

BAB I PENDAHULUAN

Bab ini membahas hal-hal yang berkaitan dengan inti dan arah penelitian. Pokok bahasan yang dipaparkan pada bagian ini adalah latar belakang masalah, identifikasi dan rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, asumsi penelitian, hipotesis penelitian, prosedur penelitian, dan analisis data.

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan suatu unsur yang selalu berkaitan dengan manusia karena dengan pendidikan manusia mendapatkan pembelajaran melalui proses penyadaran yang berusaha menggali dan mengembangkan potensi dirinya melalui pengajaran atau dengan cara lain yang telah diakui oleh masyarakat. Keseluruhan peraturan menyangkut pendidikan nasional telah diatur dalam Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional nomor 20 tahun 2003.

Dalam sistem pendidikan nasional, Sekolah Menengah Atas merupakan salah satu jenjang pendidikan sebelum siswa mengenyam pendidikan di perguruan tinggi. Seiring perkembangan zaman, saat ini semakin banyak didirikan sekolah swasta dengan tujuan menampung lulusan yang tidak mendapat kesempatan bersekolah di sekolah dengan predikat negeri. Namun tidak berhenti pada kesempatan bersekolah saja, kenyataannya mutu pendidikan menjadi tantangan dan andalan sekolah dalam mencetak lulusan yang berkualitas baik sekolah berpredikat negeri maupun swasta.

Keputusan menteri pendidikan nasional mengenai perubahan angka kelulusan dan penambahan mata pelajaran Ujian Nasional, yang diberlakukan pada ujian nasional tahun ajaran 2007-2008 menjadi tantangan tersendiri bagi sekolah. Peraturan pemerintah yang selalu berubah mengenai aturan Ujian Nasional setiap tahun membuat sekolah dituntut siap menghadapi perubahan dan melaksanakan dengan waktu persiapan yang singkat. Agar tujuan pendidikan dapat tercapai dibutuhkan kerjasama antara komponen pendidikan, yang terdiri dari guru, siswa dan tujuan sebagai dasar untuk memahami proses belajar mengajar. Proses belajar mengajar dapat diartikan sebagai suatu rangkaian interaksi antara siswa dan guru dalam rangka mencapai tujuan (Abin S, 2005). Definisi ini menunjukkan terjadinya perilaku belajar pada pihak siswa dan perilaku mengajar pada pihak guru tidak berlangsung dari satu arah (*one way sistem*) melainkan timbal balik secara aktif dalam suatu kerangka kerja yang dipahami dan disepakati bersama.

Siswa sebagai salah satu komponen dalam pendidikan dituntut mampu melakukan kegiatan belajar dengan mendapat hasil sebaik-baiknya, tidak hanya berupa ilmu saja tetapi *life skills* untuk memasuki dunia kerja dan dapat menghasilkan sesuatu yang produktif dan fungsional serta dapat diterapkan dalam aspek kehidupan sesuai tingkat pendidikannya.

Siswa sekolah menengah atas sebagian besar usianya bertepatan dengan masa remaja. Pada masa remaja berkembang potensi fisik maupun psikis dan perubahan-perubahan tingkah laku, baik intelektual, moral, maupun sosial agar hidup mandiri sebagai individu dan makhluk sosial yang dipengaruhi instansi sekolah.

Sekolah sebagai sarana mencetak peserta didik unggul dan mengembangkan potensi fisik maupun psikis siswa dapat menggunakan teknologi untuk mendukung kegiatan belajar. Akan tetapi, karena kemudahan fasilitas belajar terkadang membuat siswa menunda-nunda dan malas mengerjakan tugas dari sekolah dengan mengerjakan aktivitas lain. Pada jejang pendidikan yang lebih tinggi, fasilitas sekolah semakin menjadi prioritas agar lulusannya dapat bersaing dan berkualitas. Namun tidak semua siswa berminat menggunakan fasilitas sekolah sebagai penunjang belajar, malah memanfaatkan teknologi untuk kesenangan kegiatan semata, sebagai contoh siswa memakai komputer sekolah untuk membuka internet dan memilih melakukan *chatting* atau membuka situs-situs yang sama sekali tidak ada kaitannya dengan pendidikan dan menambah wawasan. Akibatnya minat siswa terhadap pendidikan menjadi kurang atau memiliki apresiasi yang rendah terhadap sekolah dan tugas-tugas sehingga menimbulkan masalah kesulitan belajar.

Menurut Nurhasanah (Honey, 2007) terdapat kecenderungan pada usia remaja memiliki masalah kesulitan belajar antara lain: malas, tidak naik kelas, menumpuk tugas, tidak mengerjakan tugas, mengerjakan tugas tidak tepat pada waktunya, dan memiliki prinsip asal lulus saja. Kesulitan belajar siswa dapat dipicu oleh ketidaktahuan siswa terhadap materi yang disampaikan guru sehingga saat ada tugas tidak dikerjakan atau menunda mengerjakan. Jika dilakukan berulang-ulang maka tugas akan menumpuk dan mengumpulkan tugas tidak tepat waktu.

Menurut Muhamad Surya (2003) kesulitan remaja untuk menyesuaikan diri adalah melaksanakan tugas-tugas belajar atau memenuhi tuntutan dari keluarga, masyarakat, teman, maupun sekolah. Masalah ini terjadi karena adanya kesenjangan antara tuntutan tugas perkembangan yang harus dipenuhi remaja dengan kemampuan mereka dalam memenuhi tuntutan tersebut. Kecenderungan ini diperkuat oleh lingkungan atau teman-teman siswa yang melakukan perilaku yang sama dan bukan hal yang tidak mungkin akan mempengaruhi siswa yang tidak menunda untuk tidak mengerjakan tugas tepat pada waktunya. Hal lain yang memicu kecenderungan masalah kesulitan belajar adalah ketidakmampuan siswa dalam menyesuaikan diri terhadap tugas-tugas sekolah.

Penelitian Daradjat (Honey, 2007) terhadap 647 pelajar sekolah menengah berusia 13-21 tahun menemukan bahwa problema yang dirasakan remaja pada semua tingkatan umur adalah *masalah belajar* dengan persentase 90-99.50. Penelitian Hotzhon (Honey, 2007) tentang problema remaja di sekolah menengah Mac Kenley di Honolulu Hawaii menunjukkan bahwa masalah yang paling dominan dialami remaja adalah penyesuaian diri terhadap tugas-tugas sekolah.

Bentuk prokrastinasi atau penundaan yang banyak dilakukan oleh siswa adalah mengerjakan pekerjaan rumah di sekolah sebelum jam pelajaran di mulai, dengan alasan tidak punya buku paket, menganggap tugas yang diberikan terlalu banyak atau belajar hanya ketika menjelang ulangan.

Menurut Ferarri (Rizvi, 1997) prokrastinasi akademik dapat berakibat negatif. Dengan melakukan penundaan, waktu terbuang dengan sia-sia, tugas-tugas terbengkalai, bahkan bila diselesaikan hasilnya menjadi tidak maksimal. Penundaan juga bisa mengakibatkan seseorang kehilangan kesempatan dan peluang yang datang. Sekitar 25% sampai dengan 75% pelajar melaporkan bahwa prokrastinasi merupakan salah satu masalah dalam lingkup akademis mereka (Ellis & Knaus; Solomon & Rothblum; dalam Ferarri, dkk 1995). Hasil survey majalah *New Statement* 26 Februari 1999 juga menunjukkan bahwa kurang lebih 20% sampai dengan 70% pelajar melakukan prokrastinasi (Ghufron, 2003).

Sejalan dengan hasil penelitian di luar negeri, fenomena prokrastinasi akademik juga terjadi pada remaja di Bandung. Hasil penelitian Ranggi (2007) mengenai prokrastinasi akademik di kalangan remaja menunjukkan 47% dari siswa SMK Negeri 1 Bandung melakukan prokrastinasi dalam bidang akademik. Gejala prokrastinasi siswa yang paling banyak terjadi adalah siswa terlambat mengerjakan dan membutuhkan waktu tambahan untuk belajar atau mengerjakan tugas.

Area prokrastinasi siswa adalah tugas merangkum (83%), membuat makalah (73%) dan membuat karangan (64%). Apabila dibandingkan dengan hasil penelitian mengenai prokrastinasi akademik siswa sekolah menengah di luar negeri, persentase prokrastinasi akademik siswa SMK memang lebih kecil. Akan tetapi, apabila masalah prokrastinasi akademik diabaikan begitu saja, bukan mustahil prokrastinasi semakin meningkat.

Berdasarkan pengamatan pada saat observasi mata kuliah Bimbingan Konseling Remaja terhadap siswa Sekolah Menengah Atas Pasundan 3 Cimahi, terlihat kecenderungan minat para siswa cenderung menunjukkan minat yang kurang terhadap belajar (seperti tidak belajar ketika akan ujian, menunda mengerjakan pekerjaan rumah) dan lebih mengedepankan penampilan fisik seperti gaya rambut, gaya berpakaian dan asesoris yang digunakan dibandingkan dengan kepentingan akademik di sekolah ditambah dengan kebiasaan *nongkrong* yang dilakukan siswa setelah pulang sekolah. Dari semua fenomena yang ditampilkan siswa, tidak belajar ketika akan ujian dan menunda mengerjakan pekerjaan rumah merupakan dua hal yang memerlukan perhatian khusus karena berdampak langsung terhadap proses dan hasil belajar. Fenomena perilaku tidak belajar ketika akan ujian dan menunda mengerjakan pekerjaan rumah dalam terminologi psikologi disebut prokrastinasi.

Dampak dari maraknya fenomena prokrastinasi akademik adalah motivasi belajar siswa rendah, gagal dalam pelajaran, cemas, produktivitas menjadi rendah, tugas menjadi terbengkalai. Lebih jauh, dampak prokrastinasi akademik adalah ketidakberhasilan siswa dalam penguasaan materi pelajaran yang berimplikasi terhadap pencapaian standar kelulusan yang telah ditetapkan oleh sekolah maupun pemerintah.

Selama ini, perilaku prokrastinasi di sekolah tersebut masih sulit untuk ditangani karena terbatasnya kajian-kajian tentang prokrastinasi akademik yang mengakibatkan cara konselor dalam menangani prokrastinasi akademik di sekolah

tidak merujuk pada teori konseling dan cenderung mengatasinya secara sporadis untuk semua permasalahan yang berhubungan dengan perilaku menunda-nunda.

B. Identifikasi dan Rumusan Masalah

Penunda-nundaan tugas atau pekerjaan adalah suatu masalah serius yang terjadi saat ini. Fenomena yang rumit ini dimanifestasikan baik dalam lingkungan masyarakat umum maupun lingkungan akademis (Ferrari & Olivete, 1995). Orang yang memiliki tingkat penundaan yang tinggi dan kecenderungan ini sepertinya meningkat pada pendidikan yang lebih tinggi.

Terkait dengan masalah di atas, Knaus (1986) mendeskripsikan makna prokrastinasi sebagai suatu "*distraction that sidetrack us from the present by causing us to look to the future for what we can do today*". Pengecoh tersebut dioperasionalkan dalam bentuk pengalihan tindakan, perhatian emosi dan perhatian mental dari pengerjaan suatu tugas yang penting pada pengerjaan tugas yang tidak penting. Secara esensial, dalam prokrastinasi terkandung substitusi yang diambil individu untuk melakukan aktivitas di luar tugas penting yang semestinya dikerjakan.

Prokrastinasi akademik disebabkan oleh berbagai faktor dengan gejala perilaku prokrastinasi akademik yang beragam. Gejala prokrastinasi meliputi menunda memulai mengerjakan tugas, terlambat mengerjakan tugas, menunda menyelesaikan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan fakta, melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan dibandingkan belajar.

Merujuk penelitian Daradjat (Honey, 2007) yang menyebutkan permasalahan yang terjadi di kalangan remaja pada semua tingkatan umur adalah *masalah belajar*. Masalah yang paling dominan dialami remaja adalah penyesuaian diri terhadap tugas-tugas sekolah yang akibatnya mereka melakukan penunda-nundaan, maka dapat disimpulkan prokrastinasi merupakan salah satu permasalahan belajar yang perlu ditangani oleh konselor melalui layanan bimbingan konseling.

Menurut Winkel (1997) upaya bimbingan belajar untuk mengatasi berbagai kesulitan belajar sangat penting dilakukan oleh konselor bagi siswa-siswa yang kurang mampu menyusun dan mentaati jadwal belajar di rumah, kurang siap menghadapi ujian dan ulangan, mengalami kesulitan belajar lainnya khususnya siswa sebagai pelaku prokrastinasi, dan sebaiknya diberikan intervensi yang merujuk pada teori konseling. Alternatif intervensi yang dapat digunakan untuk mengurangi prokrastinasi berdasarkan teori konseling adalah teori psikodinamik, behavioristik, dan kognitif-perilaku.

Pada teori psikodinamik beranggapan bahwa pengalaman seseorang yang pernah mengalami trauma terhadap suatu tugas tertentu, misal tugas sekolah akan cenderung melakukan prokrastinasi ketika menghadapi tugas yang sama. Pada teori perilaku, prokrastinasi dipandang sebagai hasil penguatan (*reinforcement*) siswa terhadap kenikmatan melarikan diri dari tuntutan tugas.

Istilah konseling perilaku merujuk kepada penerapan berbagai teknik dan prosedur yang berakar pada berbagai teori belajar. Menurut Rose (Kusherdiana, 1997) asumsi pokok pendekatan perilaku adalah bahwa semua perilaku, kognisi dan emosi

yang bermasalah terbentuk karena dipelajari dan perilaku yang dinyatakan oleh konseli adalah masalah itu sendiri, jadi bukan semata-mata gejala dari masalahnya sehingga keberhasilan dalam pemecahan perilaku yang bermasalah itu langsung memecahkan masalahnya dan tidak seyogyanya menimbulkan masalah baru. Oleh karena itu, semua dapat diubah melalui proses belajar yang baru.

Pada dasarnya konseling perilaku diarahkan untuk memperoleh tingkah laku baru, penghapusan tingkah laku yang maladaptif serta memperkuat dan mempertahankan tingkah laku yang diinginkan. Karena tingkah laku yang diharapkan dinyatakan secara spesifik, maka tujuan dan teknik konseling yang digunakan juga bersifat spesifik pula. Konseling perilaku tidak berlandaskan pada konsep yang sistematis sekalipun memiliki banyak teknik. Konseling perilaku merupakan suatu pendekatan induktif yang berlandaskan eksperimen dan menerapkan metode eksperimen pada proses konselingnya.

Pendekatan perilaku memandang bahwa perilaku normal dan abnormal terbentuk melalui proses yang sama yaitu dipelajari. Tujuan umum konseling adalah menciptakan kondisi baru bagi proses belajar individu. Konseling perilaku pada hakikatnya adalah proses penghapusan hasil belajar yang tidak adaptif dengan memberikan pengalaman baru yang berisi respon-respon yang layak namun harus dipelajari. Lebih spesifik, tujuan konseling adalah mengubah perilaku individu yang destruktif dengan mengajarkan perilaku dan keterampilan baru. Prinsip pokok konseling perilaku adalah melakukan identifikasi terhadap kondisi yang menyebabkan perilaku bermasalah sehingga kondisi untuk memodifikasi perilaku dapat

diciptakan. Substansi intervensi adalah mengisolasi tingkah laku bermasalah kemudian menciptakan cara-cara untuk mengubahnya.

Prosedur konseling perilaku pada dasarnya sama seperti konseling lainnya. Menurut L. Lau (1980) terdapat lima langkah konseling perilaku yaitu: (1) rumuskan perilaku yang akan diubah secara jelas, (2) amati dan catat intensitas, frekuensi, dan durasi perilaku yang akan diubah, (3) perkirakan konsekuensi dari perilaku salahsuaui sambil memberikan penguatan untuk memunculkan perilaku yang diharapkan, (4) catat dan bandingkan perilaku yang muncul dengan perilaku ambang atau perilaku awal dengan tujuan untuk melihat efektifitas konseling dan sebagai gejala jika modifikasi prosedur diperlukan, dan (5) pertahankan perilaku yang diharapkan dengan mengurangi penguatan secara bertahap. Beberapa teknik yang biasa digunakan dalam konseling perilaku adalah desensitisasi, latihan ketegasan, penguatan, hukuman, penghentian, kontrak perilaku, dan pemodelan.

Pertimbangan menggunakan pendekatan perilaku untuk mengurangi intensitas prokrastinasi akademik berdasarkan kelebihan pendekatan perilaku dan karakteristik dari prokrastinasi akademik itu sendiri.

Modifikasi tingkah laku dan konseling perilaku menduduki tempat yang penting dalam psikoterapi, khususnya dalam bidang pendidikan. Kepustakaan profesional, baik jurnal maupun buku membuktikan meningkatnya popularitas pendekatan perilaku. Peningkatan pengaruh konseling perilaku juga dapat dilihat dari banyaknya program pelatihan yang berorientasi perilaku. Modifikasi perilaku telah memberikan pengaruh besar dalam dunia pendidikan, terutama untuk menangani

anak-anak yang memiliki masalah belajar dan tingkah laku. Salah satu aspek penting dari modifikasi perilaku adalah penekanannya pada tingkah laku yang dapat didefinisikan secara operasional, teramati, dan terukur.

Konseling perilaku berlandaskan analisis fungsional terhadap tingkah laku, sasaran-sasaran perilaku dinyatakan secara jelas dan dilakukan evaluasi secara terus-menerus terhadap perlakuan yang disesuaikan dengan kebutuhan dan keunikan individu. Sumbangan penting dari konseling perilaku adalah caranya yang bersifat sistematis, metode dan teknik-teknik yang digunakan telah teruji melalui eksperimen laboratorium.

Sampai saat ini, prokrastinasi masih dipandang sebagai *strange phenomena* karena belum ada definisi prokrastinasi yang berlaku secara universal dan dinamika prokrastinasi itu sendiri sangat kompleks. Salah satu patokan dalam memahami prokrastinasi akademik adalah pendapat Binder (2000) yang menyatakan bahwa *the construct of procrastination in that it contains some degree of behavioral, cognitive, and affective components*. Berkenaan dengan upaya untuk mengurangi prokrastinasi, Ferrari & Olivete (1995) mengemukakan bahwa *"no systematic characterization of treatment for procrastination has been found in the literature"*.

Berdasarkan pertimbangan kelebihan konseling perilaku dan dinamika prokrastinasi akademik, maka masalah dalam penelitian ini adalah apakah konseling berorientasi perilaku efektif untuk menurunkan intensitas prokrastinasi akademik siswa sekolah menengah atas.

Masalah penelitian dirumuskan dalam pertanyaan sebagai berikut.

1. Bagaimana intensitas prokrastinasi akademik pada siswa Sekolah Menengah Atas Pasundan 3 Cimahi tahun ajaran 2007-2008?
2. Pada area tugas manakah siswa Sekolah Menengah Atas Pasundan 3 Cimahi tahun ajaran 2007-2008 melakukan prokrastinasi akademik?
3. Apa faktor penyebab prokrastinasi akademik pada siswa Sekolah Menengah Atas Pasundan 3 Cimahi tahun ajaran 2007-2008?
4. Apa gejala prokrastinasi akademik pada siswa Sekolah Menengah Atas Pasundan 3 Cimahi tahun ajaran 2007-2008?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian secara umum bertujuan untuk mengetahui keefektifan konseling berorientasi perilaku untuk menurunkan intensitas prokrastinasi akademik di kalangan siswa Sekolah Menengah Atas Pasundan 3 Cimahi.

Secara spesifik penelitian bertujuan memperoleh gambaran empiris tentang:

1. Intensitas prokrastinasi akademik pada siswa Sekolah Menengah Atas Pasundan 3 Cimahi tahun ajaran 2007-2008.
2. Area tugas siswa Sekolah Menengah Atas Pasundan 3 Cimahi tahun ajaran 2007-2008 melakukan prokrastinasi akademik.
3. Faktor penyebab prokrastinasi akademik pada siswa Sekolah Menengah Atas Pasundan 3 Cimahi tahun ajaran 2007-2008.

4. Gejala prokrastinasi akademik pada siswa Sekolah Menengah Atas Pasundan 3 Cimahi tahun ajaran 2007-2008.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah:

1. Memperoleh gambaran empiris mengenai dinamika prokrastinasi akademik di kalangan siswa Sekolah Menengah Atas.
2. Mengetahui gejala dan faktor penyebab prokrastinasi akademik di kalangan siswa Sekolah Menengah Atas.
3. Mengetahui keefektifan konseling berorientasi perilaku efektif untuk menurunkan intensitas prokrastinasi akademik pada siswa Sekolah Menengah Atas.

Secara praktis, penelitian ini mengandung manfaat:

1. Bagi Sekolah Menengah Atas Pasundan 3 Cimahi, dapat dijadikan referensi untuk menurunkan perilaku yang menjadi faktor penyebab prokrastinasi.
2. Bagi Bimbingan Konseling di sekolah, konselor dapat memanfaatkan hasil studi untuk pengembangan program bimbingan belajar di sekolah.
3. Bagi Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan UPI, dapat memberi kontribusi untuk kajian psikologi belajar dan memperkaya khasanah intervensi bimbingan dan konseling.

E. Asumsi Penelitian

Asumsi dalam penelitian ini sebagai berikut.

1. Kurang lebih 20% sampai dengan 70% pelajar melakukan prokrastinasi (Ghufron, 2003).
2. Kesulitan remaja untuk menyesuaikan diri adalah dalam melaksanakan tugas-tugas belajar atau memenuhi tuntutan dari keluarga, masyarakat, teman, maupun sekolah. Masalah ini terjadi karena adanya kesenjangan antara tuntutan tugas perkembangan yang harus dipenuhi remaja dengan kemampuan mereka dalam memenuhi tuntutan tersebut (Surya, 2003).
3. Pendekatan perilaku dalam konseling memiliki asumsi dasar bahwa kebanyakan masalah adalah masalah dalam belajar dan konselor perilaku mencoba untuk membantu seseorang untuk mempelajari dan lebih beradaptasi dengan perilaku yang baru dan untuk tidak mempelajari perilaku yang tidak bisa dilakukan (L.Lau, 1980).

F. Hipotesis Penelitian

Hipotesis dalam penelitian ini adalah “konseling berorientasi perilaku efektif menurunkan intensitas prokrastinasi akademik pada siswa Sekolah Menengah Atas Pasundan 3 Cimahi tahun ajaran 2007-2008”.

G. Prosedur Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif sebagai pendekatan ilmiah didisain untuk menjawab pertanyaan penelitian atau hipotesis secara spesifik dengan penggunaan statistik.

Penelitian menggunakan metode Pra Ekperimen atau *weak experimental* dengan desain Prates-Pascates satu kelompok atau *One Group Pretest-Postest Design*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian adalah angket prokrastinasi akademik siswa dengan format *rating scales* model *summated-rating* (Likert). Penelitian dilaksanakan di Sekolah Menengah Atas Pasundan 3 Cimahi dengan menggunakan pengambilan sampel bukan acak (*nonrandom*) melalui teknik *purposif*.

H. Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian adalah statistik deskriptif untuk mengetahui intensitas, area, faktor penyebab, dan gejala prokrastinasi akademik dengan menggunakan ukuran gejala pusat, yaitu rata-rata (mean), persentase, dan simpangan baku. Untuk mengetahui efektivitas konseling berorientasi perilaku, teknik analisis data yang digunakan adalah uji beda dua rata-rata berpasangan (*paired t- test*) dengan menggunakan SPSS 13.0.

