

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan merupakan kebutuhan mutlak yang harus dipenuhi oleh setiap makhluk hidup selama hidupnya. Individu dapat mengembangkan potensi dirinya lewat pendidikan, yaitu melalui potensi fisik, sosial emosional, spritual dan yang paling penting adalah mental intelektual yang mana didapatkan di persekolahan. Tanpa adanya pendidikan di sekolah, manusia tidak dapat mengembangkan kreativitas dan diri mereka yang mana sesuai dengan undang – undang nomor 23 tahun 2003, pasal 3 menyebutkan bahwa :

Pendidikan nasioal berfungsi mengembangkan kemampuan serta membentuk watakka mencerrdaskan dan peradaban bangsa yang bermanfaat dalam rangka mencerdaskan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Dalam membangun kualitas pendidikan yang unggul di sekolah, ini berarti berkaitan dengan pengembangan prestasi akademik. Laporan dari data *Programe for International Student Assesment (PISA)* (2015 : 163 – 172) pada tahun 2012 menunjukkan bahwasannya prestasi belajar peserta didik Indonesia menduduki peringkat ke 64 dari total negara yang masuk pada survei PISA (OECD,2012). Hal ini berarti bahwa prestasi belajar peserta didik Indonesia masih tergolong rendah.

Pemberian tugas merupakan kegiatan interaksi pembelajaran yang perlu ditingkatkan dalam pencapaian prestasi akademik.

Tarsis (1996, dalam Sutriyah, 2012; 216) menyatakan bahwa tugas adalah sebuah pekerjaan yang wajib dilaksanakan untuk diselesaikan. Tugas bisa didapat dari pimpinan atau atasan kepada bawahan atau orang yang diserahi tanggung jawab kepada individu. Selain didalam lingkup dunia kerja, tugas juga bisa didapatkan di dalam dunia pendidikan seperti proses pembelajaran.

Dalam proses pembelajaran, tugas diberikan oleh guru kepada siswa sebagai suatu alat atau metode dalam penyampaian materi pembelajaran. Saat proses pembelajaran juga terdapat masalah yang sering dihadapi siswa yaitu perilaku menunda-nunda tugas dalam istilah psikologi disebut prokrastinasi akademik.

Ghufon dan Risnawita S (2012: 155) mendefinisikan prokrastinasi merupakan sebuah penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang dengan melakukan aktivitas lain yang tidak dibutuhkan dalam mengerjakan tugas. Lebih jelasnya, bahwa prokrastinasi adalah sebuah perilaku yang tidak bisa mengatur waktu dengan baik sehingga menyebabkan tertundanya suatu pekerjaan.

Padahal dalam konteks pembelajaran siswa diharapkan memiliki kemampuan melaksanakan tugasnya secara optimal sebagai pelajar sesuai dengan tuntutan yang dihadapi. Namun, ternyata permasalahan di lapangan, siswa sering menyepelekan tugas akademik yang diberikan oleh guru sehingga mereka tidak bisa mengumpulkannya sesuai dengan jangka waktu pengumpulan yang diberikan oleh guru, yang mana permasalahan tersebut perlu sekali penanganan dari guru bimbingan dan konseling.

Berdasarkan dari hasil observasi dan wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti pada tanggal 1 November 2019, peneliti memperoleh informasi bahwa di SMAN 1 Jakenan terdapat anak yang mengalami disfungsi prokrastinasi

akademik. Disfungsi prokrastinasi akademik merupakan masalah yang paling banyak dialami oleh siswa kelas XI MIPA 2 SMAN 1 Jakenan. Banyak gejala yang mengidentifikasi adanya siswa sering menunda tugasnya yaitu adalah 1. Menunda-nunda memulai dan mengerjakan tugas artinya siswa sengaja melakukan penundaan tersebut atau menunda-nunda untuk mengerjakan sampai tuntas jika dia sudah mulai mengerjakan sebelumnya. 2. Menunda belajar saat menghadapi ujian artinya siswa hanya belajar disaat mendekati ujian tidak saat hari-hari biasa. 3. Kesenjangan antara rencana dan kinerja aktual artinya memiliki kesulitan untuk melakukan sesuatu yang telah ditetapkan. 4. Menunda kegiatan membaca catatan belajar artinya setiap mengerjakan tugas selalu mengalami kesulitan karena jarangny minat membaca. 5. Terbiasa mengerjakan mepet waktu artinya jika tidak mendekati *dateline* tugas yang diberikan guru tidak akan dikerjakan. 6. Sengaja meninggalkan tugas yang sulit artinya tidak ada rasa tertantang untuk menyelesaikan tugas yang sulit hingga akhirnya tugas tersebut tidak dikerjakan. 7. Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan artinya melakukan aktivitas lain diluar akademik yang lebih menyenangkan misalkan lebih memilih bermain Hp daripada mengerjakan tugas. 8. Tidak memiliki tanggung jawab akademik artinya sebagai seorang siswa rasa tanggung jawab akademik seperti pengerjaan tugas tepat waktu dan teliti sangat kurang di rasakan pada siswa jaman sekarang. 9. Terlalu banyak tugas yang diberikan artinya tugas yang diberikan guru mata pelajaran lain secara bersamaan kepada siswa. 10. Takut salah terhadap tugas yang dikerjakan artinya tidak percaya diri dengan hasil yang dikerjakan sendiri akhirnya siswa menunggu temannya untuk mengerjakan.

Menurut Harrison (dalam Kurnanto Edi; 2013) Konseling kelompok adalah konseling yang terdiri dari 4-8 konseli yang bertemu dengan 1-2 konselor. Dalam prosesnya, konseling kelompok dapat membicarakan beberapa masalah, seperti kemampuan dalam membangun relasi dan komunikasi, pengembangan harga diri, serta keterampilan-keterampilan dalam mengatasi masalah. Takut terhadap tugas yang dikerjakan artinya menunda tugas karena tidak percaya diri terhadap hasil tugas yang dikerjakan sendiri.

Maka dari itu, layanan konseling kelompok dipandang efektif dan efisien dalam mereduksi prokrastinasi akademik bagi anak SMA.

Penggunaan teknik dalam melaksanakan layanan konseling kelompok sangat penting, karena sebuah teknik merupakan suatu cara yang digunakan untuk membantu keberhasilan dalam pelaksanaan konseling kelompok. Teknik yang digunakan oleh peneliti dalam melaksanakan layanan konseling kelompok yaitu teknik *behavior contract*.

Teknik *behavior contract* merupakan kesepakatan antara dua orang atau lebih untuk mengubah perilaku tertentu dan kontrak ini menegaskan harapan dan tanggung jawab yang harus dipenuhi dan konsekuensinya.

Menurut Latipun (2015: 102) *Behavior Contract* adalah persetujuan antara dua orang atau lebih (konselor dan klien) untuk mengubah perilaku tertentu pada klien. Konselor dapat memilih perilaku yang realistis dan dapat diterima oleh kedua belah pihak. Konselor dapat memilih perilaku yang dimunculkan sesuai dengan kesepakatan, ganjaran yang diberikan pada klien.

Untuk itu, peneliti memberikan upaya dalam mereduksi disfungsi prokrastinasi akademik siswa kelas XI MIPA 2 SMAN 1 Jakenan melalui layanan konseling kelompok dengan teknik *behavior contract*.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Basir (2018) dengan judul “Mengurangi Kebiasaan Menyontek Dalam Mengerjakan Ulangan Harian Melalui Layanan Konseling Kelompok Teknik *Behavior Contract* Pada Siswa Kelas XI IPSMA NU MA'ARIF Kudus. Peneliti melaksanakan layanan konseling kelompok teknik *behavior contract* dapat dikurangi. Diperolehnya penurunan kebiasaan menyontek dalam ulangan harian hal ini terbukti dari hasil penelitian pada siklus I dan siklus II dapat disimpulkan bahwa kebiasaan menyontek dalam ulangan harian mengalami penurunan dari hasil kurang baik menjadi baik pada prasiklus, siklus I dan Siklus II.

Dari penelitian yang dilakukan di atas menunjukkan adanya keberhasilan, hal ini terbukti sebelum siswa mendapatkan layanan konseling kelompok dengan teknik *behavior contract* siswa sering menyontek. Namun setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *behavior contract*, siswa memperoleh perbaikan. Dengan demikian untuk mengatasi permasalahan disfungsi prokrastinasi akademik, peneliti berencana untuk mereduksi disfungsi prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI MIPA 2 SMAN 1 Jakenan, menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknik *behavior contract*.

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan, maka peneliti bermaksud untuk melakukan suatu penelitian yang berjudul “Mereduksi Disfungsi Prokrastinasi Akademik Melalui Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik *Behavior Contract* Pada Siswa SMAN 1 Jakenan”.

1.1 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas peneliti merumuskan masalah sebagai Berikut:

- 1.1.1 Bagaimana aktivitas peneliti dalam melaksanakan layanan konseling kelompok dengan teknik *behavior contract* untuk mereduksi disfungsi prokrastinasi akademik siswa kelas XI MIPA 2 SMAN 1 Jakenan?
- 1.1.2 Apakah perilaku disfungsi prokrastinasi akademik dapat direduksi melalui layanan konseling kelompok dengan teknik *behavior contract* pada siswa kelas XI MIPA2 SMAN 1 Jakenan?

1.2 Tujuan

Berdasarkan Permasalahan di atas, maka tujuan Penelitian Bimbingan dan Konseling (PTBK) ini adalah:

- 1.2.1 Mendeskripsikan aktivitas peneliti dalam melaksanakan layanan konseling kelompok dengan teknik *behavior contract* dalam mereduksi disfungsi prokrastinasi akademik siswa kelas XI MIPA 2 SMAN 1 Jakenan.
- 1.2.2 Menurunnya perilaku disfungsi prokrastinasi akademik setelah mendapat layanan konseling kelompok teknik *behavior contract* pada siswa kelas XI MIPA 2 SMAN 1 Jakenan.

1.3 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian diharapkan bisa berguna dan memberikan manfaat bagi berbagai pihak, baik secara teoritis maupun praktis.

1.3.1 Manfaat Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan, melengkapi referensi

yang telah ada sebelumnya, sehingga dapat memberikan manfaat dalam pengembangan ilmu pengetahuan pada bidang bimbingan dan konseling.

Hasil dari layanan konseling kelompok dengan teknik *behavior contract* ini dapat memberikan konstibusi dalam mereduksi disfungsi prokrastinasi akademik yang dialami siswa kelas XI MIPA 2 SMAN 1 Jakenan Pati tahun ajaran 2019/2020.

1.3.2 Manfaat Secara praktis

1.3.2.1 Bagi Siwa

Siswa mampu memanfaatkan layanan konseling kelompok dengan teknik *behavior contract* dalam mereduksi disfungsi prokrastinasi akademik yang dialaminya.

1.3.2.2 Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Guru bimbingan dan konseling memperoleh acuan dalam memberikan bantuan kepada siswa untuk mengatasi disfungsi prokrastinasi akademik.

1.3.2.3 Bagi Kepala Sekolah

Kepala sekolah dapat menggunakan sebagai bahan pertimbangan/pedoman dalam melakukan konseling yang dapat mendukung pelaksanaan program BK di sekolah.

1.3.2.4 Bagi Peneliti

Peneliti memperoleh pengalaman dan memperoleh keterampilan mengenai layanan konseling kelompok dengan teknik *behavior contract* dalam mereduksi disfungsi prokrastinasi akademik pada siswa.

1.4 Ruang Lingkup Penelitian

Berdasarkan penelitian ini maka bahasan akan mengungkap “Mereduksi Disfungsional Prokrastinasi Akademik Melalui Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik *Behavior Contract* Pada Siswa SMAN 1 Jakenan”. Variabel dalam penelitian ini mereduksi prokrastinasi akademik disfungsional sebagai variabel terikat (Y) dan konseling kelompok dengan teknik *behavior contract* adalah variabel bebas (X). Subyek yang digunakan adalah siswa kelas XI MIPA 2 SMAN 1 Jakenan yang melakukan disfungsional prokrastinasi akademik.

1.5 Definisi Operasional

Sesuai dengan judul penelitian “Mereduksi Disfungsional Prokrastinasi Akademik Melalui Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik *Behavior Contract* Pada Siswa SMAN 1 Jakenan”. Maka definisi operasionalnya dapat diuraikan sebagai berikut:

1.5.1 Disfungsional Prokrastinasi Akademik

Disfungsional prokrastinasi akademik merupakan perilaku maladaptif bagi siswa karena penundaan tugas yang sengaja dilakukan berulang-ulang menyebabkan penurunan nilai akademik serta semangat belajar rendah.

Mereduksi disfungsional prokrastinasi akademik merupakan langkah untuk mengatasi salah satu masalah yang ada di Kelas XI MIPA 2 SMAN 1 Jakenan, hal ini ditunjukkan dengan beberapa ciri yaitu menunda-nunda dalam memulai dan menyelesaikan tugas, menunda belajar saat menghadapi ujian, kesenjangan antara rencana dan kinerja aktual, menunda kegiatan membaca catatan belajar, terbiasa mengerjakan mepet waktu, sengaja meninggalkan tugas

yang sulit, melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan, tidak memiliki rasa tanggung jawab akademik, beban tugas terlalu besar, takut salah terhadap tugas yang dikerjakan. Dengan adanya permasalahan tersebut diperlukan adanya sebuah tindakan agar tidak menjadi permasalahan yang besar untuk masa yang akan datang, sehingga siswa kelas XI MIPA 2 SMAN 1 Jakenan dapat mereduksi disfungsi prokrastinasi akademik.

1.5.2 Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik *Behaviour Contract*

Konseling kelompok merupakan kegiatan yang dilakukan 7-15 orang untuk membahas serta mengatasi permasalahan kelompok yang homogen melalui dinamika kelompok dan dilakukan secara berkelompok.

Konseling kelompok dalam penelitian ini bertujuan untuk memberi bantuan kepada siswa secara langsung dalam mereduksi disfungsi prokrastinasi akademik kelas XI MIPA 2 SMAN 1 Jakenan agar mampu dalam menyesuaikan diri dalam lingkungan akademik dan mencapai perkembangan yang optimal pada saat ini maupun yang akan datang.

Salah satu teknik yang digunakan sebagai pendukung dalam konseling kelompok yaitu *behavior contract*. *Behavior Contract* adalah pesetujuan antara dua orang atau lebih (konselor dan konseli) untuk mengubah perilaku tertentu pada konseli. Konselor dapat memilih perilaku yang realistik dan dapat diterima oleh kedua pihak. Setelah perilaku dimunculkan sesuai dengan kesepakatan, ganjaran atau *reward* positif terhadap perilaku yang dibentuk akan diutamakan dari pada pemberian hukuman atau *punishment* apabila kontrak perilaku tidak berhasil.

Dalam penelitian ini, teknik *behavior contract* diberikan pada saat tahap pembentukan dalam layanan konseling kelompok, karena perlu adanya kesepakatan yang dibuat antara konselor dan konseli (siswa yang bermasalah) mengenai perilaku yang akan diubah, pemberian hadiah jika berhasil serta pemberian hukuman jika tidak berhasil. Berikut ini langkah-langkah konseling kelompok yaitu:

1. Tahap pembentukan
 - a. Mengungkapkan pengertian dan tujuan konseling kelompok.
 - b. Menjelaskan cara-cara dan asas-asas konseling kelompok.
 - c. Memperkenalkan diri dan mengungkapkan diri.
 - d. Ikrar kerahasiaan.
 - e. Permainan untuk penghangatan/pengakraban.
2. Tahap peralihan
 - a. Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya.
 - b. Menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya.
 - c. Membahas suasana yang terjadi.
 - d. Meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota kelompok
 - e. Kalau perlu kembali ke beberapa aspek tahap pertama (tahap pembentukan).
3. Tahap kegiatan
 - a. Pemimpin kelompok dengan anggotanya membahas permasalahan dari topik-topik yang berkaitan dengan prokrastinasi akademik.

- b. Anggota kelompok membahas topik tersebut secara mendalam dan tuntas.
 - c. Memasukan teknik *behavior contract* dalam kegiatan knseling kelompok.
 - d. Pemberian *reward* atau *punishment* kepada anggota kelompok.
 - e. Kegiatan selingan.
4. Tahap pengakhiran
- a. Pemimpin kelompok meminta agar anggota kelompok mengemukakan kesan dan hasil-hasil kegiatan.
 - b. Mengemukakan pesan dan harapan.

Dalam uraian di atas, peneliti dapat menyimpulkan bahwa proses pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik *behavior contract*, proses pelaksanaan tahapan teknik *behavior contract* akan disesuaikan dengan tahapan konseling kelompok. Dalam pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik *behavior cotract*, diharapkan dapat mereduksi disfungsiional prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI MIPA 2 SMAN 1 Jakenan.