

## **BAB I PENDAHULUAN**

Bab ini membahas mengenai inti dan arah penelitian yang terdiri atas: latar belakang masalah, identifikasi dan rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, asumsi penelitian, hipotesis, dan prosedur penelitian.

### **A. Latar Belakang Masalah**

Menurut Undang-Undang RI No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Bab I Pasal 1, pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.

Sekolah Menengah Atas (SMA) merupakan salah satu wadah untuk menghasilkan insan Indonesia yang cerdas dan beriman kepada Tuhan Yang Maha Esa. Pemerintah khususnya Departemen Pendidikan Nasional berupaya agar setiap individu memperoleh kesempatan mendapatkan pendidikan yang bermutu. Upaya Pemerintah diwujudkan melalui tiga pilar utama yaitu: (1) pemerataan dan perluasan akses pendidikan; (2) peningkatan mutu, relevansi dan daya saing; dan (3) penguatan tata kelola, akuntabilitas dan pencitraan publik. Tiga pilar ini diyakini mampu meningkatkan kualitas pendidikan di Indonesia.

Peserta didik mempunyai status sebagai subjek didik yaitu anggota masyarakat yang berusaha mengembangkan potensi diri melalui proses pembelajaran 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. Untuk itu peserta didik diberikan kemampuan dalam berbagai hal, seperti kreativitas, tanggung jawab, dan keterampilan. Dengan kata lain peserta didik perlu mengalami perkembangan dalam aspek kognitif, afektif, dan psikomotor.

Ditinjau dari perkembangan emosi, remaja merupakan puncak emosionalitas, yaitu perkembangan emosi yang tinggi dan dipengaruhi oleh kondisi sosio-emosional lingkungan, terutama lingkungan keluarga dan kelompok teman sebaya. Perkembangan aspek sosial remaja ditandai dengan berkembangnya *social cognition*, yaitu kemampuan untuk memahami orang lain dan sikap konformitas. Menurut Piaget, perkembangan aspek kognitif (Syamsu Yusuf, 2004) masa remaja sudah mencapai taraf operasi formal sehingga aktivitas siswa SMA merupakan hasil dari berpikir logis. Ali (Honey, 2007) berpendapat bahwa aspek perasaan dan moral remaja telah berkembang sehingga dapat mendukung penyelesaian tugas-tugasnya. Implikasinya adalah siswa SMA dianggap telah memiliki tanggung jawab di bidang penyelesaian tugas-tugas akademik, namun dalam menjalankan tanggung jawab akademiknya tidak jarang siswa mengalami masalah.

Penelitian Ika Alinda (2006) menunjukkan bahwa perilaku nakal yang sering dilakukan siswa, yaitu: bermain sepulang sekolah (70%), malas mengerjakan tugas (40%), dan bolos sekolah (37%). Penelitian Dede Rudiana (2006) menemukan bahwa karakteristik kesulitan belajar yang dialami oleh siswa, yaitu kesulitan membuat contoh apabila diminta oleh guru (63%), memahami

materi yang disampaikan oleh guru (63%), dan tidak mampu menyelesaikan tugas tepat waktu (61%). Penelitian Fitria Kasih (1997) pada beberapa SMA di Kota Madya Bukit Tinggi menemukan berbagai macam masalah belajar siswa, seperti tidak mengerjakan tugas atau pekerjaan rumah, datang terlambat untuk beberapa mata pelajaran, dan membolos pada mata pelajaran tertentu. Hal ini membawa dampak terhadap hasil belajar siswa yang ditandai dengan prestasi di bawah standar yang diharapkan (Rasmawati, 2004).

Masalah akademik merupakan hambatan atau kesulitan yang dihadapi siswa SMA dalam merencanakan, melaksanakan dan memaksimalkan perkembangan belajarnya, seperti kesulitan dalam mengatur waktu luang, kesulitan dalam mengatur waktu belajar disesuaikan dengan banyaknya tuntutan dan aktivitas di luar intrakurikuler, kebiasaan belajar yang salah, rendahnya rasa ingin tahu, dan menunda-nunda menyelesaikan tugas-tugas akademik.

Berdasarkan pengamatan dan wawancara kepada beberapa orang siswa SMA Pasundan 3 Cimahi, ditemukan fenomena perilaku siswa yang lebih mengedepankan hal di luar kepentingan akademik, seperti: penampilan fisik (asesoris yang digunakan, gaya rambut, gaya berpakaian); *nongkrong* setelah pulang sekolah; minat yang kurang terhadap belajar, seperti: tidak menghafal/belajar ketika akan ujian, membicarakan guru yang tidak disenangi, *nongkrong* di kantin sekolah ketika jam pelajaran berlangsung, dan PR yang belum dikerjakan karena merasa tidak bisa mengerjakannya atau masih banyak waktu yang tersedia untuk mengerjakan PR (pekerjaan rumah).

Perilaku menunda dalam pekerjaan atau tugas ini disebut prokrastinasi. Prokrastinasi adalah suatu kecenderungan individu menunda untuk memulai atau menyelesaikan tugas-tugas secara keseluruhan untuk melakukan aktivitas lain yang tidak berguna sehingga tugas-tugas menjadi terhambat, tidak pernah menyelesaikan tugas tepat waktu, serta sering terlambat dalam mengikuti pertemuan kelas (Solomon & Rothblum, 1984). Prokrastinasi dibagi menjadi dua jenis yaitu prokrastinasi akademik dan non akademik. Prokrastinasi akademik adalah penundaan pada tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik, sedangkan prokrastinasi non akademik adalah penundaan tugas sehari-hari, misalnya tugas rumah tangga, tugas sosial, dan tugas kantor.

Hasil survai majalah *New Statement* 26 Febuari 1999 memperlihatkan kurang lebih 20 % sampai 70 % pelajar melakukan prokrastinasi (Ghufron, 2003). Penelitian Joseph R. Ferarri menemukan 75% siswa sekolah menengah di Amerika mengalami masalah prokrastinasi akademik (Slatalla; Ranggi, 2007). Pada kelas tiga sekolah menengah, 60% siswa melakukan prokrastinasi dalam tugas akademik yang disebabkan oleh takut gagal dan ketidaksiapan dalam mengerjakan tugas (Onwuegbuzie, Anthony & Jiao, 2000). Hasil penelitian Rani (2007), sebanyak 47% siswa yang menjadi responden (78 orang siswa) melakukan penundaan tugas akademik pada seluruh area prokrastinasi akademik. Area tugas akademik yang paling banyak ditunda yaitu tugas membuat karangan (75%), tugas mengerjakan LKS (68%), dan tugas merangkum (66%).

Prokrastinasi akademik terjadi karena adanya keyakinan tidak rasional yang dimiliki oleh siswa. Keyakinan tidak rasional tersebut dapat disebabkan oleh

kesalahan dalam mempersepsikan tugas sekolah. Siswa memandang tugas sebagai sesuatu yang berat dan tidak menyenangkan (*aversiveness of the task dan fear of failure*), yaitu ketakutan yang berlebihan untuk gagal. Siswa menunda-nunda mengerjakan tugas sekolahnya karena takut jika gagal menyelesaikannya sehingga akan mendatangkan penilaian yang negatif akan kemampuannya. Akibatnya seseorang menunda-nunda untuk mengerjakan tugas yang dihadapinya (Burka dan Yuen, 1983; Solomon dan Rothblum, 1984).

Prokrastinasi merupakan akibat dari penyimpangan kognitif atau pemikiran yang salah (Ellis dan Knaus, 1977) dan berhubungan dengan masalah penerimaan dan penaksiran waktu (Aitken, 1982; Noran F. Yaakun, 2000). Prokrastinator sering memiliki harapan yang perfeksionis dan menuntut kesempurnaan dalam penyelesaian tugas.

## **B. Identifikasi dan Rumusan Masalah**

Istilah prokrastinasi digunakan untuk menunjukkan suatu kecenderungan menunda-nunda penyelesaian suatu tugas atau pekerjaan. Prokrastinasi akademik dan non akademik merupakan istilah yang sering digunakan oleh para ahli. Prokrastinasi akademik adalah penundaan pada tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik, sedangkan prokrastinasi non akademik adalah penundaan tugas sehari-hari, misalnya tugas rumah tangga, tugas sosial, dan tugas kantor.

Prokrastinasi akademik diartikan sebagai membiarkan tugas dengan prioritas tinggi dan melakukan tugas dengan prioritas rendah. Ferrari (1995) mengemukakan prokrastinasi akademik merupakan jenis penundaan yang

dilakukan pada tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik, misalnya tugas sekolah atau tugas kursus (Ghufron, 2003).

Prokrastinasi akademik hanya salah satu masalah yang dihadapi oleh siswa. Apabila hal ini tidak segera ditanggulangi maka berdampak negatif terhadap perkembangan siswa seperti kehilangan peluang untuk mengaktualisasikan potensi diri, stres dalam mengerjakan tugas, prestasi yang rendah, serta mengganggu pencapaian kesuksesan pribadi dan akademik. Oleh karena itu, intervensi terhadap perilaku prokrastinasi perlu dilakukan, namun menurut Binder (2000) belum ada satu pun *treatment* (intervensi) yang secara sistematis dapat mengurangi perilaku prokrastinasi.

Beberapa intervensi yang dapat dilakukan untuk mengurangi gejala prokrastinasi yaitu konseling psikodinamik, konseling behavioral (perilaku), dan konseling kognitif. Penganut psikodinamik beranggapan bahwa pengalaman masa kanak-kanak akan mempengaruhi perkembangan proses kognitif seseorang ketika dewasa, terutama trauma. Seseorang yang pernah mengalami trauma akan suatu tugas tertentu, cenderung akan melakukan prokrastinasi ketika dihadapkan lagi pada tugas yang sama karena teringat kepada pengalaman kegagalan maupun perasaan tidak menyenangkan yang pernah dialami pada masa lalu, sehingga seseorang menunda mengerjakan tugas sekolah.

Penganut behavioristik beranggapan bahwa perilaku prokrastinasi akademik muncul akibat proses pembelajaran. Seseorang melakukan prokrastinasi akademik karena pernah mendapatkan *punishment* atas perilaku tersebut. Seorang yang pernah merasakan sukses dalam melakukan tugas sekolah dengan melakukan

penundaan, cenderung akan mengulangi lagi perbuatannya. Sukses yang pernah dirasakan prokrastinator akan dijadikan *reward* untuk mengulangi perilaku yang sama dimasa yang akan datang.

Menurut pendekatan kognitif, prokrastinasi akademik terjadi karena adanya keyakinan tidak rasional yang dimiliki oleh seseorang dan ketakutan yang berlebihan untuk gagal. Keyakinan tidak rasional tersebut dapat disebabkan oleh suatu kesalahan dalam mempersepsikan tugas akademik.

Salah satu upaya intervensi untuk mengurangi gejala prokrastinasi siswa SMA adalah konseling berorientasi kognitif agar siswa mampu mempersepsi tugas secara positif. Kelebihan konseling berorientasi kognitif dibandingkan dengan konseling lain adalah konseling kognitif mengajarkan individu untuk berpikir rasional, dan konseling kognitif tidak didasarkan pada pengalaman masa lalu individu, tetapi merupakan pendekatan pemecahan masalah disini dan saat ini (*here and now*).

Berdasarkan pertimbangan tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah konseling berorientasi kognitif efektif untuk menurunkan gejala prokrastinasi akademik siswa SMA Pasundan 3 Cimahi tahun ajaran 2007/2008?”. Rumusan masalah dijabarkan dalam pertanyaan penelitian sebagai berikut.

1. Bagaimana intensitas prokrastinasi akademik siswa SMA Pasundan 3 Cimahi tahun ajaran 2007/2008?
2. Pada area-area tugas manakah siswa SMA Pasundan 3 Cimahi tahun ajaran 2007/2008 melakukan prokrastinasi akademik?

3. Apa faktor penyebab prokrastinasi akademik siswa SMA Pasundan 3 Cimahi tahun ajaran 2007/2008?
4. Apa gejala prokrastinasi akademik siswa SMA Pasundan 3 Cimahi tahun ajaran 2007/2008?

### **C. Tujuan Penelitian**

Secara umum penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas konseling berorientasi kognitif untuk menurunkan gejala prokrastinasi akademik siswa SMA Pasundan 3 Cimahi tahun ajaran 2007/2008.

Secara khusus penelitian bertujuan untuk memperoleh data empiris sebagai berikut.

1. Intensitas prokrastinasi akademik siswa SMA Pasundan 3 Cimahi tahun ajaran 2007/2008;
2. Area-area tugas yang dijadikan area prokrastinasi siswa SMA Pasundan 3 Cimahi tahun ajaran 2007/2008;
3. Faktor penyebab prokrastinasi akademik siswa SMA Pasundan 3 Cimahi tahun ajaran 2007/2008;
4. Gejala prokrastinasi akademik siswa SMA Pasundan 3 Cimahi tahun ajaran 2007/2008.

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### 1. Manfaat Teoretis

Secara teoretis penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut.

- a. Memberikan sumbangan pemikiran bagi pengembangan teori konseling kognitif.
- b. Memberikan sumbangan pemikiran bagi ilmu Bimbingan dan Konseling untuk siswa yang memiliki gejala prokrastinasi akademik melalui konseling berorientasi kognitif.

##### 2. Manfaat Praktis

Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pihak-pihak sebagai berikut.

- a. Bagi Sekolah, memberikan rekomendasi kriteria siswa yang mengalami gejala prokrastinasi akademik. Guru dapat menyikapi secara tepat perilaku dan gejala-gejala perilaku siswa yang mengalami prokrastinasi dan memberikan informasi secara empiris tentang profil siswa SMA yang mengalami prokrastinasi akademik dan cara-cara penanganannya.
- b. Bagi Konselor, memberikan pemahaman cara menanggulangi siswa yang mengalami gejala prokrastinasi akademik melalui konseling berorientasi kognitif.
- c. Bagi Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia memberikan wawasan dan pengetahuan tentang prokrastinasi akademik siswa dan intervensi melalui konseling

berorientasi kognitif.

### **E. Asumsi Penelitian**

Beberapa asumsi dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Prokrastinasi akademik terjadi karena adanya keyakinan tidak rasional yang dimiliki oleh siswa. Keyakinan tidak rasional tersebut dapat disebabkan oleh kesalahan dalam mempersepsikan tugas sekolah, siswa memandang tugas sebagai sesuatu yang berat dan tidak menyenangkan (Burka dan Yuen, 1983; Solomon dan Rothblum, 1984).
2. Konseling kognitif menonjolkan kemampuan *cognitive appraisal* seseorang yang bersifat positif dalam menghadapi situasi dan tugas-tugas pelajaran di sekolah. Mengubah atau mengembangkan penilaian kognitif atas dasar kesenjangan diri sendiri dapat menjadikan perubahan perilaku bertahan lama (Dharsana, 1997).
3. Kepadatan waktu belajar dan pengerjaan tugas-tugas belajar membuat remaja ingin melakukan rekreasi sehingga ketika mereka memulai mengerjakan tugas atau belajar, banyak diselingi atau beralih pada kegiatan yang lebih menyenangkan dibandingkan dengan mengerjakan tugas akademik (Hurlock, 1994).

## F. Hipotesis Penelitian

Hipotesis dalam penelitian ini adalah “Konseling berorientasi kognitif efektif untuk menurunkan gejala prokrastinasi akademik siswa SMA Pasundan 3 Cimahi tahun ajaran 2007/2008”.

## G. Prosedur Penelitian

Pendekatan penelitian yang digunakan yaitu pendekatan kuantitatif, menggunakan metode Pra-Eksperimen dengan desain Prates-Pascates satu kelompok atau *One Group Pretest-Postest Design*. Penelitian dilaksanakan di SMA Pasundan 3 Cimahi. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *nonrandom purposive sampling*. Penggunaan teknik *nonrandom purposive sampling* adalah dengan mengambil sampel satu kelompok (satu kelas). Instrumen yang digunakan dalam penelitian adalah angket prokrastinasi akademik. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian adalah statistika deskriptif untuk mengetahui intensitas, area, faktor penyebab, dan gejala prokrastinasi akademik dengan menggunakan ukuran gejala pusat, yaitu rata-rata (*mean*), presentase, dan simpangan baku. Untuk mengetahui efektivitas konseling berorientasi kognitif, teknik analisis data yang digunakan adalah uji perbedaan dua rata-rata berpasangan (*paired- t test*).