

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan sarana dalam mencerdaskan kehidupan bangsa sehingga diharapkan dapat peka terhadap perubahan. Pada era globalisasi saat ini guru biasanya menggunakan beberapa metode dalam proses belajar mengajar. Salah satu metode yang biasa digunakan oleh guru yaitu metode pemberian tugas melalui google form. Tarsis (1996, dalam Sutriyah, 2012:16) menyatakan bahwa tugas adalah suatu pekerjaan yang dilaksanakan untuk diselesaikan. Tugas biasanya datang dari atasan atau pimpinan kepada bawahan atau orang yang diserahkan tanggung jawab kepadanya. Dalam proses belajar mengajar, tugas diberikan oleh guru kepada siswa sebagai salah satu alat atau metode dalam penyampaian materi pelajaran. Kelamahan metode tugas menurut Syaiful (2010, dalam Sutriyah, 2012: 16) apabila tugas-tugas itu banyak dan sukar dilaksanakan, ketegangan mental mereka dapat terpengaruhi. Selain itu juga akan mempengaruhi siswa untuk menunda-nunda tugas yang diberikan guru.

Bahkan dengan mewabahnya Covid-19 ke seluruh penjuru dunia termasuk Indonesia, beberapa negara terdampak memutuskan untuk menutup sekolah maupun perguruan tinggi sebagai upaya untuk mencegah penyebaran Covid-19. *World Health Organization* (WHO) merekomendasikan untuk menghentikan sementara kegiatan-kegiatan yang berpotensi menimbulkan kerumunan massa. Sejalan dengan arahan dari *World Health Organization* (WHO) pemerintah Indonesia melalui Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) melakukan banyak cara untuk mencegah penyebaran Covid-19 di sektor pendidikan salah satunya yaitu dengan mengeluarkan surat edaran No. 1 Tahun 2020. Dalam surat edaran tersebut Kemendikbud menginstruksikan untuk menyelenggarakan pembelajaran jarak jauh dan menyarankan para peserta didik untuk belajar dari rumah masing-masing terhitung mulai 24 Maret 2020.

Kemudian dampak yang diberikan Covid-19 pada kegiatan belajar mengajar cukup terasa, hal tersebut terlihat dari pembelajaran yang semestinya dilakukan secara langsung dan sekarang hanya dapat dilakukan secara mandiri. Dengan begitu peserta didik melakukan pembelajaran tidak langsung memanfaatkan pembelajaran dalam jaringan yang di rasa tepat guna di situasi seperti saat ini. Walaupun dengan adanya pembelajaran dalam jaringan atau daring tidak semua peserta didik mampu belajar secara mandiri dan bertanggung jawab terhadap akademiknya, bahkan semenjak dengan adanya pembelajaran dalam jaringan atau daring siswa terkesan menyepelekan akademiknya sehingga tugas-tugas yang diberikan oleh guru ditunda-tunda yang mengakibatkan nilai akademiknya turun dan semangat belajarnya pun menurun.

Perilaku menunda-nunda tugas dalam istilah psikologi disebut prokrastinasi. Ghufro dan Risnawita S (2012: 155) mendefinisikan prokrastinasi sebagai suatu penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang dengan melakukan aktivitas lain yang tidak diperlukan dalam pengerjaan tugas. Steel (2007, dalam Kartadinata dan Tjundjing, 2008) faktor yang mempengaruhi yaitu karakteristik tugas, perbedaan individual dan demografi. Karakteristik tugas menunjukkan hal-hal yang paling dominan pada lingkungan yang memungkinkan siswa melakukan prokrastinasi.

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.

Disfungsional prokrastinasi akademik merupakan perilaku maladaptif bagi siswa karena penundaan tugas yang sengaja dilakukan berulang-ulangan menyebabkan penurunan nilai akademik serta semangat belajar rendah. Masalah tersebut yang paling banyak dialami oleh siswa kelas XI Agribisnis Tanaman

Pangan dan Horticultura (ATPH 4) SMKN 1 Maja tahun ajaran 2020/2021. Timbulnya disfungsi prokrastinasi terjadi karena faktor eksternal dan faktor internal. Kondisi fisik dan psikologis dapat mempengaruhi prokrastinasi siswa. Selain itu faktor eksternal yang terdapat diluar individu yang mempengaruhi yaitu pola asuh orangtua dan kondisi lingkungan.

Berdasarkan dari hasil observasi yang peneliti lakukan bersama konseli serta wawancara dengan Guru BK, Orang Tua Konseli, Konseli, Wali Kelas XI ATPH 4, dan Teman Konseli yang dilakukan peneliti tanggal 2 November 2020 dan menindak lanjuti dari hasil Praktik Pengenalan Lapangan di SMKN 1 Maja, peneliti menemukan bahwa ternyata siswa di SMKN 1 Maja Kelas XI Agribisnis Tanaman Pangan dan Horticultura (ATPH 4) banyak siswa yang melakukan disfungsi prokrastinasi, tetapi peneliti mengambil dua siswa dengan presentase tertinggi yaitu VRS dan RRS dengan penyebab melakukan disfungsi prokrastinasi akademik yang berbeda-beda.

Dilihat dari gejala-gejala yang ada berdasarkan hasil wawancara dengan wali kelas dan guru BK serta observasi, siswa melakukan disfungsi prokrastinasi akademik yaitu disebabkan kurangnya minat belajar siswa karena banyaknya tugas yang diberikan oleh guru sehingga siswa menunda tugas akademiknya dan terlambat mengerjakan serta mengumpulkan tugas, kemudian siswa lebih memilih melakukan aktifitas lain yang tidak ada kaitannya dengan tugas seperti bermain *game online* dan nongkrong bersama teman-temannya.

VRS melakukan disfungsi prokrastinasi akademik disebabkan karena konseli merasa bosan dengan tugas yang diberikan guru dampak dari belajar pembelajaran dalam jaringan, selain itu hampir setiap mata pelajaran ada tugas sehingga VRS cenderung merasa malas dan mengakibatkan prokrastinasi dan menunggu teman yang lain mengerjakan terlebih dahulu. Selain itu juga karena adanya kecemasan sosial yang terjadi karena perbedaan individual yang mempengaruhi VRS untuk melakukan prokrastinasi akademik. Tugas yang biasanya diberikan oleh guru biasanya latihan mengerjakan soal-soal yang bersumber dari

buku paket atau tugas membuat *power point* yang harus dipresentasikan melalui video dan didiskusikan bersama.

RRS melakukan disfungsional prokrastinasi akademik disebabkan karena faktor internal dan eksternal. Untuk faktor internal terjadi disebabkan oleh sistem belajar dalam jaringan dari rumah yang menyebabkan RPD merasa bosan sehingga mengakibatkan prokrastinasi akademik, adapun faktor eksternal yaitu RPD banyak melakukan aktivitas lain di luar sekolah seperti lebih tertarik jalan-jalan bersama teman-temannya, bermain *game online*, dan nongkrong-nongkrong di *Café*.

Disfungsional prokrastinasi akademik ini seharusnya tidak terjadi dalam dunia pendidikan karena berpengaruh negatif bagi siswa baik sekarang maupun di masa yang akan datang. Namun ternyata kenyataannya hal tersebut masih terjadi. Prokrastinasi tersebut ditandai dengan siswa menunda-menunda untuk memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, dan melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan secara berulang-ulang.

Untuk membantu mengatasi disfungsional prokrastinasi akademik yang dialami siswa, peneliti memberikan layanan konseling individual dengan pendekatan behavioristik menggunakan teknik kontrak perilaku.

Menurut Corey (2003: 196) pendekatan konseling behavioristik ialah pendekatan-pendekatan terhadap konseling dan psikoterapi yang berurusan dengan perubahan tingkah laku.

Sedangkan menurut Komalasari, Wahyuni dan Karsih (2016: 153) menyatakan bahwa pendekatan behavioral didasari oleh pandangan ilmiah tentang tingkah laku manusia yaitu pendekatan yang sistematis dan terstruktur dalam konseling. Pendekatan ini berpandangan bahwa setiap tingkah laku didapatkan sebagai hasil belajar dari lingkungan secara keliru. Jadi pendekatan behavioristik memandang manusia terlahir netral artinya manusia tidak lahir baik atau buruk. Semua tingkah laku aditif maupun maladitif dapat dipelajari.

Menurut Komalasari (2016: 157) tahapan konseling behavioristik memiliki empat tahapan yaitu melakukan asesmen, menentukan tujuan, mengimplementasikan tujuan, dan mengakhiri konseling.

Kemudian di dalam penelitian ini peneliti juga memilih satu teknik dari beberapa teknik yang ada dalam pendekatan behavioristik yaitu teknik kontrak perilaku. Menurut Latipun (2008, dalam Purnamasari 2012: 54) menyatakan bahwa kontrak perilaku adalah persetujuan antara dua orang atau lebih (konselor dan konseli) untuk mengubah perilaku tertentu pada konseli. Kontrak perilaku didasarkan atas pandangan bahwa membantu konseli untuk membentuk perilaku tertentu yang diinginkan dan memperoleh ganjaran tertentu sesuai dengan kontrak perilaku yang di sepakati.

Sedangkan menurut Komalasari, Wahyuni dan Karsih (2016: 172) menyatakan kontrak perilaku adalah mengatur kondisi sehingga konseli menampilkan tingkah laku yang diinginkan berdasarkan kontrak antara konseli dan konselor.

Kontrak Perilaku yaitu salah satu teknik dalam pendekatan behavioristik yang melibatkan *reinforcement* untuk menguatkan tingkah laku tersebut. Tahapan penerapan teknik kontrak perilaku yaitu sebagai berikut:

1. Kontrak disertai dengan penguatan.
2. Penguatan diberikan segera.
3. Kontrak harus dinegosiasikan secara jelas, terbuka, dan bebas serta disepakati antara konseli dan konselor.
4. Menganalisis perilaku yang akan di ubah untuk diberikan hadiah yang tepat untuk masing-masing aspek atau komponen perilaku tersebut.
5. Berikan *reinforcement* setiap kali tingkah laku yang diinginkan ditampilkan sesuai jadwal kontrak dan dilaksanakan secara konsisten.

Jadi dapat disimpulkan pendekatan teknik kontrak perilaku adalah pertetujuan untuk mengatur kondisi tingkah laku berdasarkan kontrak yang sudah disepakati antara konseli dan konselor.

Peneliti berasumsi dengan memilih konseling individu behavioristik teknik kontrak perilaku dirasa cara yang paling efektif untuk menangani permasalahan disfungsi prokrastinasi akademik serta bisa mengatur perilaku tingkah laku konseli yang diinginkan. Dalam konseling individu peneliti menggunakan pendekatan konseling behavioristik dengan teknik kontrak perilaku karena mempunyai keunggulan dengan membantu siswa mempelajari tingkah laku baru serta memecahkan masalahnya. Konseling behavioristik merupakan prinsip-prinsip belajar dan prosedur belajar yang efektif untuk membantu dasar-dasar bantuan kepada siswa dengan bertujuan untuk menghapus perilaku maladaptif untuk diganti dengan perilaku adaptif yang diinginkan siswa.

Adrianta dan Tjundjing (2007) dalam penelitiannya yang berjudul Mahasiswa Versus Tugas: Prokrastinasi dan *Conscientiousness*, menunjukkan bahwa ada korelasi yang signifikan antara prokrastinasi akademik dengan *Conscientiousness* menggunakan alat ukur peneliti sebesar -0.612. Hasil ini diperkuat dengan menguji kedua variabel menggunakan alat ukur lain. Contohnya dengan menggunakan API (*Aitken Procrastination Inventory*) dan BFI (*Big Five Inventory*) dimensi *Conscientiousness*, peneliti menemukan adanya hubungan signifikan sebesar -0.481. Dari hasil pengujian silang antara skala prokrastinasi peneliti dengan BFI dimensi *Conscientiousness* dan API dengan skala *Conscientiousness* dan API dengan skala *Conscientiousness* peneliti, peneliti menemukan adanya korelasi signifikan masing-masing sebesar -0.536 dan -0.489. Dengan adanya korelasi negatif hasil tersebut menyiratkan bahwa adanya hubungan negatif antara prokrastinasi dengan *Conscientiousness* sehingga menyisakan harapan bahwa dengan mengembangkan kualitas diri yang terstruktur, terkendali, dan tekun, mahasiswa dapat terhindar dari dampak negatif prokrastinasi. Aspek negatif prokrastinasi yaitu kegagalan memenuhi kewajiban yang penting, perasaan tidak berharga (karena seringkali gagal menunaikan kewajiban), dan munculnya ketidaknyamanan psikologi saat melakukan prokrastinasi. Oleh karena itu pentingnya mengembangkan karakter *Conscientiousness* pada mahasiswa.

Penerapan teknik kontrak perilaku didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Harlina, Suharso, dan Hartati 2014 yang berjudul Mengembangkan Manajemen Waktu Melalui Layanan Penguasaan Konten Dengan Teknik Kontrak Perilaku. Hasil penelitian yang dilaksanakan termasuk jenis penelitian eksperimen dengan menggunakan teknik *purpose sampling* menyatakan presentase sebelum diberikan layanan sebesar 57,80% sehingga termasuk dalam kategori sedang. Namun, setelah mendapatkan perlakuan berupa penugasan konten dengan teknik kontrak perilaku presentase rata-rata tersebut mengalami perkembangan yaitu 13,72% menjadi 71,52% sehingga termasuk dalam kategori tinggi. Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa secara keseluruhan siswa sudah mampu memahami dan mengerti tentang karakteristik kemampuan manajemen waktu dengan baik sehingga kemampuan manajemen waktu siswa setelah diberi layanan penguasaan konten dengan teknik kontrak perilaku menjadi lebih tinggi.

Berdasarkan fenomena di atas peneliti menggunakan konseling behavioristik dengan teknik kontrak perilaku diharapkan dapat mengatasi disfungsi prokrastinasi. Dari uraian tersebut maka peneliti bermaksud mengangkat penelitian dengan judul “Penerapan Konseling Behavioristik Teknik Kontrak Perilaku untuk Mengatasi Disfungsi Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI Agribisnis Tanaman Pangan dan Horticultura (ATPH 4) SMKN 1 Maja Tahun Ajaran 2020/2021”.

1.2 Fokus dan Lokus Penelitian

1.2.1 Fokus Penelitian

Penelitian ini difokuskan pada penerapan konseling behavioristik dengan teknik kontrak perilaku untuk mengatasi disfungsi prokrastinasi akademik siswa kelas XI Agribisnis Tanaman Pangan dan Horticultura (ATPH 4) SMKN 1 Maja tahun ajaran 2020/2021. Bahwa disfungsi prokrastinasi merupakan penundaan menyelesaikan tugas secara sengaja yang dilakukan berulang-ulang dengan melakukan aktifitas lain yang tidak diperlukan.

Setiap sekolah sebaiknya memperhatikan masalah-masalah yang sering dihadapi oleh siswa-siswinya. Apalagi masalah menunda-nunda tugas yang dianggap sepele dan untuk saat ini dirasa cukup sering dilakukan oleh peserta didik. Banyaknya dan seringnya siswa yang melakukan prokrastinasi dan jika dibiarkan secara terus menerus, maka masalah ini akan menjadikan siswa berperilaku tidak disiplin.

Sehingga diharapkan dengan adanya bantuan konseling behavioristik teknik kontrak perilaku yang diberikan peneliti kepada konseli dapat membantu konseli dalam mengatasi disfungsi prokrastinasi yang dialaminya.

1.2.2 Lokus Penelitian

Lokus penelitian yang dimaksud adalah penanganan atau bantuan yang dilakukan oleh peneliti sesuai permasalahan subjek terkait dengan siswa yang melakukan disfungsi prokrastinasi akademik. Dengan tujuan peneliti mengentaskan permasalahan yang sedang dialami siswa tersebut bertujuan untuk individu mau merubah perilakunya supaya menjadi lebih baik lagi.

Dalam permasalahan ini peneliti menggunakan konseling Behavioristik dengan teknik Kontrak Perilaku dalam mengentaskan permasalahan yang sedang dialami siswa. Permasalahan yang sedang dialami yaitu mengenai disfungsi prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI Agribisnis Tanaman Pangan dan Horticultura (ATPH 4) SMKN 1 Maja Tahun Ajaran 2020/2021. Peneliti ingin mengentaskan permasalahan ini, yang awalnya siswa melakukan disfungsi prokrastinasi akademik menjadi rajin serta tepat waktu dalam mengumpulkan tugas yang diberikan oleh guru.

Kontrak Perilaku merupakan perjanjian dua orang atau lebih untuk berperilaku dengan cara tertentu dan untuk menerima hadiah bagi perilaku itu. Kontrak ini menegaskan harapan dan tanggung jawab yang harus dipenuhi dan konsekuensinya.

Dengan adanya kontrak perilaku diharapkan siswa mampu bersikap disiplin dan rajin dalam hal apapun terutama dalam belajar mengerjakan tugas yang

diberikan oleh guru. Sehingga pada akhirnya memutuskan untuk serangkain *treatment* dengan menerapkan konseling Behavioristik degan teknik Kontrak Perilaku untuk mengatasi disfungsiional prokrastinasi akademik siswa kelas Agribisnis Tanaman Pangan dan Horticultura (ATPH 4) SMKN 1 Maja Tahun Ajaran 2020/2021.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas peneliti merumuskan masalah sebagai berikut:

1.3.1 Faktor-faktor apa yang menyebabkan disfungsiional prokrastinasi akademik siswa kelas XI Agribisnis Tanaman Pangan dan Horticultura (ATPH 4) SMKN 1 Maja tahun ajaran 2020/2021?

1.3.2. Apakah disfungsiional prokrastinasi dapat diatasi melalui layanan konseling behavioristik teknik kontrak perilaku pada siswa kelas XI Agribisnis Tanaman Pangan dan Horticultura (ATPH 4) SMKN 1 Maja tahun ajaran 2020/2021?

1.4 Tujuan Penelitian

Penelitian ini dilakukan terhadap siswa kelas XI ATPH 4 SMKN 1 Maja tahun ajaran 2020-2021 dengan tujuan sebagai berikut:

1.4.1 Untuk mengetahui faktor-faktor yang menyebabkan disfungsiional prokrastinasi akademik siswa kelas XI ATPH 4 SMKN 1 Maja tahun ajaran 2020/2021.

1.4.2 Untuk mengatasi disfungsiional prokrastinasi akademik siswa kelas XI Agribisnis Tanaman Pangan dan Horticultura (ATPH 4) SMKN 1 Maja tahun ajaran 2020/2021.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Secara Teoritis

Penelitian 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 individu dengan pendekatan behavioristik teknik kontrak perilaku ini dapat memberikan kontribusi dalam mengatasi prokrastinasi akademik yang dialami siswa kelas XI ATPH 4 SMKN 1 Maja tahun ajaran 2020/2021.

1.5.2 Manfaat Secara Praktis

1.5.2.1 Bagi Siswa

Siswa mampu memanfaatkan layanan konseling individu melalui pendekatan behavioristik teknik kontrak perilaku dalam mengatasi prokrastinasi akademik yang dialaminya.

1.5.2.1 Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

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

1.5.2.4 Bagi Peneliti

Peneliti memperoleh pengalaman dan pengetahuan bahwa teknik kontrak perilaku dalam pendekatan behavioristik adalah teknik yang tepat digunakan untuk mengatasi permasalahan prokrastinasi akademik yang dialami siswa.

1.6 Ruang Lingkup Penelitian

Sesuai dengan judul penelitian “Penerapan Pendekatan Behavioristik Teknik Kontrak Perilaku untuk Mengatasi Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI Agribisnis Tanaman Pangan dan Horticultura (ATPH 4) SMKN 1 Maja Tahun Ajaran 2020/2021”, maka ruang lingkup penelitian adalah konseling behavioristik teknik kontrak perilaku dan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI Agribisnis Tanaman Pangan dan Horticultura (ATPH 4) SMKN 1 Maja tahun ajaran 2020/2021.