

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Tingkat keberhasilan pendidikan dapat dijadikan sebagai salah satu faktor majunya sebuah bangsa. Keberhasilan pendidikan dapat tercapai apabila adanya kesadaran dalam meningkatkan mutu bangsa itu sendiri terhadap fungsi dan tujuan untuk melaksanakan evaluasi. Strategi dalam pembelajaran akan memiliki pengaruh terhadap tercapai atau tidaknya tujuan pendidikan.

Bimbingan dan konseling memiliki peran untuk keberhasilan dalam proses pendidikan serta proses belajar di sekolah. Menurut (Tohirin, 2007:258 dalam Ilyas & Suryadi) tanpa adanya layanan penyuluhan dari BK, proses pendidikan di sekolah belum dapat terlaksana secara maksimal. Kontribusi yang akan diberikan oleh layanan BK di sekolah adalah membantu siswa untuk memaksimalkan potensi yang dimiliki serta mewujudkan tujuan pendidikan.

Setiap individu memiliki latar belakang masalah yang beragam, diantaranya masalah pribadi, belajar, sosial, keluarga, dan masalah lainnya yang nantinya dapat menjadi penghambat dalam proses kegiatan belajarnya. Permasalahan yang sering terjadi pada siswa di sekolah adalah melakukan penundaan pekerjaan penting seperti halnya menunda dalam menyelesaikan tugas, menunda dalam mengumpulkan tugas, dan lain sebagainya. Kebiasaan melakukan penundaan terhadap penyelesaian tugas dalam dunia psikologi sering disebut dengan prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik merupakan istilah untuk menggambarkan tindakan yang dilakukan secara sadar dalam menunda tugas akademik dengan mengesampingkan hal penting dan

melakukan kegiatan yang kurang bermanfaat sehingga dapat menimbulkan dampak negatif pada diri siswa itu sendiri. Prokrastinasi akademik merupakan suatu kebiasaan perilaku dalam menunda/menghindari tanggung jawab, keputusan, maupun tugas yang seharusnya dapat dikerjakan, sehingga hal tersebut akan diselesaikan pada saat terakhir batas pengumpulan tugas (Laforge, 1998). Sebuah penelitian yang dilakukan (Utaminingsih & Setyabudi, 2012) memperlihatkan hasil bahwasannya 43,7% siswa mempunyai perilaku prokrastinasi_tinggi dan 56,3% lainnya memiliki prokrastinasi akademik rendah. Selain itu (Steel, 2007) mengungkapkan bahwasannya 25-75% dari siswa mengungkapkan bahwasannya perilaku prokrastinasi adalah salah satu problem yang sering terjadi dilingkup akademik siswa.

Berdasarkan hasil angket kebutuhan peserta didik yang telah dibagikan oleh peneliti di SMKN Darul Ulum Muncar yang berada di kabupaten Banyuwangi melalui *google form*, di kelas 11 pada tanggal 06 – 19 Agustus 2022 dengan jumlah keseluruhan siswa 610 siswa didapatkan hasil bahwa 51,70% siswa memiliki perilaku prokrastinasi akademik. Hasil tersebut didukung pula terhadap kegiatan observasi dan wawancara dengan guru BK serta pengamatan secara langsung yang telah dilakukan saat kegiatan pemantauan di kelas. Sikap prokrastinasi akademik yang dialami siswa diantaranya adalah sering menunda pengerjaan tugas harian baik tugas individu maupun kelompok, sengaja mengulur waktu pengumpulan tugas, terlambat dalam pengerjaan tugas, hingga terdapat siswa yang tidak mengerjakan tugas sama sekali yang dilakukan dengan sengaja, dan terdapatnya siswa yang sering mencontek hasil kerja dari temannya. Perilaku prokrastinasi tersebut disebabkan oleh banyak hal, diantaranya kurang memahami materi pembelajaran, tidak menyukai

tugas yang diberikan, tidak tertarik dengan gaya mengajar guru, serta adanya kendala mengenai finansial yang dibutuhkan untuk memenuhi bahan-bahan yang digunakan untuk memenuhi tugas.

Dalam dunia pendidikan, perilaku prokrastinasi akademik perlu mendapatkan perhatian lebih dikarenakan tinggi rendahnya perilaku prokrastinasi akademik memiliki peran yang penting dalam pencapaian motivasi akademik yang nantinya akan berpengaruh terhadap siswa itu sendiri. Pentingnya upaya dalam mereduksi perilaku prokrastinasi akademik siswa diperkuat oleh hasil penelitian (Sadirman, 2012:75 dalam Nitami et al., 2015) yang mengemukakan bahwa motivasi memiliki peran dalam lingkup akademik untuk memberikan rasa nyaman, senang, dan semangat dalam belajarnya sehingga individu akan terdorong dalam memulai aktivitasnya untuk menuntaskan tugas-tugas akademiknya. Hubungan antara perilaku prokrastinasi akademik siswa dengan motivasi pencapaian akademis juga dibuktikan oleh (Briordy dalam Tamami, 2011) yang mengungkapkan bahwa jika individu memiliki motivasi yang tinggi, maka mereka akan memiliki keinginan yang sangat rendah dalam melakukan prokrastinasi akademik.

Dari adanya pemaparan bahwasannya perilaku prokrastinasi akademik siswa berpengaruh pada pencapaian akademiknya, maka peran guru BK di sekolah sangat dibutuhkan terutama sebagai pendukung untuk menurunkan perilaku prokrastinasi akademik. Hal ini searah dengan salah satu tugas guru BK yaitu berpartisipasi dalam meningkatkan kemampuan pada diri peserta didik agar mampu menuju kearah yang positif dengan mempunyai suatu kebiasaan belajar secara baik, mampu menyelesaikan tugas tepat waktu, sehingga setiap individu mampu memantapkan potensi yang dimiliki (Juliawati, 2019).

Meskipun demikian, implementasi layanan bimbingan dan konseling di sekolah mengenai cara dalam mereduksi perilaku prokrastinasi akademik siswa belum terlaksana secara sempurna. Salah satu hambatan yang dihadapi oleh guru BK yakni tidak adanya buku panduan layanan konseling yang dapat digunakan sebagai acuan untuk mereduksi perilaku prokrastinasi akademik. Maka dari itu, dengan terdapatnya kendala tersebut dibutuhkan adanya pengembangan instrument berupa buku panduan implementasi layanan konseling yang nantinya bisa membantu guru BK dalam mengatasi penurunan perilaku prokrastinasi akademik.

Salah satu model konseling yang dapat membantu dalam mereduksi perilaku prokrastinasi akademik siswa adalah model konseling cognitive behavior. Konseling cognitive behavior merupakan pendekatan konseling dengan menggabungkan aspek kognitif dengan perilaku yang menganggap bahwa tatanan pola pikir akan berdampak pada perubahan perilaku (Corey, 2011). Konseling ini mampu untuk menurunkan perilaku prokrastinasi akademik siswa karena salah satu faktor yang membantu peserta didik dalam mengatasi prokrastinasi akademik adalah pola pikir yang dimiliki oleh individu itu sendiri dan kemudian akan terbentuknya sebuah perilaku. Sedangkan teknik self regulated learning menurut Yasdar & Muliyadi (2018) merupakan suatu proses dalam metakognisi yang berperan mengatur perencanaan, pemantauan, dan evaluasi diri dalam proses belajar seperti cara berpikir, penguasaan pengetahuan serta mampu mengatur jadwal belajarnya. Teknik self regulated learning menurut Bell dan Akroyd (dalam Astuti, 2019) merupakan komponen daripada teori pembelajaran cognitive behavior yang mengungkapkan bahwasannya tingkah laku, motivasi dan pemahaman memiliki pengaruh terhadap akademiknya. Dengan adanya hal tersebut maka strategi penerapan konseling

cognitive behavior sejalan dengan prinsip yang terdapat pada teknik self regulation learning dimana pada teknik tersebut mampu menyentuh aspek kognisi, motivasi, serta perilaku individu yang nantinya dapat mereduksi perilaku prokrastinasi akademik.

Terdapat beberapa penelitian yang memberikan kontribusi dalam keefektivitasan model konseling cognitive behavior, diantaranya penelitian yang telah dilaksanakan oleh Febriani (2020) menyatakan bahwa model konseling cognitive behavior berpengaruh efektif dalam mereduksi perilaku prokrastinasi akademik siswa Sekolah Menengah Atas. Keefektivitasan model konseling cognitive behavior khususnya dalam mereduksi prokrastinasi akademik ditemukan juga dalam penelitian oleh Abdillah & Fitriana (2021) menemukan bahwa penerapan konseling cognitive behavior dalam pengendalian perilaku prokrastinasi akademik sangat berkontribusi dalam mendalami penyebab terjadinya pikiran irasional dan merubahnya menjadi pikiran yang rasional. Sejalan dengan penelitian tersebut, penelitian oleh Heriansyah (2019) menemukan adanya kesadaran dari individu dalam meminimalisir perilaku prokrastinasi akademik.

Berdasarkan hasil pemaparan tersebut, model konseling cognitive behavior memiliki tingkat keefektifan yang cukup tinggi dalam penurunan perilaku prokrastinasi akademik. Dengan ini, maka dilakukanlah penelitian ini yang ditujukan untuk mengembangkan suatu produk buku panduan yang nantinya bisa dijadikan pegangan oleh guru BK saat proses pemberian layanan bimbingan konseling dengan model konseling cognitive behavior sebagai salah satu cara dalam mereduksi perilaku prokrastinasi akademik.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan deskripsi latar belakang di atas, maka dapat teridentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Masih adanya peserta didik yang memiliki sikap prokrastinasi akademik seperti menunda pengerjaan tugas, mengulur waktu pengumpulan tugas, mencontek hasil kerja teman, seta tidak mengerjakan tugas sama sekali.
2. Perilaku prokrastinasi akademik siswa akan berpengaruh pada pencapaian akademik siswa itu sendiri.
3. Belum adanya instrument berupa buku panduan pelaksanaan model konseling yang mampu dijadikan acuan untuk mereduksi perilaku prokrastinasi akademik siswa.

1.3 Pembatasan Masalah

Pembatasan masalah diadakan dengan tujuan agar penelitian dapat terarah dan menghindari terjadinya distorsi dalam pokok masalah. Berikut batasan masalah yang diangkat dalam penelitian ini hanya berhubungan dengan “Pengembangan Buku Panduan Konseling *Cognitive Behavior* Teknik *Self Regulated Learning* Untuk Mereduksi Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa SMK”.

1.4 Rumusan Masalah

1. Bagaimana rancang bangun buku panduan konseling *cognitive behavior* teknik *self regulated learning* untuk mereduksi perilaku prokrastinasi akademik siswa SMK?
2. Bagaimana validitas konten buku panduan konseling *cognitive behavior* teknik *self regulated learning* untuk mereduksi perilaku prokrastinasi akademik siswa SMK?

3. Bagaimana keefektivan buku panduan konseling *cognitive behavior* teknik *self regulated learning* untuk mereduksi perilaku prokrastinasi akademik siswa SMK?

1.5 Tujuan Penelitian

1. Untuk menyusun buku panduan konseling *cognitive behavior* teknik *self regulated learning* untuk mereduksi perilaku prokrastinasi akademik siswa SMK.
2. Untuk menganalisis dan mendeskripsikan validitas konten buku panduan konseling *cognitive behavior* teknik *self regulated learning* untuk mereduksi perilaku prokrastinasi akademik siswa SMK.
3. Untuk menguji keefektivan buku panduan konseling *cognitive behavior* teknik *self regulated learning* untuk mereduksi perilaku prokrastinasi akademik siswa SMK.

1.6 Spesifikasi Produk Yang Diharapkan

Spesifikasi produk yang diharapkan dalam penelitian pengembangan ini adalah sebagai berikut :

1. Buku panduan konseling *cognitive behavior* teknik *self regulated learning* untuk mereduksi perilaku prokrastinasi akademik siswa SMK dirancang dengan tujuan agar siswa mampu dalam mereduksi perilaku prokrastinasi akademik, serta dapat memberikan kontribusi untuk guru BK dalam melakukan penanganan di sekolah terutama bagi siswa yang mengalami permasalahan perilaku prokrastinasi akademik.

1.7 Manfaat

1. Secara teoritis

Untuk memperluas temuan terkiat dengan pengembangan buku panduan konseling *cognitive behavior* untuk mereduksi perilaku prokrastinasi siswa SMK.

2. Secara Praktis

a. Bagi Penulis

Penelitian ini dapat memiliki manfaat dalam menambah pandangan serta pengetahuan dalam melaksanakan penelitian berbasis *research and development* yang berkaitan dengan pengembangan panduan konseling *cognitive behavior* teknik *self regulated learning* untuk mereduksi perilaku prokrastinasi akademik siswa

b. Bagi Guru BK/konselor

Penelitian ini memiliki manfaat dalam menambah wawasan serta mempermudah guru BK untuk penerapan konseling *cognitive behavior* teknik *self regulated learning* untuk mereduksi perilaku prokrastinasi akademik siswa.

c. Bagi Siswa

Siswa mampu memahami dan mengerti dampak negatif yang akan terjadi karena adanya perilaku prokrastinasi akademik dan diharapkan juga agar dapat menghilangkan kebiasaan perilaku prokrastinasi akademik.

