dan siswa saja yang terkena imbasnya, tetapi juga orang tua merasakan kewalahan. Perubahan yang terjadi meliputi Pendidikan yang semula diberlakukan secara tatap muka menjadi daring atau *online* saja. Pembelajaran daring atau *online* merupakan sistem pembelajaran tanpa tatap muka secara langsung antara guru dan siswa, tetapi pembelajaran dilakukan melalui jaringan internet. Berdasarkan Pusdatin Kemendikbud (2020) tantangan besar bagi seorang guru, karena dalam kondisi seperti ini guru dituntut untuk bisa mengelola, mendesain media pembelajaran (*media online*) sedemikian rupa guna untuk mencapai tujuan pembelajaran dan untuk mencegah atau mengantisipasi kebosanan siswa dalam pembelajaran model daring tersebut.

Berdasarkan data Kemenag Jabar (2020) tentang Dampak pandemi *Covid-19* terhadap dunia Pendidikan menyatakan, penerapan dalam sistem daring ini, tidak sedikit siswa yang mengalami kesulitan belajar yang disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya siswa yang belum memiliki *gadget*, siswa yang belum mengetahui banyak tentang penggunaan teknologi dan masalah jaringan yang tidak atau kurang memadai. Hal ini

merupakan tantangan besar bagi siswa dan tidak terkecuali bagi orang tua, karena orang tua yang dituntut untuk mendampingi siswa dalam proses pembelajaran *online* tersebut, realita yang terjadi juga tidak sedikit orang tua yang tidak paham mengenai penggunaan teknologi, jelas hal itu akan menghambat dalam keaktifan siswa dalam proses belajar *online* ini. Kurangnya interaksi fisik antara siswa dan guru karena pembelajaran *online*, siswa hanya diberikan tugas melalui *WhatsApp*. Kebanyakan siswa kesulitan dalam mengerjakan tugas dikarenakan tidak adanya penjelasan awal dari guru tentang tugas atau materi tersebut. Siswa hanya dituntut untuk mengerjakan tugas tanpa mendapatkan penjelasan dari guru, akibatnya banyak siswa yang mengeluh dan tidak bersemangat lagi dalam mengerjakan tugas. Berdasarkan data dari Opini (2021) tugas yang diberikan guru banyak, sementara waktu yang diberikan sangat singkat. Bagaimana siswa dapat belajar dengan baik dalam kondisi saat ini, akibat kurangnya interaksi langsung antara siswa dan guru, otomatis berkurangnya internalisasi nilai-nilai karakter yang semestinya harus ditanamkan seorang guru kedalam diri siswa.

Pendidikan di Indonesia telah mengalami penurunan capaian pembelajaran yang disebabkan oleh kegiatan pembelajaran jarak jauh, pembelajaran jarak jauh ini banyak sekali materi pelajaran yang hilang. Memang sebagian besar dari siswa belajar secara tatap muka, sistem daring banyak kendala. Berdasarkan data dari Antaranews (2021) di bulan Agustus dalam “Kemendikbud ristek ungkap Pendidikan Indonesia saat pandemi” menyatakan hasil asesmen situasi *Covid-19*

kabupaten kota yang berada pada zona level 4. Kondisi tersebut membuat kegiatan pembelajaran masih dijalankan dari rumah dan tidak memungkinkan bagi siswa untuk dapat bertemu, sedangkan sekolah yang berada di zona level 1 hingga 3 bisa memungkinkan beberapa sekolah untuk melakukan pembelajaran tatap muka, walaupun dilakukan secara bergiliran untuk pertemuan tatap muka sebesar 50 persen dilakukan secara bergantian dengan sedikit siswa yang masuk ke sekolah.

Siswa yang sedang melakukan pembelajaran jarak jauh menerima tugas yang banyak sementara waktu yang diberikan oleh guru kurang dalam menjelaskan materinya, sehingga siswa banyak yang bingung dan lebih memilih untuk menunda-nunda tugas itu, siswa sering meremehkan tentang *deadline* tetapi *deadline* yang diberikan oleh guru juga sangat terbatas. Berdasarkan Yoursay (2021) suara dalam “Prokrastinasi sebagai kebiasaan buruk yang muncul di masa pandemi” pada bulan maret tidak hanya itu, siswa dalam menunda-nunda tugas merasakan kecemasan yang berlebihan, karena siswa tidak dapat menyelesaikan tugas tepat waktu, sehingga siswa mendapatkan masalah dalam melaksanakan pembelajaran secara daring, yakni selalu menunda-nunda dalam mengerjakan tugas sekolahnya atau yang disebut dengan prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik yaitu kebiasaan menunda-nunda pekerjaan atau tugas yang dilakukan oleh siswa.

Prokrastinasi akademik menurut Mulyana (2018) dipahami sebagai suatu perilaku yang berubah menjadi kebiasaan yang tidak efektif. Prokrastinasi yang berkelanjutan akan dapat mengganggu siswa itu, adapun

faktor-faktor penyebab prokrastinasi pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Ramadhan (2016) yang melakukan penelitian di salah satu SMK swasta di Bandung, dari hasil penelitian yang peneliti lakukan siswa menunjukkan terdapat pengaruh negatif dan signifikan variabel prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh siswa hampir berada pada kategori yang tinggi. Prokrastinasi yang disebabkan oleh faktor internal menurut Maslach & Leiter (2016) dapat disebabkan oleh perasaan lelah sebagai faktor internal karena tuntutan belajar. Ada tiga aspek yaitu: (1) kelelahan emosional, (2) depersonalisasi, dan (3) menurunnya pencapaian pribadi, sedangkan faktor eksternal menurut Ghufron & Risnawita dalam Winahyu dan Wiryosutomo (2020) yaitu pola asuh orang tua atau kondisi keluarga dan lingkungan sekolah.

Fenomena yang terjadi pada siswa saat ini di SMA Negeri 1 Kedamean berdasarkan observasi yang diamati oleh peneliti antara lain, siswa melakukan penundaan mengerjakan, menyelesaikan tugas, siswa malas, keterlambatan mengumpulkan tugas yang dilakukan oleh siswa, dan yang tak kalah lagi siswa bisa melakukan aktivitas yang lebih menarik dibanding mengerjakan tugas mereka, sehingga prokrastinasi akademik sering dilakukan oleh siswa. Mata pelajaran yang sering dilakukan prokrastinasi akademik oleh siswa yaitu dalam mata pelajaran matematika baik itu dalam rumpun MIPA/IPA maupun IIS/IPS, permasalahan lain yaitu siswa sering merasakan cape dengan kegiatan diluar sekolah sehingga mengakibatkan siswa malas untuk mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru, guru sering terlambat ataupun masuk kelas untuk memberikan tugas saja tidak diberikan

feedback kepada siswa sehingga siswa malas untuk mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru tersebut, siswa melakukan keterlambatan untuk masuk ke kelas pada saat bel berbunyi, siswa tidak langsung memasuki kelasnya masing-masing melainkan duduk santai di depan kelas ataupun di kantin sekolah, menurut observasi yang diamati oleh penulis ada faktor yang mempengaruhi yaitu faktor kemalasan, kecemasan karena takut salah, takut dimarahi oleh gurunya, takut mendapatkan nilai yang tidak memuaskan, sehingga ada siswa yang melakukan prokrastinasi akademik tersebut.

Didukung oleh fenomena dari hasil penelitian yang dilakukan Adiguna (2018) di SMAN 1 Driyorejo menyatakan kelas X IPS 3 yang memiliki presentase yang paling tinggi, guru BK memaparkan hamper 40% siswanya menunjukkan perilaku penundaan belajar maupun dalam penyelesaian tugas. Adapun menurut penelitian oleh Anisa (2018) meneliti di salah satu sekolah yakni SMA Negeri di Kota Makasar peneliti menunjukkan bahwa Prokrastinasi akademik siswa berada pada kategori tinggi yaitu berada di 32,84%. Penelitian yang sama juga dilakukan oleh Winahyu dan Wiryosutomo (2020) menunjukkan bahwa prokrastinasi siswa di SMA Negeri 3 Sidoarjo 17% dari keseluruhan sampel atau sebanyak 35 siswa tergolong dalam kategori prokrastinasi akademik rendah, 67% yaitu sebanyak 133 siswa tergolong dalam kategori prokrastinasi akademik sedang, serta 16% yaitu sebanyak 32 siswa tergolong dalam kategori prokrastinasi akademik tinggi.

Penelitian yang sama juga dilakukan oleh Ramadhani, dkk (2020) dari kelas XII IPA1 kategori

“Tinggi”. 1 orang pada kategori “Sangat Tinggi”, 21 orang dengan kategori “Tinggi”, 8 orang pada kategori “Sedang”, dan 1 orang pada kategori “Rendah”. Kelas XII IPA 2 kategori “Tinggi”. 1 orang pada kategori “Sangat Tinggi”, 15 orang pada kategori “Tinggi”, dan 11 orang pada kategori “Sedang”, selanjutnya hasil data dari kelas XII IPA 3 kategori “Sedang”. 1 orang pada kategori “Sangat Tinggi”, 1 orang pada kategori “Tinggi”, 13 orang pada kategori “Sedang”, 5 orang pada kategori “Rendah”, dan 9 orang pada kategori “Sangat Rendah”. Jadi, berdasarkan hasil data di atas dapat disimpulkan bahwa XII IPA 1 yang paling “Tinggi” tingkat prokrastinasi akademiknya. Maka diperoleh rata rata skor 96,18 sehingga mengarah pada negatif.

Permasalahan prokrastinasi akademik menurut peneliti dapat diselesaikan dengan layanan konseling kolompok. Konseling kelompok menurut Sutanti (2015) merupakan suatu layanan yang dilakukan oleh konselor kepada sejumlah individu atau konseli yang sedang mengalami suatu permasalahan dengan menggunakan dinamika kelompok yang dipimpin oleh konselor, dan anggota kolompok dapat saling membantu dalam berinteraksi antar sesama anggota, supaya dapat membantu menyelesaikan suatu permasalahan yang dialami oleh anggota kelompok lainnya dan diharapkan semua anggota kelompok dapat aktif bersama-sama dalam memberikan saran tanggapan dan pendapat mendukung dalam layanan konseling kelompok ada suatu teknik yang sering berhubungan dengan waktu yaitu teknik *Self-Management*.

Layanan konseling kelompok dengan teknik *Self-Management* bisa membantu siswa dalam menyelesaikan masalah tentang prokrastinasi akademik atau menunda-nunda waktu yang dilakukan oleh siswa hal itu selaras dengan hasil yang dilakukan oleh Penelitian Saka & Wirastania (2021) menyebutkan bahwa prokrastinasi akademik berkaitan dengan perilaku (behavior) yang dipengaruhi oleh dari kepribadian siswa, sehingga harus mempunyai *Self-Management* yang baik agar dirinya mampu mengatur perilaku negatif tersebut. Peneliti menyebutkan bahwa teknik yang cocok dengan masalah menunda-nunda tugas dalam pendekatan behavior adalah memakai teknik *Self-Management*. Menurut Gunarsa, dalam Karyani dan Dharsana, (2018) *Self-Management* merupakan pendekatan konseling yang dilakukan kepada individu yang bertujuan agar individu tersebut dapat mengatur, mengelola, serta mengarahkan dirinya. Komalasari et al., (2011) layanan *Self-Management* diharapkan dapat membantu siswa atau individu mampu untuk mengatur diri, memantau diri, serta mengevaluasi dirinya sendiri untuk mencapai perubahan tingkah laku yang lebih baik khususnya dalam menghindari perilaku prokrastinasi bagi siswa.

Menurut penelitian Spencer dan Ferrari, (dalam Rustam et al., 2019) mengungkapkan bahwa prokrastinasi atau yang melakukan prokrastinasi akademik cenderung memiliki keterkaitan dengan perilaku negatif lainnya, seperti tidak mempunyai rasa tanggung jawab, rendahnya kemampuan mendahulukan aktivitas, dan rendahnya kemampuan pengendalian terhadap dirinya, pengelolaan dan bisa manajemen diri sendiri maka diperlukan dengan mengatur waktu dari siswa.

Berdasarkan uraian prokrastinasi akademik, penelitian ini menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknik *Self-Management*. Menurut Meilindani (2018) mengatakan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *Self-Management* diharapkan efektif dan bisa untuk mengurangi perilaku prokrastinasi akademik siswa. Teknik penerapan *Self-Management* dengan konseling kelompok ini siswa diminta untuk mengungkapkan permasalahan yang berhubungan dengan waktu lalu apakah siswa itu sudah ada yang pernah mencoba suatu keberhasilan jika pernah siswa diminta untuk mengungkapkannya. Dengan itu siswa satu sama lain bisa memberikan motivasi untuk bisa mengatasi permasalahan waktu tersebut.

Berdasarkan uraian tentang prokrastinasi akademik, penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Efektivitas layanan Konseling kelompok dengan teknik *Self-Management* untuk menurunkan Prokrastinasi akademik siswa SMA Negeri 1 Kedamean”.

B. Ruang Lingkup dan Pembatasan Masalah

1. Ruang Lingkup Penelitian

Pada penelitian ini terdapat ruang lingkup penelitian dimana objek penelitian yang digunakan adalah Prokrastinasi Akademik Siswa menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknik *Self-Management*. Adapun subjek pada penelitian ini adalah siswa-siswi kelas XII-IPS yang melakukan

Prokrastinasi Akademik di SMA Negeri 1 Kedamean dan tempat penelitian berada di SMA Negeri 1 Kedamean Semester Ganjil Tahun Pelajaran 2022/2023.

2. Pembatasan Masalah

Agar peneliti tetap fokus pada masalah yang akan diteliti serta memudahkan peneliti, maka perlu adanya batasan masalah. Peneliti membatasi permasalahan yang diteliti yaitu permasalahan prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh siswa kelas XII-IPS di SMA Negeri 1 Kedamean tahun pelajaran 2022/2023, yang memiliki aspek dari prokrastinasi penundaan untuk memulai menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam menyelesaikan tugas, ketidakseimbangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, dan siswa dapat melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan dari pada melakukan sesuai dengan batas waktu yang harus dikerjakan.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah Apakah layanan konseling kelompok dengan teknik *Self-Management* efektif untuk menurunkan Prokrastinasi Akademik Siswa SMA Negeri 1 Kedamean?

D. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas layanan konseling kelompok dengan teknik *Self-Management* untuk menurunkan Prokrastinasi Akademik Siswa SMA Negeri 1 Kedamean.

E. Variabel Penelitian

1. Variabel penelitian

Didalam penelitian ini terdapat dua variabel, yaitu variabel terikat dan variabel bebas. Variabel terikat (*dependent*) adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas yaitu prokrastinasi akademik siswa, prokrastinasi akademik ialah kegiatan menunda-nunda tugas yang dilakukan oleh siswa. Adapun variabel bebas (*independent*) adalah variabel yang mempengaruhi atau memberikan dampak terhadap variabel terikat yaitu konseling kelompok dengan teknik *Self-Management*. Teknik *Self-Management* ialah suatu layanan bimbingan dan konseling yang menggunakan dinamika kelompok untuk mengentaskan suatu permasalahan.

2. Definisi Operasional Variabel

- a. Prokrastinasi akademik ialah suatu kegiatan penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang, kegiatan menunda-nunda

tugas akademik yang disebabkan oleh dorongan internal dan eksternal yang mengakibatkan pola pikir yang irasional. Indikator siswa yang mengalami prokrastinasi akademik yang ditandai dengan penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam menyelesaikan tugas, ketidakseimbangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, dan siswa dapat melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan dari pada melakukan sesuai dengan batas waktu yang harus dikerjakan.

- b. Layanan konseling kelompok dengan teknik *Self-Management* ialah suatu proses layanan bimbingan dan konseling yang menggunakan dinamika kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan untuk menyelesaikan masalah dengan menerapkan layanan konseling kelompok dengan teknik *Self-Management* atau pengolahan diri yang berarti pemberian bantuan atau dukungan tentang bagaimana cara mengelola diri yang baik dan bersifat pencegahan dan penyembuhan itu.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi peneliti, Konselor sekolah, dan siswa:

1. Manfaat bagi Peneliti

Diperolehnya pengalaman praktis dalam melakukan penelitian yang selanjutnya diharapkan bisa dikembangkan dalam melakukan penelitian-penelitian yang akan datang.

2. Manfaat bagi Konselor sekolah

Diperolehnya informasi hasil penelitian, yang bisa digunakan sebagai referensi dalam upaya mengembangkan pelayanan konseling kelompok khususnya dengan menggunakan teknik *Self-Management*.

3. Manfaat bagi Siswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi siswa agar menjadikan siswa untuk tidak melakukan prokrastinasi akademik.