LAYANAN BIMBINGAN BELAJAR UNTUK MENINGKATKAN *SELF-CONTROL* SISWA YANG PROKRASTINASI AKADEMIK

(Studi Kasus Siswa Kelas VII SMP Jati Agung (*Islamic Full Day School*) Sidoarjo Tahun Pelajaran 2011-2012)

KEMENTERIAN AGAMA PERPUSTAKAAN SURABAYA IAIN SUNAN AMPEL

SKRIPSI

Diajukan Kepada

Institut Agama Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan

Dalam menyelesaikan Program Sarjana Strata Satu

Ilmu Tarbiyah

Oleh :

AMIRUDDIN

D03208083

PERPUSTAKAAN IAIN SUNAN AMPEL SURABAYA
No. KLAS : K T.2012 030 K1
No. REG : T.2012/K1/30
ASAL BUKU :
TANGGAL :

FAKULTAS TARBIYAH

JURUSAN KEPENDIDIKAN ISLAM

INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL

SURABAYA

2012

PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Skripsi Oleh :

Nama : **AMIRUDDIN**

NIM : **D03208083**

Judul : **LAYANAN BIMBINGAN BELAJAR UNTUK MENINGKATKAN *SELF-CONTROL* SISWA YANG PROKRASTINASI AKADEMIK (Studi Kasus Siswa Kelas VII SMP Jati Agung (*Islamic Full Day School*) Sidoarjo Tahun Pelajaran 2011-2012)**

Ini telah dibimbing, diperiksa dan disetujui untuk diujikan.

Surabaya, 29 Juni 2012

Dosen Pembimbing,

Drs. Bambang Hidup Mulyo, M.Pd.
NIP.195111071984031003

PENGESAHAN TIM PENGUJI SKRIPSI

Skripsi oleh Amiruddin ini telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi.

Surabaya, 30 Juli 2012

Mengesahkan, Fakultas Tarbiyah
Institut Agama Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

Dekan,

Drs. H. Nur Hamim, M.Ag
NIP.196203121991031002

Ketua,

Drs. Bambang Hidup Mulyo, M.Pd
NIP.195111071984031003

Sekretaris,

Lilik Huriyah, M.Pd.I
NIP.198002102011012005

Penguji I,

Dra. Lilik Nofijantie, M.Pd.I
NIP.196811051995032001

Penguji II,

Drs. H. Nur Kholis, M.Ed.Admin
NIP.196703111992031003

ABSTRAK

Setiap siswa pasti pernah mengalami kesulitan dalam belajar yang pada akhirnya akan menimbulkan permasalahan belajar. Salah satu bentuk permasalahan belajar adalah menunda-nunda dalam memulai atau mengakhir tugas yang diberikan sekolah yang sering disebut prokrastinasi akademik. Salah sati penyebab dari prokrastinasi akademik itu adalah lemahnya kontrol diri (*self-control*) siswa. Untuk meningkatkan kontrol diri itu salah satunya adalah dengan melalui bimbingan belajar yang memang didesain untuk meningkatkan kontrol diri siswa yang prokrastinasi akademik.

Penelitian ini, bertujuan untuk mengetahui gambaran umum prokrastinasi akademik dan kontrol diri (*self-control*) siswa kelas VII serta untuk mengetahui pelaksanaan bimbingan belajar yang dilakukan guru BK SMP Jati Agung (*Islamic Full Day School*) Sidoarjo. Untuk mengetahui itu semua, peneliti menggunakan metode kualitatif dengan menggunakan teknik penelitian berupa wawancara, observasi dan dokumentasi. Adapun objek penelitian ini adalah tiga siswa kelas VII A dan dua siswa kelas VII B. Karena ini sifatnya studi kasus, maka lima siswa tersebut dijadikan objek semua dalam penelitian ini.

Dari pendekatan diatas, didapat hasil bahwa terdapat lima siswa kelas VII SMP Jati Agung Sidoarjo yakni FL, AS, LV, PA dan FB yang kontrol dirinya bisa dikatakan rendah karena mereka kurang bisa mengontrol perilaku, kognitif dan keputusannya, sehingga mereka sering melakukan prokrastinasi akademik. Untuk meningkatkan kontrol diri mereka, guru BK memberikan layanan bimbingan belajar dengan menggunakan dua metode yaitu klasikal dan kelompok. Bimbingan belajar secara klasikal dilakukan oleh guru pelajaran dengan materi motivasi belajar sedangkan yang secara kelompok dilakukan oleh guru BK dengan materi motivasi belajar, menegemen waktu dan tugas dan cara membuat keputusan yang baik.

***Keywords**:* Prokrastinasi Akademik, *Self-Control*, Bimbingan Belajar

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL ii

HALAMAN PERSETUJUAN iii

HALAMAN PENGESAHAN iv

MOTTO v

PERSEMBAHAN vi

KATA PENGANTAR vii

DAFTAR ISI ix

DAFTAR TABEL xiii

ABSTRAK xiv

BAB I : PENDAHULUAN

A. Latar Belakang 1

B. Rumusan Masalah 8

C. Tujuan Penelitian 8

D. Manfaat Penelitian 9

E. Definisi Konsep 9

BAB II: LANDASAN TEORI

A. Prokrastinasi Akademik 15

1. Pengertian Prokrastinasi Akademik 15

2. Macam-Macam Prokrastinasi 16

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

3. Ciri-Ciri Prokrastinasi Akademik 18
4. Bentuk-Bentuk Prokrastinasi Akademik..... 20
5. Faktor-Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik 21
6. Teori Perkembangan Prokrastinasi Akademik..... 23
B. *Self-Control* Siswa 25
1. Pengertian Kontrol Diri (*Self-Control*) 25
2. Ciri-Ciri Kontrol Diri 29
3. Jenis-Jenis dan Aspek Kontrol Diri 30
4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kontrol Diri 32
C. Bimbingan Belajar 33
1. Pengertian Bimbingan Belajar 33
2. Tujuan Bimbingan Belajar 36
3. Fungsi Bimbingan Belajar 36
4. Pelaksanaan Bimbingan Belajar 38
5. Layanan Bimbingan Belajar Untuk Meningkatkan Self-Control Siswa yang Prokrastinasi Akademik..... 43

BAB III: METODE PENELITIAN

A. Metode Penelitian 47
1. Pendekatan dan Jenis Penelitian 47
2. Informan Penelitian..... 49
3. Teknik Pengumpulan Data..... 49
4. Teknik Analisis Data..... 55

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

5. Sistematika Pembahasan 58

BAB IV : LAPORAN HASIL PENELITIAN

A. Gambaran Umum Objek Penelitian 60

1. Sejarah Singkat 60
2. Visi dan Misi 62
3. Motto 62
4. Letak Geografis 62
5. Struktur Organisasi Sekolah 63
6. Keadaan Guru dan Karyawan 65
7. Jumlah Siswa 66
8. Sarana dan Prasarana 66

B. Penyajian Data 68

1. Gambaran Perilaku Prokrastinasi Siswa Kelas VII 68
2. Gambaran Kontrol Diri Siswa Kelas VII SMP Jati Agung 91
3. Gambaran Layanan Bimbingan Belajar Untuk Meningkatkan *Self-Control* Siswa yang Prokrastinasi Akademik 97

C. Analisa Data 110

1. Analisis Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas VII SMP Jati Agung 110
2. Analisis Kontrol Diri Siswa Kelas VII SMP Jati Agung 118
4. Analisis Layanan Bimbingan Belajar Untuk Meningkatkan *Self-Control* Siswa yang Prokrastinasi Akademik 129

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB V : KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan 136

B. Saran 137

DAFTAR PUSTAKA 139

LAMPIRAN

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 : Indikator Pedoman Wawancara tentang Prokrastinasi Akademik ... 52

Tabel 3.2 : Indikator Pedoman Wawancara tentang *Self-Control* 54

Tabel 4.3 : Daftar Guru dan Karyawan SMP Jati Agung 65

Tabel 4.4 : Jumlah Siswa Tahun Pelajaran 2011/2012 66

Tabel 4.5 : Jumlah dan Kondisi Saraba dan Prasana 67

Tabel 4.6 : Catatan Kasus Siswa yang Prokrastinasi Akademik 72

Tabel 4.7 : Keterlambatan Siswa SMP Jati Agung 75

Tabel 4.8 : Bentuk-Bentuk Prokrastinasi Akademik 86

Tabel 4.9 : Perubahan Kontrol Diri Siswa Setelah Bimbingan Belajar..... 108

Tabel 4.10 : Perubahan Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa Setelah Bimbingan Belajar 108

Tabel 4.11 : Perilaku Penundaan Tugas 111

Tabel 4.12 : Perencanaan Siswa dalam Mengerjakan Tugas..... 112

Tabel 4.13 : Tabulasi Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa..... 114

Tabel 4.14 : Penyebab Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas VII..... 116

Tabel 4.15 : Konsep Kontrol Diri Perspektif Guru BK SMP Jati Agung 118

Tabel 4.16 : Kemampuan Mengontrol Perilaku 119

Tabel 4.17 : Kemampuan Mengontrol Kognitif 123

Tabel 4.18 : Kemampuan Kontrol dalam Mengambil Keputusan..... 125

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Salah satu bidang yang akan mampu membawa kemajuan suatu bangsa adalah bidang pendidikan. Pendidikan merupakan sebuah proses yang berlangsung secara terus menerus dalam rentang kehidupan manusia. Pendidikan merupakan sarana yang sangat penting bagi pembangunan sumber daya manusia yang berkualitas dan memiliki daya saing sehingga bisa melanjutkan dan memajukan pembangunan suatu bangsa. 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[1].

Pendidikan di Indonesia yang selalu menjadi sorotan masyarakat adalah tertuju pada pendidikan formal. Pendidikan formal yang termanifestasi dalam sekolah formal seperti SMP harus memiliki jurus jitu untuk mengantarkan anak didiknya kepintugerbang kesuksesan. Siswa yang mengalami kegagalan, banyak pihak akan menyalahkan sekolah. Oleh karenanya setiap sekolah harus berlomba-lomba memberikan layanan terbaik guna membuat sukses para peserta didiknya.

[1] Undang-Undang No. 20 Pasal 1 ayat 1

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Siswa sekolah menengah pertama berada pada masa remaja. Dimana masa remaja ini merupakan masa diantara masa anak-anak dan dewasa. Remaja merupakan masa yang berada diantara anak-anak dan dewasa. Menurut Sarlito Wirawan, batasan usia remaja adalah 11 sampai 24 tahun dan belum menikah[2]. Namun ada juga yang membatasi usia remaja itu mulai umur 12 sampai 21 tahun[3]. Terlepas dari perbedaan tersebut, yang jelas masa remaja tetap berada diantara usia anak-anak dan dewasa. Pada masa ini, individu dihadapkan pada berbagai permasalahan, mulai masalah interaksi sosial, teman sebaya, keluarga sampai pada masalah belajar di sekolah.

Sebagai pelajar, tugas remaja seharusnya selalu mengembangkan potensi akademiknya secara optimal. Akan tetapi tidak sedikit mereka yang belum bisa mengoptimalkan kesempatan belajar di bangku sekolahnya. Dalam menempuh pendidikan tidak selamanya proses terjadi sesuai dengan apa yang diharapkan. Siswa sering menghadapi berbagai hambatan dan permasalahan dalam menempuh proses pendidikan di sekolahnya, seperti munculnya berbagai perubahan perilakunya sehari-hari, kejenuhan belajar dan lain sebagainya. Bahkan nyaris tidak ada siswa yang tidak pernah mengalami hambatan dan permasalahan dalam menjalankan proses disekolahnya. Hambatan-hambatan yang bisa muncul dalam kehidupan seseorang sebagai siswa disuatu institusi pendidikan bermacam-macam

[2] Sarliti Wirawan, *Psikologi Remaja*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 1994), hlm.14

[3] F.J.Monk-A.M.P. Knoers dan Siti rahayu Haditomo, *Psikologi Perkembangan*, (Yogyakarta: Gadjah Madah University Press, 2006), hlm. 288.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

bentuknya, mulai dari masalah perkembangan karier, pribadi-sosial, sampai pada masalah akademik siswa.

Dari hambatan yang menimpa siswa diatas, yang sering muncul adalah hambatan dalam bidang akademik. Hambatan yang sering dikeluhkan oleh siswa adalah seperti malas belajar, bosan mengikuti pelajaran dan kegiatan sekolah, rendahnya keinginan untuk berprestasi, tidak bisa konsentrasi dalam belajar, tidak bisa membagi waktu dan lain sebagainya. Permasalahan tersebut pada akhirnya akan berujung pada keputusan siswa untuk menunda-nunda mengerjakan tugas sekolah. Dari keputusan siswa untuk menunda tugas sekolah tersebut, pada akhirnya akan mengakibatkan siswa lambat dalam mengumpukan atau bahkan mereka melakukan kecurangan akademik. seperti, menunda pekerjaan rumah (PR) akan mengakibatkan siswa menyontek tugas teman-temannya yang sudah selesai mengerjakan. Perilaku menunda seperti itu, dalam kamus ilmiah populer disebut dengan prokrastinasi. Karena jenis pekerjaan yang ditunda merupakan tugas akademik, maka disebut prokrastinasi akademik.

Perilaku menunda-nunda tugas sekolah itu, selain dikarenakan ketidakmampuan siswa dalam mengerjakan tugas tersebut, juga dikarenakan belum adanya rasa tanggung jawab pada dirinya untuk mengerjakan tugas tersebut. Namun yang sering jadi alasan siswa dalam menunda-nunda mengerjakan tugas tersebut adalah tidak tahu cara mengerjakan, takut terjadi kesalahan dalam melaksanakan tugas, tidak punya waktu untuk mengerjakan dan lain sebagainya. Semua itu hanya merupakan alibi atau alasan siswa untuk

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

menghindar dari tugas-tugasnya. Kalau hal itu terus dibiarkan, maka akan berakibat fatal pada masa depan siswa.

Dalam kamus ilmiah populer prokrastinasi diartikan dengan perlambatan atau penundaan[4]. Ferrari dalam Rendra berpendapat bahwa prokrastinasi akademik merupakan jenis penundaan yang dilakukan pada tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik, misalnya tugas sekolah atau kursus[5]. Menurut Ellis dan Knaus dalam Jamilah menyatakan bahwa prokrastinasi merupakan penundaan tindakan yang tidak bertujuan dan proses penghindaran tugas, yang seharusnya itu tidak perlu dilakukan seseorang karena adanya ketakutan untuk gagal, serta adanya pandangan bahwa segala sesuatu harus dilakukan dengan benar, dan penundaan yang telah menjadi respon tetap atau kebiasaan yang dipandang sebagai suatu *trait* prokrastinasi[6]. Perilaku prokrastinasi akademik tersebut akan berakibat negatif karena menunda-nunda tugas tersebut akan membuat waktu terbuang sia-sia.

Salah satu faktor yang mempengaruhi siswa melakukan prokrastinasi akademik adalah rendahnya kontrol diri *(self control)* siswa[7]. Orang sering melakukan penundaan pekerjaan dikarenakan orang tersebut tidak memiliki

---

[4] Pius A. Partanto dan M. Dahlan Al. Barry, *Kamus Ilmiah Populer*, (Surabaya: Arkola, 1994), hlm. 629.

[5] Rendera Novian, *Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik Siswa* (Studi Deskriptif pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 18 Bandung Tahun Ajaran 2009/2010), hlm.3. Tersedia di http://repository.upi.edu/skripsiview.php?no_skripsi=4231(28/04/2012)

[6] Siti Annisah Jamilah, *Profil prokrastinasi akademik siswa dan implikasinya bagi program bimbingan akademik*. Tersedia di http://repository.upi.edu/skripsiview.php?no_skripsi=11219 (20/04/2012)

[7] Rendera Novian, *Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Prokrastinasi*....., hlm. 4

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sistem kontrol diri yang baik. Sehingga karena tidak mempunyai kemampuan untuk mengontrol diri dan tugasnya yang pada akhirnya tugas yang telah direncanakan akan mengalami penundaan atau bahkan terbengkalai sampai pada batas waktu tugas tersebut tidak dibutuhkan lagi oleh sekolah. Apa yang akan terjadi kalau perilaku siswa yang sering menunda-nunda tugas belajarnya itu terus dibiarkan? Kegagalan pastinya akan datang menghampiri siswa tersebut.

Pada dasarnya siswa yang sering menunda-nunda tugas akademiknya dikarenakan tidak adanya kontrol diri dalam bidang akademik. Belajar bukan hanya disekolah tetapi juga di rumah harus melakukan proses yang namanya belajar. Akan tetapi meskipun demikian, bukan berarti seorang siswa harus mengabaikan kegiatan yang lain seperti bermain dengan teman, membantu orang tua dan lain sebagainya. Meskipun tugas siswa adalah belajar, mustakhil akan terus melaksanakan proses belajar secara terus menerus karena masih banyak kesibukan yang juga harus dikerjakan oleh siswa. Oleh karena itu, sering tugas akademik siswa terbengkalai karena berbenturan dengan tugas yang lain. Siswa yang masih kesulitan dalam membuat jadwal belajar ditengarai karena siswa tersebut tidak memiliki kontrol diri yang baik.

Fenomena menunda-nunda tugas sekolah yang tidak bertujuan diatas merupakan hal yang sudah lazim terjadi pada siswa. Berdasarkan keterangan guru Bimbingan dan Konseling dan kepala sekolah di SMP Jati Agung Sidoarjo khusunya di kelas VII. Fenomena menunda-nunda tugas sekolah bukan merupakan hal yang asing di sekolah tersebut. Di kelas VII yang terdiri dari dua

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kelas, terdapat lima siswa yang sering menunda mengerjakan tugas sekolah tanpa ada alasan yang jelas. Hal yang paling sering dilakukan oleh mereka adalah mengerjakan tugas menjelang dikumpulkan. Seperti tugas pekerjaan rumah (PR) sering kali siswa mengerjakan di sekolah sebelum dikumpulkan. Lebih lanjut menurut pemaparan guru BK, ketika tugas dikerjakan disekolah sudah dapat dipastikan akan menyontek punya teman-temannya. Selain itu, hal yang biasa dilakukan oleh siswa disana adalah belajar ketika hanya mau mengikuti ujian dan menunda-nunda masuk kelas setelah mendengar bel berbunyi sehingga tak jarang guru BK berteriak-teriak untuk menyeru masuk pada siswanya.

Studi pendahuluan penulis tidak hanya berhenti ditataran guru saja, tetapi juga dilanjutkan dengan wawancara langsung kepada sebagian siswa kelas VII ketika istirahat terkait dengan perilaku prokrastinasi dan kotntrol diri tersebut. Menurut pengakuan siswa yang penulis temui, semuanya pernah melakukan penundaan tugas sekolah, seperti menunda tugas PR dan dikerjaan sesaat sebelum dikumpul dengan menyontek punya teman-temannya. Adapun alasan yang sering muncul dari mereka adalah sibuk dengan kegiatan lain sehingga lupa dengan tugas-tugas sekolahnhya dan tidak punya waktu. Mereka merasa kesulitan untuk membagi waktunya antara belajar, bermain dan lain sebagainya.

Pola belajar yang buruk tersebut ditengarai karena lima siswa kelas VII SMP Jati Agung Sidoarjo tidak memiliki kontrol diri yang tinggi. Hal ini terbukti lewat pengakuan siswa bahwa mereka bisa menunda tugas sekolah karena merasa kesulitan membagi waktu kapan belajar dan kapan bermain. Orang yang merasa

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kesulitan membagi tersebut dikarenakan orang tersebut tidak memiliki kontrol diri yang baik.

Melihat pola belajar yang tidak sehat tersebut, sekolah tidak mau cuci tangan terhadap penyakit siswa tersebut. Lewat guru bimbingan konseling. SMP Jati Agung mencoba menanggulangi perilaku prokrastinasi yang secara umum diakibatkan karena tidak mempunyai kontrol diri yang baik dalam belajar. Oleh karena itulah guru bimbingan konseling menerapkan layanan bimbingan belajar yang bertujuan agar siswa mampu mengontrol dirinya dengan baik sehingga pada akhirnya kesulitan belajar yang dialami siswa tidak terjadi lagi. Membantu peserta didik dalam mengatasi kesulitan belajar merupakan bagian layanan bimbingan belajar. Bimbingan belajar merupakan bimbingan yang diarahkan untuk membantu para individu dalam menghadapi dan memecahkan masalah-masalah belajar[8]. Sedangkan menurut WS Winkel bimbingan belajar sangat penting dilakukan oleh konselor bagi para peserta didik yang kurang mampu menyusun dan mentaati jadwal belajar di rumah, kurang siap menghadapi ujian dan ulangan, serta mengalami kesulitan akademik lainnya, khsusunya peserta didik yang prokrastinasi[9].

Dengan bimbingan belajar, siswa akan dibawa pada kondisi dimana mereka akan mengetahui cara mengontrol diri dalam belajar misalnya dengan membuat jadwa aktifitas sehari-hari sehingga antara tugas belajar dan tugas lainnya tidak

[8] Juntika Nurihsan, *Dasar-Dasar Bimbingan dan konseling*, (Jakarta: Mutiara, 2003), hlm. 20
[9] WS. Winkel, *Bimbingan dan Konselin di Institusi Pendidikan* (Jakarta: Grasindo, 1997), Hlm. 141

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

saling benturan. akhirnya siswa tidak ada lagi alasan untuk menunda tugas sekolah karena sudah tidak ada tumpang-tindih antara kegiatan sehari-hari.

Oleh karena itulah, penulis ingin mengetahui lebih dalam tentang konsep bimbingan belajar yang dikhususkan kepada siswa yang prokrasitiasi akademik karena tidak memiliki kontrol diri yang baik. Dengan demikian, penulis mengambil judul dalam penelitian ini adalah "Layanan Bimbingan Belajar untuk Meningkatkan *Self-Control* Siswa yang Prokrastinasi Akademik"

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, penulis dapat merumuskan masalah dalam penelitian ini, yaitu:

1. Bagaimana gambaran umum prokrastinasi akademik siswa kelas VII SMP Jati Agung Sidoarjo?
2. Bagaimana gambaran umum *self-control* siswa kelas VII SMP Jati Agung Sidoarjo?
3. Bagaimana layanan bimbingan belajar untuk mengembangkan *self-control* siswa kelas VII yang mengalami prokrastinasi akademik?

C. Tujuan Penelitian

adapun tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui gambaran umum prokrastinasi akademik pada siswa kelas VII SMP Jati Agung Sidoarjo.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. Untuk mengetahui gambaran umum *self-control* siswa kelas VII SMP Jati Agung Sidoarjo.
3. Untuk mengetahui layanan bimbingan belajar untuk mengembangkan *self-control* siswa kelas VII yang mengalami prokrastinasi akademik.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagi penulis, dengan penelitian ini akan menambah pengetahuan dan pengalaman khususnya sesuai dengan bidang masalah dalam penelitian serta sebagai salah satu syarat dalam dalam menyelesaikan studi di Fakultas Tarbiyah jurusan Kependidika Islam Konsentrasi dan Bimbingan Konseling IAIN Sunan Ampel Surabaya.
2. Bagi Fakultas dan jurusan, dengan penelitian bisa menambah pustaka serta menambah bahan kajian yang diperlukan oleh mahasiswa dan dosesn yang sedang menelaah masalah yang ada kaitannya dengan tema penelitian ini.
3. Bagi Sekolah, dengan penelitian ini, bisa dijadikan acuan dalam mengatasi siswa yang prokrastinasi.

E. Definisi Operasional

Guna menghindari dari kesalahpahaman pembaca terhadap judul penelitian ini, maka penulis akan menjelaskan definisi operasional dari kata-kata yang paling pokok yang tercantum dalam judul penelitian ini adalah sebagai berikut:

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

1. Layanan Bimbingan Belajar adalah serangkaian bantuan yang terencana, terorganisasi dan terkoordinasi dengan baik yang diberikan oleh pembimbing kepada siswa kelas VII yang prokrastinasi akademik yang diakibatkan oleh kurangnya control diri siswa, sehingga mampu mengatasi kesulitan dan masalah-masalah belajar dan tercapai tujuan belajar dengan maksimal. Adapun tahap-tahap bimbingan belajar adalah sebagai berikut:[10]
   a. Pengenenalan siswa yang mengalami masalah belajar.
   b. Pengungkapan sebab-sebab timbulnya masalah belajar.
   c. Pemberian bantuan pengentasan masalah belajar. Adapun bantuan yang bisa dilakukan menurut Prayitno; pengajaran perbaikan, kegiatan pengayaan, peningkatan motivasi dan pengembangan sikap dan kebiasaan belajar yang efektif[11].

   Dari tahapan-tahapan pemberian layanan bimbingan belajar diatas, dapat ditarik menjadi tahapan pemberian bimbingan belajar untuk meningkatkan kontrol diri siswa yang melakukan prokrastinasi akademik sebagai berikut:
   a. Pengenalan siswa yang melakukan prokrastinasi akademik.
   b. Pengungkapan penyebab timbulnya perilaku prokrastinasi akademik.
   c. Memberikan bantuan untuk mengatasi perilaku akademik siswa yang prokrastinasi dengan layanan bimbingan belajar yang bahasannya dalam bimbingan ini adalah sebagai berikut:

---

[10] Prayitno dan Erman Anto, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling* (Jakarta : PT Rineka Cipta, 2000), hlm. 279

[11] Prayitno dan Erman Anto…, hlm. 280

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

1. Meningkatkan motivasi belajar.
2. Meningkatkan managemen waktu.
3. Meningkatkan managemen tugas.
4. Meningkatkan kepekaan diri terhadap segala situasi.
5. Meningkatkan cara membuat keputusan.

2. Meningkatkan *self-control* Siswa yang Prokrastinasi Akademik adalah suatu usaha yang dilakukan konselor untuk memperbaiki dan meningkatkan kemampuan siswa dalam mengendalikan perilaku dan stimulus yang tidak diinginkan, mengantisipasi dan menafisrkan peristiwa serta mampu mengambil keputusan terkait dengan proses belajar baik dirumah atau disekolah sehingga tidak menunda-nunda untuk memulai atau menyelesaikan tugas sekolah.

   Menurut Averill, aspek kontrol diri meliputi aspek: kontrol perilaku (*behavior control*), kontrol kognitif (*cognitive control*), kontrol dalam mengambil keputusan (*decisional control*)[12]. Dari aspek itu maka dibuatlah indikator sebagai berikut:

   a. Mampu mengontrol perilaku dalam melaksanakan tugas sehari-hari baik tugas sekolah atau tidak.

[12] M. Nur Ghufron, *Hubungan Kontrol Diri dan Persepsi Remaja Terhadap Penerapan Disiplin Orangtua dengan Prokrastinasi akademik*, (Tesis UGM, 2003), diambil dari http://www.damandiri.or.id/detail.php?id=303 (diakses pada 10/05/2012).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b. Mampu mengontrol stimulus yang tidak diinginkan yang akan merusak tugas sehari-hari siswa baik dengan cara menghindar, mencegah, menghentikan atau membatasi stimulus tersebut.
c. Mampu mengantisipasi peristiwa yang terjadi atau yang akan terjadi dengan mempertimbangkan secara objektif.
d. Mampu menafsirkan peristiwa yang terjadi atau yang akan terjadi dengan memberikan penilaian terhadap peristiwa itu.
e. Mampu mengambil keputusan terkait dengan tugas sehari-hari baik tugas sekolah atau tugas diluar sekolah.

Sedangkan indikator dari prokrastinasi akademik siswa, penulis mengacu ciri-ciri prokrastinasi akademik menurut Ferrari sebagai berikut[13]:

a. Penundaan untuk memulai atau menyelesaikan tugas yang dihadapi. Orang yang prokrastinasi tahu bahwa tugas yang dihadapi harus segera diselesaikan, akan tetapi ia menunda-nunda untuk memulai mengerjakannya atau menunda-nunda untuk menyelesaikan tugas tersebut.
b. Keterlambatan dalam mengerjakan tugas. Orang yang prokrastinasi lebih banyak membutuhkan waktu dari pada umumnya dalam mengerjakan tugasnya. Prokrastinator terlalu lama mempersiapkan diri untuk mengerjakan tugas atau mengerjakan hal lain yang tidak dibutuhkan dalam penyelesaian tugas tersebut sehingga mengakibatkan keterlambatan atau

[13] M. Nur Ghufron, *Hubungan Kontrol Diri dan Persepsi Remaja Terhadap Penerapan Disiplin Orangtua dengan Prokrastinasi akademik*, (Tesis UGM, 2003), hlm. 21-22. diambil dari http://www.damandiri.or.id/detail.php?id=303 (diakses pada 10/05/2012).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

tidak berhasil dalam menyelesaikan tugasnya sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan.

c. Kesenjangan antara waktu rencana dan kinerja aktual. Prokrastinator selalu merasa kesulitan untuk melakukan tugas sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan. Orang ini akan sering mengerjakan tugas tidak sesuai dengan *deadline* yang telah ditentukan, baik ditentukan guru atau ditentukan oleh diri sendiri. Kebanyakan pelaku prokrastinasi telah merencanakan untuk melaksanakan tugas sesuai dengan batas waktu tertentu, akan tetapi ketika batas waktu telah tiba, mereka tetap tidak melaksanakan tugasnya sesuai dengan batas waktu yang telah direncanakan sehingga menimbulkan keterlambatan atau kegagalan dalam menyelesaikan tugasnya.

d. Melakukan pekerjaan lain yang lebih menyenangkan dari pada tugas yang harus dikerjakan. Orang yang prokrastinasi akan selalu menunda-nunda tugasnya dengan mengerjakan pekerjaan lain yang lebih menyendangkan. Misalnya, orang yang lebih senang nonton TV dari pada mengerjakan PR.

Dengan demikian siswa yang masuk pada kategori berperilaku prokrastinasi akademik kalau siswa bersikap atau berperilaku sebagian atau semua dari hal-hal berikut:

a. Menunda memulai atau mengakhiri tugas
b. Lamban dalam mengerjakan tugas
c. Lebih banyak berencana daripada kerja dalam menyelesaikan tugas

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

d. Cenderung melakukan aktifitas yang bersifat lebih menyenangkan dari pada belajar

Tugas-tugas diatas meliputi tugas rumah (PR), tugas administratif (mencatat pelajaran, registrasi, mengembalikan buku diperpustakaan), tugas mengadapi ujian dan ulangan (membaca referensi yang sekiranya diujikan, mengerjakan soal latihan, menghafal) dan tugas mengahadiri pelajaran.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Prokrastinasi Akademik

1. Pengertian Prokrastinasi Akademik

Istilah prokrastinasi berasal dari bahasa latin, "*pro*" yang berarti mendorong maju atau bergerak maju, dan akhiran "*crastinus*" yang berarti keputusan hari esok. Salah satu persamaan kata prokrastinasi ialah *cunctation* yakni menangguhkan atau menunda pekerjaan untuk dikerjakan di waktu yang lain[1]. Jadi istilah prokrastinasi digunakan untuk menunjukkan suatu kecenderungan menunda-menunda penyelesaian tugas atau pekerjaan. Istilah prokrastinasi ini pertama kali digunakan oleh Brown dan Holzam[2].

Menurut Rizvi dalam Musdi mendefinisikan prokrastinasi sebagai kegagalan seseorang dalam mengerjakan tugas berupa kecenderungan hingga tindakan menunda-nunda memulai kinerja atau menyelesaikan sehingga menghambat kinerja dalam rentang waktu terbatas, yang akhirnya menimbulkan perasaan tidak enak (cemas) pada pelakunya[3].

---

[1]http://etd.uovs.ac.za/ETD-db//theses/available/etd-06282007-132613/unrestricted/VanWykA.pdf. diakses 30/042012

[2] M. Nur Ghufron dan Rini Risnawita S, *Teori-Teori Psikologi*, (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2011), hlm. 151.

[3] Husni Abdillah dan Diana Rahmasari *Penerapan Konseling Kelompok Kognitif- Perilaku Untuk Menurunkan Perilaku Prokrastinasi Siswa*. (Jurnal Psikologi Unesa, Volume 11 no 2 Desember 2010) dalam http://ppb.jurnal.unesa.ac.id/lib/, diakses 15/05/2012.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Ellis Knaus dalam Ghufron dan Rini mengatakann bahwa prokrastinasi adalah kebiasaan penundaan yang tidak bertujuan dan proses penghindaran tugas yang sebenarnya tidak perlu terjadi. Hal ini terjadi karena adanya ketakutan untuk gagal dan pandangan bahwa segala sesuatu harus dilakukan dengan benar[4]. Sejalan dengan pendapat Ellis dan Knaus, Burka dan Yuen dalam Ghufron dan Rini berpendapat bahwa seorang prokrastinator memiliki pandangan bahwa suatu tugas harus diselesaikan dengan sempurna sehingga ia merasa lebih aman untuk tidak melakukannya dengan segera. Hal ini terjadi karena kalau mengerjakan tugas dengan segera akan menghasilkan sesuatu yang tidak maksimal.

Dari beberapa definisi diatas dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik merupakan tindakan menunda yang tidak diperlukan dalam menunda tugas atau pekerjaan yang ada kaitannya dengan akademik atau sekolah yang sudah menjadi respon tetap dalam menghadapi tugas akademik yang tidak disukai, dirasa berat, tidak menyenangkan dan kurang menarik dan dapat menimbulkan perasaan tidak enak (cemas) pada pelakunya.

2. Macam-Macam Prokrastinasi

Secara umum jenis prokrastinasi ada dua macam yaitu prokrastinasi fungsional dan disfungsional. Sebagaimana menurut Ferrari dalam Ghufron

[4] M. Nur Ghufron dan Rini Risnawita S, *Teori-Teori Psikologi*, (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2011), hlm. 152.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dan Rini menerangkan bahwa jenis prokrastinasi ada dua yaitu *Functional Procrastination* dan *disfunctional procrastination*[5].

a. Prokrastinasi fungsional (*Functional Procrastination*)

   Penundaan pengerjaan tugas dilakukan dengan tujuan untuk memeroleh informasi yang lebih lengkap dan akurat. Prokrastinasi fungsional dilakukan untuk menunjang perampungan aktivitas tepat waktu, misalnya mendahulukan aktivitas yang tingkat prioritasnya tinggi bukan karena tidak bertanggung jawab, malas atau tidak peduli terhadap tugasnya.

b. Prokrastinasi disfungsional (*disfunctional procrastination*)

   Prokrastinasi disfungsional adalah penundaan pengerjaan tugas yang tidak bertujuan sehingga berdampak negatif dan menimbulkan masalah, misalnya tidak rampungnya aktivitas, hilangnya kesempatan dan terabaikannya tantangan. Selain itu prokrastinasi disfungsional cenderung menjadi kronis sebagai sikap dan kebiasaan yang sulit dihentikan dan menjadi bagian hidup individu. Prokrastinasi disfungsional ini merupakan penundaan terhadap tugas sebagai upaya untuk menghindari tugas tersebut, hal ini terjadi karena pelaku prokrastinasi mempunyai pemikiran bahwa tugas yang diembannya harus dilakukan dan dikerjakan dengan sempurna. Prokrastinasi disfungsional ada dua macam yaitu:

[5] Lidya Prayekti RR, (2008). *Profil Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa Sekolah Dasar*. Skripsi jurusan PPB: http//repository.upi.edu/29/04/2012.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

1. Prokrastinasi pengambilan keputusan (*decision procrastination*) Bentuk prokrastinasi ini merupakan sebuah perilaku kognitif dalam menunda memulai melakukan suatu tugas dan menghadapi situasi yang dipersepsikan penuh stres. Jenis prokrastinasi ini terjadi karena akibat kegagalan dalam mengidentifikasi tugas yang kemudian menimbulkan konflik batin dalam individu sehingga pada akhirnya seseorang menunda untuk memutuskan masalah.
2. Prokrastinasi perbuatan (*behavioral procrastination*) Suatu penundaan dalam perilaku yang tampak. Penundaan dilakukan sebagai suatu cara untuk menghindari tugas yang dirasa tidak menyenangkan dan sulit untuk dilakukan. Prokrastinasi dilakukan sebagai suatu cara untuk menghindari kegagalan dalam menyelesaikan tugas.

3. Ciri-Ciri Prokrastinasi Akademik

Menurut Ferrari, dkk dalam Ghufron menyebutkan ciri-ciri prokrastinasi akademik adalah sebagai berikut[6]:

a. Penundaan untuk memulai atau menyelesaikan tugas yang dihadapi. Orang yang prokrastinasi tahu bahwa tugas yang dihadapi harus segera diselesaikan, akan tetapi ia menunda-nunda untuk memulai mengerjakannya atau menunda-nunda untuk menyelesaikan tugas tersebut.

[6] M. Nur Ghufron, *Hubungan Kontrol Diri dan Persepsi* , hlm. 21-22.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b. Keterlambatan dalam mengerjakan tugas. Orang yang prokrastinasi lebih banyak membutuhkan waktu dari pada umumnya dalam mengerjakan tugasnya. Prokrastinator terlalu lama mempersiapkan diri untuk mengerjakan tugas atau mengerjakan hal lain yang tidak dibutuhkan dalam penyelesaian tugas tersebut sehingga mengakibatkan keterlambatan atau tidak berhasil dalam menyelesaikan tugasnya sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan.

c. Kesenjangan antara waktu rencana dan kinerja aktual. Prokrastinator selalu merasa kesulitan untuk melakukan tugas sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan. Orang ini akan sering mengerjakan tugas tidak sesuai dengan *deadline* yang telah ditentukan, baik ditentukan guru atau ditentukan oleh diri sendiri. Kebanyakan pelaku prokrastinasi telah merencanakan untuk melaksanakan tugas sesuai dengan batas waktu tertentu, akan tetapi ketika batas waktu telah tiba, mereka tetap tidak melaksanakan tugasnya sesuai dengan batas waktu yang telah direncanakan sehingga menimbulkan keterlambatan atau kegagalan dalam menyelesaikan tugasnya.

d. Melakukan pekerjaan lain yang lebih menyenangkan dari pada tugas yang harus dikerjakan. Orang yang prokrastinasi akan selalu menunda-nunda tugasnya dengan mengerjakan pekerjaan lain yang lebih menyendangkan. Misalnya, orang yang lebih senang nonton tv dari pada mengerjakan PR.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Dengan demikian siswa yang masuk pada kategori berperilaku prokrastinasi akademik kalau siswa bersikap atau berperilaku sebagian atau semua dari hal-hal berikut:

a. Menunda memulai atau mengakhiri tugas
b. Lamban dalam mengerjakan tugas
c. Lebih banyak berencana daripada kerja dalam menyelesaikan tugas
d. Cenderung melakukan aktifitas yang bersifat lebih menyenangkan dari pada belajar

4. Bentuk-Bentuk Prokrastinasi Akademik

Solomon dan Ruthblum mengemukakan prokrastinasi akademik terdiri dari beberapa bentuk, yakni sebagai berikut[7]:

a. Berupa penundaan mengerjakan tugas mengarang, meliputi penundaan melaksanakan kewajiban atau tugas-tugas menulis, misalnya menulis makalah, membuat laporan, atau tugas mengarang lainnya.
b. Penundaan belajar menghadapi ujian, mencakup penundaan belajar untuk menghadapi ujian, misalnya ujian tengah semester dan akhir semester. Dalam hal ini juga termasuk dalam belajar ketika hanya mau menghadapi ujian atau ulangan.

[7] Siti Annisa Jamilah, *Profil Prokrastinasi Akademik Siswa Dan Implikasinya Bagi Program Bimbingan Akademik*, (Skripsi Fak.FIB UPI Bandung, 2012) hlm. 27. diambil dari: http://repository.upi.edu/skripsiview.php?no_skripsi=11219 diakses 15/05/2012

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

c. Penundaan tugas membaca, meliputi adanya penundaan untuk membaca buku atau referensi yang berkaitan dengan tugas akademik yang diwajibkan.

d. Penundaan kinerja tugas administratif, misalnya menyalin catatan pelajaran, membayar SPP, mendaftarkan diri dalam presensi kehadiran dan daftar peserta praktikum.

e. Penundaan menghadiri pertemuan, penundaan maupun keterlambatan dalam menghadiri pelajaran dan pertemuan-pertemuan lainnya. Dalam hal ini, lambat masuk kelas juga masuk pada kriteria prokrastinasi, baik lambat masuk pada waktu jam pertama atau lambat masuk setelah waktu istirahat.

f. Penundaan kinerja akademis secara keseluruhan, menunda mengerjakan atau menyelesaikan tugas-tugas akademik secara keseluruhan.

5. Faktor-Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik

Menurut Stell dalam Maria Ulfa, faktor-faktor penyebab prokrastinasi akademik adalah sebagai berikut[8]:

a. Kesenjangan antara niat dan tindakan.

Menunda-nunda tidak hanya dilakukan karena mempunyai pemikiran yang irasional, tetapi juga tanpa niatan. Terkadang yang menunda-nunda

[8] Maria Ulfa, *Perbedaan Prokrastinasi Kerja Ditinjau dari Gaya Kepemimpinan Tranformasional dan Gaya Kepemimpinan Transaksional Pada Karyawan,* (Skripsi Fak. Dakwah IAIN Sunan Ampel Surabaya, 2011), hlm. 11hlm 23

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

tugas itu, sering karena memang tidak mempunyai niatan untuk mengerjakan tugas tersebut.

b. Tugas yang sulit

Perilaku yang dianggap tidak menyenangkan dan cenderung dihindari. Semakin tidak menyenangkan, maka situasi tersebut semakin dihindari.

c. Neuroticism

Prokrastinasi sering kali bersumber dari pemikiran-pemikiran yang neorotis. Perasaan khawatir yang berlebihan, kecemasan dasar, semua itu adalah sumber neurotisme. Hal itu akan mengakibatkan pada penundaan tugas.

d. Keyakinan diri (*self efficacy*) dan citra diri (*self esteem*)

Keyakinan dan citra diri menjadi faktor dalam perilaku prokrastinasi. Orang yang tidak mempunyai keyakinan terhadap dirinya akan memandang dirinya tidak sanggup menyelesaikan tugas-tugasnya. Akhirnya ia akan memutuskan untuk menunda tugas yang dimilikinya.

e. Kontrol diri (*self control*)

Prokrastinator seringkali merasa "*out of control*" terhadap perilaku menunda yang dilakukannya. Penundaan kerap kali berulangkali dilakukan terhadap apa yang seharusnya dimulai atau diselesaikan, karena menganggap hal tersebut biasa dilakukan.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

6. Teori Perkembangan Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi akademik perkembangannya bisa dilihat dari aliran psikologi diantaranya adalah aliran Psikodinamik, Behavioristik dan Kognitif Behavioral.

a. Psikodinamik

Psikodinamik memandang bahwa pengalaman masa kanak-kanak akan mempengaruhi perkembangan anak ketika dewasa, terutama pengalaman yang menyakitkan ketika gagal menyelesaikan tugas tertentu, biasanya anak akan mengalami trauma karena telah gagal menyelesaikan tugas. Orang yang pernah mengalami trauma karena gagal menyelesaikan tugas cenderung akan melakukan prokrastinasi atau penundaan ketika dihadapkan pada tugas yang sama atau hampir sama. Penundaan tersebut terjadi karena anak tersebut teringat akan kegagalan yang telah dialami pada masa lalunya. Sehingga tugas yang sama atau hampir sama yang dihadapinya sekarang akan cenderung ditolak dengan menunda-nunda mengerjakan karena tugas itu dipersepsikan akan mendatangkan perasaan sama seperti masa lalunya[9].

Terkait dengan proses penghindaraan, Sigmund Freud memandang bahwa ketika terdapat tugas yang mengancam egonya yang akan menimbulkan kecemasan atau ketakutan cenderung dihindari. Proses penghindaran ini merupakan bentuk mekanisme pertahanan ego. Mekanisme pertahanan

[9] M. Nur Ghufron, *Hubungan Kontrol Diri dan Persepsi Remaja*, hlm. 23-24

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

ego ini akan membantu anak mengatasi kecemasan dan mencegah terlukanya ego[10]. Seseorang secara tidak sadar melakukan penundaan, untuk menghindari penilaian yang dirasakan akan mengancam, keberadaan ego atau harga dirinya. Akibatnya tugas yang cenderung dihindari atau yang tidak diselesaikan adalah jenis tugas yang mengancam ego seseorang. Misalnya, seseorang yang pernah gagal dalam menyelesaikan tugas matematika akan cenderung menghidar secara tidak sadar ketika dihadapkan terhadap tugas matematika. Proses penghindaraan ini merupakan cara untuk mencegah agar diri seseorang tidak merasakan cemas seperti masa lalunya.

b. Behavioristik

Penganut aliran behavioristik memandang bahwa pada dasarnya manusia dibentuk dan ditentukan oleh lingkungan sosial budayanya. Segenap tingkah laku manusia lahir karena proses pembelajaran[11]. Orang yang melakukan prokrastinasi akademik karena pernah mendapat hukuman atau *punishment* atas perilakunya[12]. Selain itu perilaku manusia juga dibentuk oleh lingkungan sekitarnya. Contoh, lingkungan sekolah yang pengawasannya kurang ketat terkait dengan tugas, akan menimbulkan siswanya cenderung untuk melakukan prokrastinasi akademik.

---

[10] Gerald Corey, Penerjemah E. Koswara, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung: Refika Aditana, 2009), hlm. 18.

[11] Gerald Corey, Penerjemah E. Koswara, *Teori dan Praktek Konseling*, hlm. 195

[12] M. Nur Ghufron, *Hubungan Kontrol Diri dan Persepsi Remaja*, hlm. 24

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

c. Kognitif Behavioral

Penganut kognitif behavioral akan memandang bahwa Prokrastinasi akademik terjadi karena adanya keyakinan irrasional yang dimiliki oleh seseorang. Keyakinan irrasional tersebut dapat disebabkan oleh suatu kesalahan dalam mempersepsikan tugas sekolah, seseorang memandang tugas sebagai sesuatu yang berat dan tidak menyenangkan[13]. Ferrari mengatakan bahwa seseorang melakukan prokrastinasi akademik untuk menghindari informasi diagnostik akan kemampuannya. Prokrastinasi tersebut dilakukan karena seseorang tidak mau dikatakan mempunyai kemampuan yang rendah atau kurang dengan hasil kerjanya. Orang yang melakukan penundaan akan merasa bahwa bila mengalami kegagalan atau hasil kurang memuaskan, itu bukan karena rendahnya kemampuannya, tetapi karena ketidaksungguhannya dengan menunda-nunda dalam mengerjakan tugas yang dihadapi[14].

B. *Self-Control* Siswa

1. Pengertian Kontrol Diri (*self-control*)

Kontrol diri seringkali diartikan sebagai kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa kearah konsekuensi positif. Kontrol diri mengandung arti mengatur

[13] M. Nur Ghufron, *Hubungan Kontrol Diri dan Persepsi Remaja*, hlm. 26
[14] Ghufron dan Rini Risnawita S, *Teori-Teori Psikologi*, hlm. 163

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sendiri tingkah laku yang dimiliki[15]. Menurut Ghufron kontrol diri merupakan suatu aktivitas pengendalian tingkah laku, pengendalian tingkah laku mengandung makna melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak[16]. Sedangkan Carlson juga mengartikan kontrol diri sebagai kemampuan seseorang dalam merespon suatu situasi[17]. Situasi disini menyangkut hal yang sangat luas peristiwa dan segala hal yang akan ditimbulkan oleh peristiwa tersebut. dalam artian, orang yang mempunyai kontrol diri bisa mengantisipasi, menafsirkan dan mengambil keputusan terkait peristiwa itu.

Calhoun dan Acocella, mendefinisikan bahwa kontrol diri (*self-control*) sebagai pengaturan proses-proses fisik, psikologis, dan perilaku seseorang dengan kata lain serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri. Sementara dalam pandangan Goldfried dan Merbaum, kontrol diri diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu ke arah konsekuensi positif. Kontrol diri juga menggambarkan keputusan individu yang melalui pertimbangan kognitif untuk menyatukan perilaku yang disusun untuk meningkatkan hasil dan tujuan tertentu seperti yang diinginkan[18].

---

[15] Kartini Kartono dan Dali Gulo, *Kamus Psikologi*, (Bandung: Pionir Jaya, 1987), hlm.441.
[16] Ghufron dan Rini Risnawati, *Teori-Teori Psikologi*, hlm. 25-26
[17] Winda Kartika Dewi, *Hubungan Kontrol Diri Wanita Berjilbab dengan Kebutuhan Interaksi Heteroseksual*, (Skripsi Fak.Psikologi Untag Surabaya, 2001), hlm. 20.
[18] http://www.damandiri.or.id/file/mnurgufronugmbab2.html diakses 15/05/2012

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Kontrol diri merupakan suatu kecakapan individu dalam kepekaan membaca situasi diri dan lingkungannya serta kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor-faktor perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi kemampuan untuk mengendalikan perilaku, kecenderungan untuk menarik perhatian, keinginan untuk mengubah perilaku agar sesuai bagi orang lain, menyenangkan orang lain, selalu konform dengan orang lain dan menutup perasaannya.

Seseorang ketika melakukan hubungan sosial dengan orang lain, maka untuk menjaga kelancaran hubungan tersebut antara indiviu dalam hubungan tersebut harus mengontrol diri agar bisa tambil menyenangkan dan tidak menyinggung orang lain. Orang yang tidak mempunyai kontrol diri yang baik sering kali melukai perasaan lawan bicara. Oleh karena itulah Calhoun dan Acocella mengemukakan dua alasan yang mengharuskan individu mengontrol diri secara terus-menerus. *Pertama*, individu hidup bersama kelompok sehingga dalam memuaskan keinginannya individu harus mengontrol perilakunya agar tidak mengganggu kenyamanan orang lain. *Kedua*, masyarakat mendorong individu untuk secara konstan menyusun standar yang lebih bai dirinya. Ketika berusaha memenuhi tuntutan, dibuatkan pengontrolan diri agar dalam proses pencapaian standar tersebut individu tidak melakukan hal-hal yang menyimpang[19].

[19] M. Nur Ghufron dan Rini Risnawita S, *Teori-Teori Psikologi*, hlm. 23

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Kontrol diri berkaitan erat dengan kontrol emosi individu. Hal itu sesuai dengan pendapat Hurlock bahwa kontrol diri berkaitan dengan bagaimana individu mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan yang terdapat dalam dirinya[20]. Lebih lanjut Hurlock mengemukakan tiga kriteria emosi yang dilakukan individu untuk mengarahkan kearah yang lebih baik yaitu sebagai berikut[21]:

a. Dapat melakukan kontrol diri yang bisa diterima secara sosial
b. Dapat memahami seberapa banyak kontrol yang dibutuhkan untuk memuaskan kebutuhannya dan sesuai dengan harapan masyarakat.
c. Dapat menilai situasi secara kritis sebelum merespon dan memutuskan cara beraksi terhadap situasi tersebut.

Dari beberapa pengertian dan penjelasan tentang kontrol diri diatas, dapat ditarik kesimpulan bahwa kontrol diri merupakan suatu usaha dalam mengendalikan perilaku dan merespon atau memutuskan sesuatu tindakan dengan mempertimbangkan segala dampak atau konsekuensi yang akan terjadi.

[20] Rendera Novian, *Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik Siswa,* (Skripsi FIP UPI Bandung, 2011), hlm. 18.
diambil dari: http://repository.upi.edu/skripsiview.php?no_skripsi=4231
[21] M. Nur Ghufron dan Rini Risnawita S, *Teori-Teori Psikologi,* hlm. 24

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. Ciri-Ciri Kontrol Diri

Menurut Prijosaksono, kontrol diri memiliki dua dimensi yaitu mengendalikan emosi dan disiplin. Mengendalikan emosi berarti kita mampu mengenali atau memahami serta mengelola emosi kita. Sedangkan kedisiplinan adalah melakukan hal-hal yang harus kita lakukan secara ajeg dan teratur dalam upaya mencapai tujuan atau sasaran kita[22].

Averill dalam Winda, ciri-ciri kontrol diri mengacu pada ciri-ciri kontrol personal yaitu[23]; kemampuan mengontrol perilaku dan stimulus, kemampuan menafsirkan dan mengantisipasi peristiwa serta kemampuan mengontrol keputusannya. Orang yang masuk pada kategori mempunyai kontrol diri tinggi ketika ia mampu mengontrol ketiga varian itu. Sedangkan orang memiliki system kontrol diri yang rendah ketika orang itu tidak bisa mengontrol perilaku dan stimulusnya, tidak bisa menafsirkan dan mengantisipasi peristiwa serta tidak bisa mengontrol dirinya dalam membuat keputusan. Untuk lebih jelasnya, peneliti akan menjelaskan ciri-ciri kontrol diri sebagai berikut:

a. Kemampuan mengontrol perilaku, yaitu kemampuan untuk menentukan siapa yang mengendalikan situasi.
b. Kemampuan mengontrol stimulus, yaitu kemampuan untuk menghadapi stimulus yang tidak diinginkan dengan cara mencegah atau menjauhi

[22] Aribowo Prijosaksono, *Kuasai dan Kendalikan Dirimu* , (dalam http://www.sinarharapan.co.id/ ekonomi/mandiri/2012/0160/man01.html) diakses pada 11/04/2012
[23] Winda Kartika Dewi, *Hubungan Kontrol Diri*, hlm. 22-23

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sebagian dari stimulus, menempatkan tenggang waktu diantara rangkaian stimulus yang sedang berlangsung, menghentikan stimulus sebelum berakhir, dan membatasi intensitas stimulus.

c. Kemampuan mengantisipasi peristiwa, yaitu kemampuan untuk mengantisipasi keadaan melalui berbagai pertimbangan secara relatif obyektif.

d. Kemampuan menafsirkan peristiwa yaitu kemampuan untuk menilai dan menafsirkan suatu keadaan atau peristiwa dengan cara memperhatik an segi-segi positif secara subyektif. Kemampuan mengambil keputusan, yaitu kemampuan untuk memilih suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya.

3. Jenis-Jenis dan Aspek Kontrol Diri

Sedangkan menurut Averill, membagi kontrol diri dalam beberapa aspek yaitu; kontrol perilaku, kontrol kognitif dan mengontrol keputusan[24].

a. Kontrol Perilaku (*Behavior Control*)

Kontrol perilaku merupakan kesiapan tersedianya suatu respons yang dapat secara langsung memengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Dalam kontrol perilaku ada dua jenis yaitu *pertama*, mengatur pelaksanaan (*regulated administation*), yaitu kemampuan dalam mengatur dan menentukan siapa yang mengendalikan

[24] M. Nur Ghufron, *Hubungan Kontrol Diri dan Persepsi* , hlm. 38

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

situasi atau keadaan. *Kedua*, Kemampuan memodifikasi stimulus (*stimulus modifiability*), kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki terjadi.

Langkah yang dapat digunakan dalam mengadapi kejadian yang tidak menyenangkan itu adalah sebagai berikut[25]:

1. Mencegah atau menjauhi stimulus.
2. Menempatkan tenggang waktu diantara rangkaian stimulus yang sedang berlangsung.
3. Menghentikan stimulus sebelum waktunya berakhir.
4. Membatasi intensitas dari stimulus tersebut.

b. Kontrol Kognitif (*Cognitive Control*)

Kontrol kognitif menurupakan kemampuan dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai, atau menghubungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau mengurangi tekanan. Aspek ini terdiri dua komponen yaitu; memperoleh informasi dan menelai informasi. Dengan informasi yang dimiliki individu terkait suatu kejadian yang tidak menyenangkan, maka individu dapat mengantisipasinya dengan berbagai pertimbangan serta bisa menilai dan menafsirkan kejadian tersebut.

[25] M. Nur Ghufron dan Rini Risnawita S, *Teori-Teori Psikologi*, hlm 30

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

c. Mengontrol Keputusan (*Decesional Control*)

Mengontrol keputusan adalah kemampuan individu untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya. Keputusan tindakan yang tidak didasarkan pada pertimbangan yang matang akan mengakibatkan kecemasan pada individu.

Dari ulasan diatas dapat disimpulkan bahwa untuk mengontrol diri meliputi aspek-aspek berikut:

a. Kemampuan mengontrol perilaku (*behavior control*)
b. Kemampuan dalam mengontrol kognitif (*Cognitive Control*)
c. Kemampuan dalam mengontrol keputusan (*Decesional Control*)

4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kontrol Diri

Faktor-faktor yang turut mempengaruhi kontrol diri seseorang biasanya disebabkan oleh banyak faktor. Namun pada dasarnya, kontrol diri itu secara garis besar dipengaruhi oleh faktor eksternal dan internal. Faktor internal meliputi faktor hirarki dasar biologi yang telah terorganisasi dan tersusun melalui pengalaman evolusi dan kontrol emosi yang sehat diperoleh bila seorang remaja memiliki kekuatan ego, yaitu suatu kemampuan untuk menahan diri dan tindakan luapan emosi.

Sedangkan faktor eksternal dipengaruhi oleh kondisi sosio-emosional lingkungannya, terutama lingkungan keluarga dan kelompok teman sebaya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Apabila lingkungan tersebut cukup kondusif, dalam arti kondisinya diwarnai dengan hubungan yang harmonis, saling mempercayai, saling menghargai, dan penuh tanggung jawab, maka remaja cenderung memiliki kontrol diri yang baik. Hal ini dikarenakan remaja mencapai kematangan emosi oleh faktor-faktor pendukung tersebut[26].

C. Bimbingan Belajar

1. Penegertian Bimbingan Belajar

Bimbingan belajar menurut W.S. Winkel adalah bimbingan dalam hal menemukan cara belajar yang tepat, memilih program studi yang sesuai dan mengatasi kesulitan yang timbul berkaitan dengan tuntutan belajar di institusi pendidikan[27]. Sedangkan menurut willis, layanan bimbingan belajar adalah layanan bimbingan yang memungkinkan siswa mengembangkan diri berkenaan dengan sikap dan kebiasaan belajar yang baik, materi belajar yang cocok dengan kecepatan dan kesulitan belajarnya, serta berbagai aspek tujuan dan kegiatan belajar lainnya[28]. Bimbingan belajar dimaksudkan untuk memungkinkan siswa memahami dan mengembangkan sikap dan kebiasaan belajar yang baik, keterampilan dan materi belajar yang cocok dengan

[26] Syamsul L.N. Yusuf, *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja* (Bandung: Rosda Karya, 2001), hlm. 71.

[27] WS. Winkel, *Layanan Bimbingan Konseling di Institusi Pendidikan*, hlm. 140

[28] Sofyan S. Willis, *Konseling Individual; Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2010), hlm. 35

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kecepatan dan kesulitan belajarnya, serta tuntutan kemampuan yang berguna dalam kehidupan dan perkembangan dirinya[29].

Secara khusus, Sukardi menyebutkan bahwa bimbingan belajar ditujukkan untuk mengembangkan diri siswa agar mampu menemukan dan menciptakan cara yang cocok dalam belajar, baik penguasaan dalam materi ataupun kegiatan belajar lainnya sesuai dengan perkembangan keilmuan, teknologi, dan seni budaya[30].

Nurihsan menyebutkan bahwa bimbingan belajar adalah sebagai bimbingan yang diarahkan untuk membantu individu dalam menghadapi dan memecahkan masalah-masalah akademik seperti pengenalan kurikulum, pemilihan jurusan atau konsentrasi, cara belajar, penyelesaian tugas-tugas dan latihan, dan lain-lain[31].

Menurut Munandar, bimbingan belajar adalah proses pemberian bimbingan dari pembimbing kepada siswa dengan cara mengembangkan suasana belajar yang kondusif dan mengembangkan keterampilan dan gaya belajar agar mencapai hasil belajar yang optimal sesuai dengan bakat dan kemampuannya[32].

---

[29] Dewa Ketut Sukardi dan Desak P. E. Nila Kusmawati, *Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2008), hlm. 62

[30] Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2002), hlm. 464.

[31] Ahmad Juntika Nurihsan, *Bimbingan dan konseling dalam Berbagai Latar Kehidupan*, (Bandung: Refika Aditama, 2006), hlm. 27

[32] Taofiq Septiawan, *Program Bimbingan Belajar Berdasarkan Profil Gaya Belajar Dalam Meningkatkan Prestasi Belaja*, (Skripsi FIP UPI Bandung, 2011), hlm. 38-39 diambil dari http://repository.upi.edu/skripsiview.php?no_skripsi=6982 diakses 20/05/2012

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Bimbingan belajar dimaksudkan untuk mengatasi masalah-masalah yang berhubungan dengan kegiatan belajar baik di sekolah atau di luar sekolah. Bimbingan ini meliputi[33]:

a. Cara belajar, baik secara kelompok ataupun individual.
b. Cara merencanakan waktu dan kegiatan belajar.
c. Efisiensi dalam menggunakan buku-buku pelajaran.
d. Cara mengatasi kesulitan-kesulitan belajar yang berkaitan dengan mata pelajaran tertentu.
e. Cara, proses dan prosedur tentang mengikuti pelajaran.

Dari beberapa pendapat tentang bimbingan belajar diatas dapat disimpulkan bahwa bimbingan belajar adalah bimbingan yang diarahkan untuk membantu siswa dalam menghadapi dan memecahkan masalah-masalah belajar agar mencapai hasil yang optimal. Masalah-masalah belajar itu meliputi segala hal yang menyangkut keseluruhan aktifitas akademik siswa, seperti kurikulum, cara belajar, pemilihan jurusan, penyelesaian tugas, pencarian dan penggunaan sumber belajar, sampai pada penyusunan jadwal belajar. Oleh karena itulah layanan bimbingan belajar dalam penelitian ini adalah serangkaian bantuan yang terencana, terorganisasi dan terkoordinasi dengan baik yang diberikan oleh pembimbing kepada siswa yang

[33] Wardati dan Mohammad Jauhar, *Implementasi Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, (Jakarta: Prestasi Pustaka, 2011), hlm. 56

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

prokrastinasi akademik, sehingga mampu mengatasi kesulitan dan masalah-masalah belajar dan tercapai tujuan belajar dengan maksimal.

2. Tujuan Bimbingan Belajar

Tujuan bimbingan belajar secara umum adalah membantu siswa agar mendapat penyesuaian yang baik dalam situasi belajar, sehingga dapat belajar dengan efisien sesuai kemampua yang dimilikinya, dan mencapai perkembangan yang optimal[34]. Sedangkan tujuan bimbingan belajar menurut Wardati dan Jauhar adalah sebagai berikut[35]:

a. Memiliki sikap dan kebiasaan belajar yang baik
b. Memiliki motivasi yang tinggi untuk belajar sepanjang hayat.
c. Memiliki keterampilan belajar yang efektif.
d. Memiliki keterampilan untuk menetapakan tujuan dan perencanaan belajar.
e. Memiliki keterampilan membaca buku.

3. Fungsi Bimbingan Belajar

Secara umum bimbingan berfungsi untuk mengembangkan seoptimal mungkin dari semua aspek pribadi siswa, sehingga pada perkembangan

[34] Dewa Ketut Sukardi, *Psikologi Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah* (Jakarta : Rineka Cipta, 2000),hlm. 40

[35] Wardati dan Mohammad Jauhar, *Implementasi Bimbingan*, hlm. 24

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

berikutnya siswa itu dapat mencapai prestasi semaksimal mungkin sesuai dengan bakat, dan kemampuannya.

Adapun fungsi bimbingan belajar sendiri dibagi menjadi beberapa bagian yaitu[36]:

a. Fungsi Pemahaman

   Fungsi pemahaman artinya pemahaman tentang diri siswa beserta permasalahannya dan pemahaman tentang lingkungan tempat siswa tinggal, baik oleh siswa sendiri maupun oleh pihak-pihak lain yang akan membantu[37].

b. Fungsi Pencegahan

   Fungsi pencegahan didefinisikan sebagai upaya mempengaruhi dengan cara yang positif dan bijaksana. Definisi tersebut memiliki maksud bahwa perhatian terhadap lingkungan mendapat perhatian utama. Lingkungan yang baik akan memberikan pengarah yang positif pula terhadap individu, demikian pula sebaliknya.

c. Fungsi Pengentasan

   Fungsi pengentasan dimaksudkan adanya upaya pengentasan melalui pelayanan bimbingan dari masalah atau kesulitan yang sedang dihadapi.

d. Fungsi Pemeliharaan

[36]Oemar Hamalik, *Psikologi Belajar & Mengajar*, (Bandung: Sinar Baru Algesindo,2007), hlm.195

[37] Syaiful Bahri Djamarah, *Psikologi Belajar* (Surabaya: Usaha Nasional,1994), hlm.127

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Fungsi pemeliharaan berarti memelihara segala sesuatu yang baik yang ada pada diri individu, baik hal itu merupakan pembawaan maupun hasilhasil perkembangan yang telah dicapai selama ini[38].

4. Pelaksanaan Bimbingan Belajar

Pelaksanaan bimbingan belajar disekolah bisa menggunakan berbagai pendekatan diantaranya adalah pendekatan kelompok dan individu. Layanan bimbingan belajar dilaksanakan melalui beberapa tahap[39]:

a. Pengenalan siswa yang mengalami masalah belajar.

Siswa yang tidak berhasil dalam belajarnya secara gemilang seperti nilai rapornya jelek, tidak naik kelas, sulit menghafal dan lain sebagainya biasanya disebut siswa yang mengalami masalah belajar. Akan tetapi masalah belajar tidak hanya seperti contoh diatas akan tetapi masih banyak masalah siswa masuk pada kategori masalah belajar. Dari berbagai masalah yang dihadapi siswa dalam belajar, Prayitno dan Amfi menggolongkan masalah belajar sebagai berikut[40]:

1. Keterlambatan akademik, adalah keadaan siswa yang diperkirakan memiliki intelegensi tinggi tetapi tidak bisa memanfaatkannya secara optimal.

[38] Priyatno Erman anfi, *Dasar-Dasar Bimbingan Belajar dan Konseling,* (Jakarta: Rineka Cipta,1999), hlm.113.
[39] Priyatno Erman anfi, *Dasar-Dasar Bimbingan Belajar,* hlm.279.
[40] Priyatno Erman anfi, *Dasar-Dasar Bimbingan Belajar,* hlm.280

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. Ketercepatan dalam belajar, adalah keadaan siswa yang memiliki bakat akademik yang cukup tinggi, tetapi masih memerlukan tugas-tugas khusus untuk memenehui kebutuhan dan kemampuan belajarnya yang sangat tinggi itu.
3. Sangat lambat dalam belajar, adalah keadaan siswa yang memiliki bakat akademik yang sangat rendah sehingga perlu dipertimbangkan untuk mendapat pengajaran secara khusus.
4. Kurang motivasi belajar, adalah keadaan siswa yang tidak memiliki semangat dalam belajar sehingga dalam proses belajar sering terjadi penundaan atau bahkan ketika ada tugas selalu diabaikan dan lain sebagainya.
5. Bersikap dan berkebiasaan buruk dalam belajar, kebiasaan buruk dalam belajar sering terjadi pada siswa. Kebiasaan buruk ini meliputi menunda-nunda tugas, mengulur-ulur waktu, membenci guru, tidak mau bertanya untuk hal-hal yang tidak diketahui dan lain sebagainya.

b. Pengungkapan sebab- sebab timbulnya masalah belajar.

Masalah yang dihadapi siswa terkait belajarnya perlu ditelusuri penyebab-penyebabnya. Untuk mengetahui masalah belajar siswa bisa menggunakan pengamatan dimana siswa diamati secermat mungkin dari cara belajarnya dikelas, sikap tehadap pelajrannya, cara mengerjakan tugas dan lain sebagainya. Dari proses pengamatan itu akan diketahui hanya terbatas pada perilaku-perilaku siswa yang tampak dari indera seja

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

terutama indera penglihatan. Oleh karena itulah, selain pengamatan perlu dilakukan wawancara terhadap siswa guna mengungkapkan hal-hal yang tidak tampak yang mengakibatkan siswa mengalami masalah belajar. Dengan seperti maka penyebab dari siswa yang mengalami masalah belajar bisa diketahui. Setelah diketahui, maka langkah selanjutnya adalah membenrikan bantuan untuk mengentaskan masalah tersebut.

c. Pemberian bantuan untuk pengentasan masalah belajar.

Secara umum cara untuk mengentaskan masalah belajar siswa sebagaimana dijelaskan oleh Prayitno dan Amfi adalah memalalui cara-cara[41]; 1). Pengajaran perbaikan, 2). Kegiatan Pengayaan, 3). Peningkatan motivasi belajar, 4). Pengembangan sikap dan kebiasaan belajar yang efektif.

1. Pengajaran perbaikan, adalah bentuk bantuan yang diberikan kepada siswa yang mengalami masalah belajar dengan maksud memperbaiki kesalahan-kesalahan dalam proses belajar. Masalah belajar yang paling pokok untuk diberikan bantuan dengan pengajaran perbaikan adalah masalah yang berupa kesalahpengertian dan tidak menguasai konsep dasar dari suatu materi pelajaran. Ketika masalah itu diperbaiki dengan proses pengajaran perbaikan maka siswa bisa mempunyai kesempatan dalam mencapai hasil belajar yang optimal.

[41] Priyatno Erman anfi, *Dasar-Dasar Bimbingan Belajar*, 284

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. Kegiatan Pengayaan, adalah bentuk pemberian bantuan kepada siswa yang mempunyai kecepatan belajar, mereka membutuhkan tugas tambahan yang melebihi siswa seperti biasanya. Sebenarnya siswa yang mengalami kecepatan dalam belajar ini bukan termasuk pada masalah belajar akan tetapi didalam kelas kalau tidak diberi tugas khusus akan berpengaruh terhadap siswa-siswa yang lainnya.
3. Peningkatan motivasi belajar, siswa yang mengalami masalah belajar juga dipengaruhi tingkat motivasinya dalam belajar. Semakin tinggi motivasi dalam belajarnya siswa akan semakin rajin dalam belajar. Siswa yang sering menunda-nunda tugas salah satu faktornya adalah kontrol dirinya yang rendah. Siswa yang tidak mengontrol dirinya akan mengakibatkan siswa tersebut tidak mempunyai motivasi dalam belajar. Untuk meningkat motivasi belajar maka perlu dilakukan hal-hal berikut:
   a. Memperjelas tujuan-tujuan belajar
   b. Menyesuaikan pengajaran dengan bakat, kemampuan dan minat siswa.
   c. Menciptakan suasana belajar yang menantang, merangsang, dan menyenangkan.
   d. Menciptakan hubungan yang hangat dan dinamis antara guru dan murid serta antara murid dan murid.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

e. Menghindari tekanan-tekanan dan suasana yang tidak menentu seperti suasana yang menangkutkan, mengecewakan, membingungkan dan menjengkelkan.

f. Melengkapi sumber dan peralatan belajar.

4. Pengembangan sikap dan kebiasaan belajar yang baik, adalah pemberian bantuan kepada siswa agar mempunyai sikap dan kebiasaan belajar yang baik. Dalam memberikan bantuan kepada siswa yang mempunyai kebiasaan yang buruk maka diperlukan bantuan kepada siswa untuk melihat cara belajarnya dengan kritis, sehingga ketika siswa mempunyai padangan yang kritis terhadap cara belajarnya, siswa tersebut akan menemui kelemahan-kelamahan dalam proses belajarnya dan ingin mengubah sikap tersebut menjadi kebiasaan belajar yang baik. Untuk itu siswa hendaknya didorong untuk meninjau sikap dan kebiasaannya dalam hubungannya dengan prinsip-prinsi belajar sebagai berikut:

   a. Belajar berarti melibatkan diri secara penuh, lebih dri sekedar membaca bahan-bahan yang tercetak dalam buku-buku teks.

   b. Efisiensi belajar akan meningkatkan apabila perbuatan belajar itu didasarkan atas rencana atau tujuan yang nyata dan hasil yang terukur.

   c. Kata-kata, ungkapan-ungkapan, dan kalimat-kalimat yang ada dalam bahan yang dipelajari baru dibaca dengan penuh pengertian.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

d. Sebagian bahan ajar hanya dapat dipelajari dengan baik kalau menggunakan seluruh metode balajar.

e. Belajar dengan suasana terpaksa tidak memberikan harapan besar untuk berhasil dengan baik.

f. Untuk dapat mencapai hasil belajar yang baik diperlukan adanya suasana hati yang aman, kesehatan yang baik, tidur teratur, dan rekreasi yang memadai.

5. Layanan Bimbingan Belajar Untuk Meningkatkan *Self-Control* Siswa yang Prokrastinasi Akademik

Setiap siswa pasti memiliki keinginan untuk sukses dengan mencapai prestasi belajar yang maksimal. Prestasi belajar yang maksimal bisa diraih oleh setiap siswa jika mereka bisa belajar secara wajar, terhindar dari berbagai ancaman, hambatan dan gangguan[42]. Namun tak jarang siswa mendapati berbagai hambatan dalam melakukan proses belajar. Hambatan itu bisa datang dari dalam siswa itu sendiri ataupun dari luar. Sehingga dengan hambatan yang dialami peserta didik itu akan berakibat pada hasil belajarnya.

Tugas utama siswa adalah belajar, baik disekolah atau di luar sekolah. Akan tetapi meskipun demikian, tidak menutup kemungkinan atau bahkan sudah menjadi kewajiban bahwa siswa tidak akan selalu melakukan proses pembelajaran karena siswa selain anak yang hidup disekolah juga hidup

[42] Syaiful Bahri Djamarah, *Psikologi Belajar* , hlm. 233

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dalam keluarga dan lingkungan sekitarnya. Oleh karena itulah tugas siswa harus dibagi dalam ranah kehidupan tersebut. Siswa yang tidak pandai dalam managemen diri dan waktu akan merasa kesulitan dalam membagi dan memilah-milah tugas kesehariannya. Akhirnya karena tidak bisa memanagemen waktu dan lain sebagainya sering terjadi kelalaian dalam menyelesaikan tugas-tugasnya. Dalam artian, ketika siswa dihadapkan pada banyak tugas, baik tugas sekolah atau tidak, sedangkan ia tidak bisa mengatur waktunya dengan baik, maka kemungkinan yang akan dilakukan oleh siswa tersebut adalah mengambil cara cepat dengan membiarkan salah satu tugas dan tidak memikirkan akibat dari proses pembiaran tersebut.

Prokrastinasi akademik disebabkan oleh faktor internal yaitu faktor yang datang dari dalam dan faktor eksternal, yaitu faktor yang datang dari luar siswa tersebut. Faktor internal meliputi: managemen waktu yang buruk, kurang konsentrasi, kurang motivasi, kontrol diri yang rendah, pendekatan tugas yang buruk, tidak percaya diri, stress dan kelelahan. Sedangkan faktor eksternal adalah hanya meliputi tugas terlalu sulit dan lingkungan yang kurang mendukung. Selain itu, dalam penelitian yang dilakukan Green pada tahun 1982, faktor yang mempengaruhi seseorang memiliki kecenderungan untuk melakukan prokrastinasi antara lain: Rendahnya *self-control*[43].

Penundaan tugas dan pengalihan terhadap pekerjaan lain yang tidak ada hubungannya dengan tugas tersebut sehingga menimbulkan kecemasan dan

[43] Rendera Novian, *Hubungan Antara Kontrol Diri*, hlm. 49

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

ketidaknyamanan dalam dirinya merupakan wujud dari ketidaktahuan siswa dalam mengontrol dirinya. Seperti telah dijelaskan diatas bahwa kontrol diri merupakan suatu usaha dalam mengendalikan perilaku dan merespon atau memutuskan sesuatu tindakan dengan mempertimbangkan segala dampak atau konsekuensi yang akan terjadi.

Siswa yang memiliki kontrol diri yang rendah tidak akan bisa mengarahkan dan mengatur perilakunya untuk mengerjakan tugas sekolah, mereka tidak mampu menginterpretasikan dan merespon stimulus yang ada dan tidak mampu mempertimbangkan konsekwensi dari perilaku mereka sehingga terjadi pengambilan keputusan yang kurang tepat.

Setiap siswa mempunyai suatu mekanisme yang dapat membantu mengatur dan mengarahkan perilaku yaitu kontrol diri karena pada satu siswa dengan siswa yang lain tidaklah sama. Ada individu yang memiliki kontrol diri yang tinggi dan ada individu yang memiliki kontrol diri yang rendah. Individu yang memiliki kontrol diri yang tinggi mampu mengubah kejadian dan menjadi agen utama dalam mengarahkan dan mengatur perilaku yang membawa kepada konsekuensi positif. Siswa yang kontrol dirinya rendah tidak mampu mengarahkan dan mengatur perilaku. Oleh karena itu, ketika siswa yang memiliki kontrol diri rendah cenderung melalaikan tugas-tugas sampai pada batas waktu yang telah ditentukan.

Untuk itulah diperlukan suatu usaha yang terencana untuk meningkatkan *self-control* siswa yang sering melakukan penundaan dalam

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

menyelesaikan tugas akademiknya (prokrastinasi akademik). Karena tugas disini adalah tugas akademis atau sekolah maka layanan cocok untuk meningkatkan kontrol diri siswa yang sering menunda-nunda tugas belajar itu adalah layanan bimbingan belajar.

Layanan bimbingan belajar merupakan bimbingan yang diarahkan untuk membantu para individu dalam menghadapi dan memecahkan masalah-masalah belajar[44]. Menurut Winkel bimbingan belajar sangat penting dilakukan oleh konselor bagi para peserta didik yang kurang mampu menyusun dan mentaati jadwal belajar di rumah, kurang siap menghadapi ujian dan ulangan, serta mengalami kesulitan akademik lainnya, khsusunya peserta didik yang prokrastinasi[45].

[44] Juntika Nurihsan, *Dasar-Dasar Bimbingan dan konseling*, (Jakarta: Mutiara, 2003), hlm. 20

[45] WS. Winkel, *Bimbingan dan Konselin di Institusi Pendidikan* (Jakarta: Grasindo, 1997), Hlm. 141

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Metode Penelitian

1. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Dalam penelitian ini, penulis menggunakan metode penelitian kualitatif yang artinya adalah prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati[1]. Penelitian kualitatif ini dilakukan pada objek yang alamiah, dimana objek tersebut berkembang apa adanya dan tidak dimanipulasi oleh peniliti dan kehadiran peneliti tidak begitu mempengaruhi dinamika pada objek tersebut[2].

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan data yang bersifat deskriptif artinya data yang pada umumnya berbentuk uraian atau kalimat yang merupakan informasi mengenai keadaan sebagaimana adanya sumber data dalam hubungannya dengan masalah yang diselidiki[3]. Dengan kata lain, pendekatan deskriptif merupakan prosedur penelitian yang akan menghasilkan data-data deskriptif yang berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang dan perilaku yang diamati. Penelitian deskriptif ini dimaksudkan untuk

---

[1] S. Margono, *Metodologi Penelitian Pendidikan*, (Jakarta: PT.Rineka Cipta, 1997), hal. 36

[2] Sugiyono, Metode Penelitian Pendidikan, (Bandung: Alfabeta, 2010), Hlm. 15

[3] Hadari Nawawi, Martini Hadari, Instrumen Penelitian Bidang Sosial, (Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 1995), hlm. 210-214.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

memperoleh informasi status gejala dan sifat suatu situasi pada waktu penyelidikan itu dilakukan. Dalam penelitian ini tidak ada perlakuan yang diberikan atau dikendalikan dalam perolehan data lapangan. Tujuan penelitian ini untuk melukiskan variabel atau kondisi apa yang ada dalam suatu situasi[4]. Peneliti akan mendeskripsikan segala hal yang berhubungan dengan perilaku siswa yang prokrastinasi akademik dan kontrol diri siswa serta mendeskripsikan bimbingan belajar yang dilakukan oleh SMP Jati Agung.

Sedangkan jenis penelitian yang digunakan adalah studi kasus. Studi kasus adalah tipe pendekatan dalam penelitian yang penelaahannya kepada suatu kasus yang dilakukan secara intensif, mendalam, mendetail, dan komprehensif. Studi kasus merupakan penelitian yang mendalam tentang individu, satu kelompok, satu organisasi, satu program kegiatan, dan sebagainya dalam waktu tertentu. Tujuannya untuk memperoleh diskripsi yang utuh dan mendalam dari sebuah entitas.Maka dalam penelitian ini menggunakan studi kasus karena konselor memberikan bimbingan belajar kepada siswa kelas VII yang mengalami prokrastinasi akademik karena kerendahan dalam mengontrol dirinya.

Dalam penelitian ini tidak menggunakan sampel atau populasi. Jadi yang menjadi objek penelitian ini adalah semua siswa kelas VII yang

[4] Arif Rahman, *Pengantar Penelitian dan Pendidikan*,(Surabaya: Usaha Nasional, 1982), hal. 415

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mengalami prokrastinasi akademik karena ketidakbisaan siswa dalam mengontrol dirinya.

2. Informan Penelitian

Informan penelitian adalah seseorang yang mempunyai pengetahuan (informasi) tentang objek (sasaran) penelitian. Adapun informan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Kepala Sekolah guna memperoleh data mengenai gambaran umum objek penelitian.
b. Guru Bimbingan dan Konseling, guna memperoleh gambaran pelaksanaan bimbingan konseling dan gambaran perilaku prokrastinasi akademik siswa kelas.
c. Guru Mata Pelajaran untuk memperoleh tentang gambarang perilaku prokrastinasi siswa
d. Siswa yang prokrastinasi akademik untuk mengetahui kontrol diri.
e. Wali kelas VII A dan VII B SMP Jati Agung Sidoarjo.

3. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan peneliti untuk memperoleh data tentang objek penelitian adalah sebagai berikut:

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

a. Wawancara

Adalah proses memperoleh keterangan untuk tujuan penelitian dengan cara tanya jawab sambil bertatap muka antara pewawancara dengan responden tanpa menggunakan pedoman wawancara[5]. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan jenis wawancara terbuka dan tidak berstruktur. Wawancara terbuka adalah wawancara yang subjeknya tahu bahwa mereka sedang diwawancarai dan mengetahui pula apa maksud wawancara itu[6].

Dalam teknik wawancara ini, penulis mewawancarai guru mata pelajaran dan guru bimbingan konseling terkait dengan prokrasitinasi siswa dan kontrol diri siswa. Selain itu penulis juga mewaancarai siswa sebagai objek penelitian untuk memperoleh data lengkap terkait dengan kontrol diri dan juga prokrastinasi akademik siswa. Oleh karena itu, maka diperlukan pedoman wawancara terkait dengan prokrastinasi akademik, kontrol diri dan layanan bimbingan konseling.

Untuk membuat pedoman wawancara, maka diperlukan indikator dari sub-sub bahasan dalam skripsi ini yang meliputi: prokrastinasi akademik, kontrol diri dan layanan bimbingan belajar.

---

[5] Burhan Bungin, *Metodologi Penelitian Sosial*, (Surabaya: Airlangga University Press, 2001), hlm.133

[6] Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 1999), hlm. 220

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Pedoman wawancara terkait dengan prokrastinasi akademik bisa dirujuk pada indikator prokrastinasi akademik. Untuk membuat indikator prokratinasi akademik, penulis mengacu pada ciri-ciri, faktor dan bentuk-bentuk prokrastinasi akademik. Adapun ciri-cirinya menurut Ferrary adalah sebagai berikut[7]:

1. Penundaan untuk memulai atau menyelesaikan tugas yang dihadapi.
2. Kelambanan dalam mengerjakan tugas.
3. Kesenjangan antara waktu rencana dan kinerja aktual.
4. Melakukan pekerjaan lain yang lebih menyenangkan dari pada tugas yang harus dikerjakan.

Sedangkan bentuk-bentuk prokrastinasi akademik meliputi:

1. Tugas mengarang
2. Tugas menghadapi ujian
3. Tugas membaca
4. Tugas administratif
5. Tugas menghadiri pertemuan kelas
6. Tugas akademik lainnya secara keseluruhan

[7] M. Nur Ghufron, *Hubungan Kontrol Diri dan Persepsi Remaja Terhadap Penerapan Disiplin Orangtua dengan Prokrastinasi akademik*, (Tesis UGM, 2003), hlm. 21-22. diambil dari http://www.damandiri.or.id/detail.php?id=303 (diakses pada 10/05/2012).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Adapun faktor penyebab prokrastinasi akademik menurut Schwartz dan Wilkinson adalah[8]: 1). Kecemasan, 2). Depresi diri, 3). Lemahnya rasa khawatir, 4). Mencari kesenangan, 5). Ketidakteraturan waktu, 6). Ketidak sesuaian dengan lingkungan sekitar, 7). Pendekatan tugas yang buruk, 8). Kurangnya tuntunan, 9). Ketidakcocokan dengan yang lain, dan 10). Stress dan kelelahan.

Tabel 3.1

Indikator Pedoman Wawancara tentang Prokrastinasi Akademik

ASPEK	INDIKATOR
Prokrastinasi	- Menunda memulai dan menyelesaikan tugas tugas (tugas mengarang, belajar menghadapi ujian, membaca, administratif, menghadiri pertemuan kelas, dan tugas akademik secara keseluruhan) - Kelambanan mengerjakan tugas (tugas mengarang, belajar menghadapi ujian, membaca, administrative, menghadiri pertemuan kelas, dan tugas akademik secara keseluruhan) - Lebih banyak rencana daripada kinerja aktual - Mengerjakan hal yang lebih menyenangkan dari pada belajar
Bentuk -Bentuk Prokrastinasi	- Tugas mengarang - Tugas belajar menghadapi ujian - Tugas membaca - Tugas administratif - Tugas menghadiri pertemuan kelas - Tugas akademik lainnya secara keseluruhan
Faktor Penyebab Prokrastinasi	- Kurang berkonsentrasi - Ketidakteraturan waktu

[8] Sifa Utami. *Pengembangan Program Bimbingan Belajar Untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Akademik Santri*, (Skripsi, FIB UPI Bandung 2008), hlm. 30. diambil dari http://repository.upi.edu/skripsiview.php?no_skripsi=10706 pada 20/05/2012

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

	- Takut gagal atau salah - Pendekatan tugas yang buruk - Stress dan kelelahan - Kurang motivasi - Tugas sulit

Sedangkan untuk mengetahui kontrol diri siswa, peneliti juga menggunakan instrumen wawancara tak terstruktur. Meskipun penulis tidak menggunakan wawancara terstruktur, maka penulis perlu membuat pedoman wawancara terkait dengan kontrol diri. Untuk membuat pedoman itu maka penulis mengacu pada aspek kontrol diri menurut Averill, aspek kontrol diri meliputi aspek: kontrol perilaku (*behavior control*), kontrol kognitif (*cognitive control*), kontrol dalam mengambil keputusan (*decisional control*)[9]. Dari aspek itu maka dibuatlah indikator sebagai berikut:

a. Mampu mengontrol perilaku dalam melaksanakan tugas sehari-hari baik tugas sekolah atau tidak.
b. Mampu mengontrol stimulus yang tidak diinginkan yang akan merusak tugas sehari-hari siswa baik dengan cara menghindar, mencegah, menghentikan atau membatasi stimulus tersebut.
c. Mampu mengantisipasi peristiwa yang terjadi atau yang akan terjadi dengan mempertimbangkan secara objektif.

[9] M. Nur Ghufron, *Hubungan Kontrol Diri dan Persepsi Remaja Terhadap Penerapan Disiplin Orangtua dengan Prokrastinasi akademik,* (Tesis UGM, 2003), diambil dari http://www.damandiri.or.id/detail.php?id=303 (diakses pada 10/05/2012).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

d. Mampu menafsirkan peristiwa yang terjadi atau yang akan terjadi dengan memberikan penilaian terhadap peristiwa itu.

e. Mampu mengambil keputusan terkait dengan tugas sehari-hari baik tugas sekolah atau tugas diluar sekolah.

Untuk lebih jelasnya penulis akan membuatkan tabel tentang pedoman wawancara terkait dengan kontrol diri berikut ini.

Tabel 3.2

Indikator Pedoman Wawancara tentang *Self Control*

ASPEK	INDIKATOR
Kontrol Perilaku	- Kemampuan mengatur perilaku - Kemampuan mengatur stimulus
Kontrol Kognitif	- Kemampuan mengantisipasi peristiwa atau kejadian - Kemampuan menafsirkan suatu peristiwa atau kejadian
Kontrol dalam mengambil keputusan	- Berfikir sebelum mengambil keputusan - Tindak lanjut dari keputusan tersebut

b. Observasi

Adalah teknik pengumpulan data yang digunakan untuk menghimpun data penelitian artinya data tersebut dihimpun melalui pengamatan peneliti melalui penggunaan pancaindra[10]. Metode ini peneliti gunakan untuk mengamati secara langsung dan mencatat tentang situasi yang ada terkait

[10] Burhan Bungin, *Metodologi Penelitian Sosial,* (Surabaya: Airlangga University Press, 2001), hal.142

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dengan pelaksanaan bimbingan belajar untuk meningkatkan *self-control* siswa yang prokrastinasi akademik yang dilaksanakan oleh SMP Jati Agung Sidoarjo utamanya oleh guru BK.

c. Dokumentasi

Metode ini juga disebut metode historis. Metode ini dilakukan dengan cara mempelajari arsip-arsip yang ada hubungannya dengan apa yang diteliti. Jadi yang dimaksud dengan dokumentasi adalah cara mengumpulkan data yang tertulis, jelas ini sangat diperlukan oleh peneliti dalam mendapatkan data mengenai perencanaan, pelaksanaan, hasil-hasil evaluasi dan sebagainya yang berhubungan erat dengan bimbingan dan konseling[11]. Metode ini penulis gunakan untuk memperoleh data terkait dengan dokumen-dokumen bimbingan belajar seperti satlan. Selain itu, penulis juga mengambil dokumen terkait dengan prokrastinasi akademik siswa yang bisa diperoleh dari catatan kejadian atau *anecdotal ricord* dan catatan pribadi siswa.

4. Teknik Analisa data

Analisa data adalah proses mengorganisasikan dan mengurutkan data kedalam pola, kategori dan satuan uraian dasar sehingga dapat ditemukan tema dan dapat dirumuskan hipotesis kerja seperti yang disarankan oleh data.

[11] Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Usaha Pendekatan Praktek*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1993), hal. 145

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Pekerjaan analisis data dalam hal ini ialah mengatur, mengurutkan, mengelompokkan, memberikan kode dan mengkategorikannya. Pengorganisasian dan pengelolaan data tersebut bertujuan menemukan tema dan hipotesis kerja yang akhirnya diangkat menjadi teori substantif[12].

Analisis data dalam penelitian kualitatif dilakukan secara induktif. Penelitian kualitatif tidak dimulai dari deduksi teori tetapi dimulai dari fakta empiris. Penelitian terjun ke lapangan, mempelajari, menganalisis, menafsirkan dan menarik kesimpulan dari fenomena yang ada di lapangan. Analisis data di dalam penelitian kualitatif dilakukan bersamaan dengan proses pengumpulan data. Dengan demikian temuan penelitian di lapangan yang kemudian dibentuk ke dalam bangunan teori bukan dari teori yang telah ada melainkan dikembangkan dari data lapangan(induktif)[13]. Menurut Miles dan Huberman dalam H.B.Sutopo menyajikan dua model pokok proses analisis. Pertama model analisis mengalir di mana tiga komponen analisis (reduksi data, sajian data, penarikan kesimpulan) dilakukan saling menjalin dengan proses pengumpulan data dan mengalir bersamaan. Untuk lebih jelasnya penulis akan menjelaskan ketiga komponen analisis tersebut sebagai berikut:

---

[12] Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 1999), hlm. 103

[13] S. Margono, *Metodologi Penelitian Pendidikan*, (Jakarta: PT.Rineka Cipta, 1997), hal. 38

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

1. Reduksi data

   Data yang diperoleh dari lapangan jumlahnya cukup banyak maka data dianalisis melalui reduksi data. Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya dan membuang yang tidak perlu[14]. Dengan kata lain proses reduksi data ini dilakukan oleh peneliti secara terus menerus saat melakukan penelitian untuk menghasilkan data sebanyak mungkin.

   Dalam reduksi data ini peneliti memilih data-data yang telah diperoleh selama melakukan proses penelitian. Hal ini dilakukan dengan menajamkan, menggolongkan, mengarahkan, membuang data yang tidak perlu dan mengorganisasikan data sehingga kesimpulan finalnya dapat diverifikasi.

2. Penyajian data

   Menurut Miles dan Hubermen yang dikutip oleh Muhammad Idrus bahwa: "Penyajian data adalah sekumpulan informasi tersusun yang member kemungkinan adanya penarikan kesimpulan"[15]. Langkah ini dilakukan dengan menyajikan sekumpulan informasi yang tersusun yang memberi kemungkinan adanya penarikan kesimpulan. hal ini dilakukan dengan alasan data-data yang diperoleh selama proses penelitian kualitatif

---

[14] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif Dan R & D*, (Bandung : Alfabeta, 2009), h.338.

[15] Muhammad Idrus, *Metode Penelitian Ilmu Sosial Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif*, (Jakarta :Erlangga, 2009), h.151.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

biasanya berbentuk naratif, sehingga memerlukan penyederhanaan tanpa mengurangi isinya.

3. Kesimpulan atau verifikasi

   Kesimpulan atau verifikasi adalah tahap akhir dalam proses analisa data. Pada bagian ini peneliti mengutarakan kesimpulan dari data-data yang telah diperoleh.

5. Sistematika Pembahasan

Sistematika pembahasan skripsi yang dimaksud adalah suatu cara yang ditempuh untuk menyusun suatu karya tulis, sehingga masalah di dalamnya menjadi jelas, teratur, urut dan mudah dipahami. Adapun sistematika yang penulis gunakan dalam pembahasan ini ada empat bab pokok yang dikerangkakan sebagai berikut:

Bab I : Pendahuluan

Dalam bab ini berisi tentang latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan definisi operasional

Bab II : Kajian Teori

Pada bab ini menjelaskan tentang kajian teoritis yang pembahasannya terdiri dari:

a. Prokrastinasi Akademik; pengertian, jenis, ciri-ciri dan faktor yang mempengauhi prokrastinasi akademik.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b. *Self-Control*; pengertian, ciri-ciri dan faktor yang mempengaruhi kontrol diri.

c. Bimbingan Belajar; pengertian, tujuan dan fungsi dan pelaksanaan bimbingan belajar.

Bab III : Metodologi Penelitian

Pada bab ini terdiri dari Jenis Penelitian dan lokasi Penelitian, Metode Pengumpulan Data dan Analisis Data

Bab IV : Penyajian data dan Analisis Data

Pada bab ini merupakan laporan penelitian, penyajian data dan analisa data yang diperoleh peneliti saat melakukan penelitian. Bab ini akan dijelaskan hasil penelitian dan dianalisa tentang bimbingan belajar untuk meningkatkan kontrol diri siswa yang prokrastinasi akademik.

Bab V : Simpulan

Bab ini berisi tentang kesimpulan dan saran yaitu mengenai uraian singkat dan padat serta saran yang perlu penulis sampaikan kepada semua pihak yang terkait.

Daftar Pustaka

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB IV

LAPORAN HASIL PENELITIAN

A. Gambaran Umum Objek Penelitian

1. Sejarah Singkat

SMP Jati Agung *Islamic Full Day School* didirikan berdasarkan pengamatan terhadap adanya ketidaksinkronan antara IPTEK dan IMTAQ yang dimiliki oleh generasi penerus bangsa. SMP Jati Agung *Islamic Full Day School* berusaha untuk menjembatani keduanya dengan cara menyelenggarakan pendidikan yang diharapkan mampu mencetak tenaga terampil dibidang IPTEK dan IMTAQ.

SMP Jati Agung *Islamic Full Day School* didirikan di Wage Taman Sidoarjo pada awal 2007 oleh salah satu tokoh wilayah wage, yaitu H. Fuad Anwar, M.Si. yang mana telah sukses dalam program pendidikan Madrasah Ibtidahiyah diwilayah Wage. Dengan adanya kesuksesan itulah beliau muncul ide untuk mendirikan program sekolah tingkat lanjut, yaitu SMP dan diberi nama SMP Jati Agung *Islamic Full Day School* yang dibawah naungan Yayasan Pondok Pesantren Jati Agung Al Qodiry dan menggunakan penerapan program *Islamic Full Day School.*

Pada awal berdiri SMP Jati Agung *Islamic Full Day School* hanya memiliki 2 kelas, dengan semakin berkembang dan maju kualitasnya. Sarana dan prasarana di SMP Jati Agung *Islamic Full Day School* semakin berkembang. SMP Jati Agung *Islamic Full Day School* menempati kam-

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

pus milik sendiri di Jalan Jeruk No. 27 Wage Taman Sidoarjo Jawa Timur. Hal ini dilakukan semata-mata demi kenyamanan anak didiknya untuk menuntut ilmu yang jauh dari kebisingan dan industry. Letaknya strategis, nyaman, dan tenang untuk proses belajar siswa.

SMP Jati Agung *Islamic Full Day School* yang dikelola oleh Yayasan Pondok Pesantren Jati Agung Al Qodiry ini di harapkan menjadi *Effective School* (sekolah unggulan) dan benar-benar *marketable* namun secara ekonomi tepat dapat di akses masyarkaat awam. Yayasan telah menetapkan garis perjuangan yang jelas di mana Orientasi Islami dan Orientasi Akademik merupakan dasar dan landasan utama seluruh program dan aktivitas sekolah. Sehingga terlahirlah generasi yang cerdas**,** produktif**,** kompetitif dan Islami**.**

Pelayanan di SMP Jati Agung Islamic Full Day School didasarkan pada dua dasar, yaitu:

a. Kepuasan Siswa adalah faktor kunci pelayanan dan kerjasama yang sukses.
b. Mutu yang prima pada perencanaan, pelaksanaan, pengendalian, dan pelaporan hasil pendidikan adalah metode standar dalam pelayanan SMP Jati Agung *Islamic Full Day School.*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. Visi dan Misi

a. Visi

Terciptanya lembaga yang mampu mengintegrasikan antara ilmu pengetahuan dan teknologi dengan iman dan taqwa menuju terciptanya generasi yang cerdas, produktif, kompetitif, dan islami.

b. Misi

1. Terciptanya lembaga pendidikan yang professional, unggul dalam prestasi dengan tetap berpijak pada iman dan taqwa.
2. Menanamkan sikap disiplin, tanggung jawab, mandiri, kreatif, inovatif dan kritis dalam berfikir dilandasi sikap akhlakul karimah
3. Menjadikan siswa untuk memiliki prestasi akademik (academic exellence) yang tinggi disertai ketakwaan yang tangguh dan berwawasan kebangsaan maupun global.

3. Motto

1. Berilmu amaliyah
2. Beramal ilmiyah
3. Berakhlak karimah

4. Letak Geografis

Secara geografis, SMP Jati Agung berdiri tegak pada sebidang tanah seluas 1546.5 m^2. Dan bangunan ini memiliki bangunan tiga lantai dengan luas bangunan 376 $m^{2,}$ halaman seluas 628 m^2, lapangan seluas 400 m^2,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

serta kebun seluas 142,5 m^2 yang berada di Wage Taman Sidoarjo. Adapun batas-batas wilayah dari SMP Jati Agung ini adalah sebagai berikut:

Sebelah utara : Jalan Desa

Sebelah Barat : Perumahan Istana Aloha

Sebelah Selatan : Perumahan Istana Aloha

Sebelah Timur : Perkampungan warga

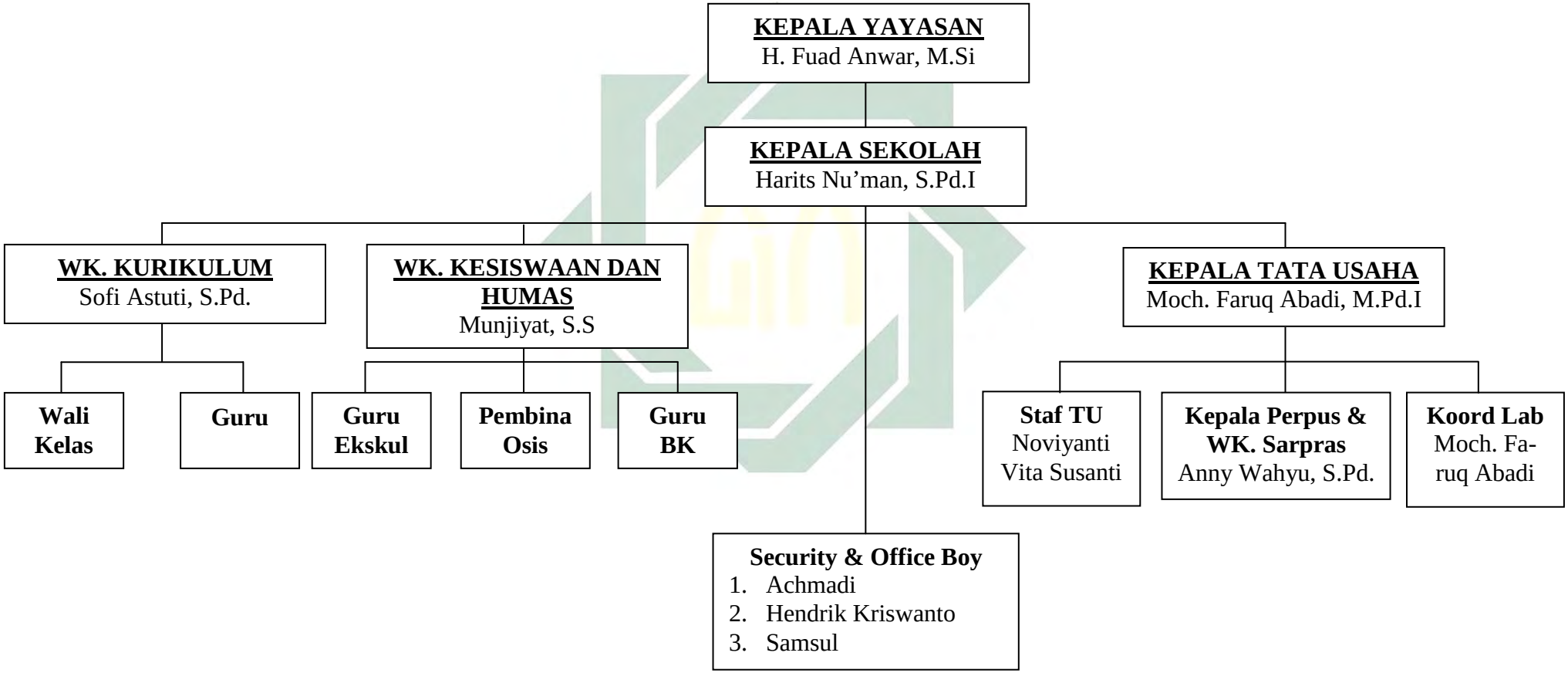
5. Struktur Organisasi Sekolah

Dalam sekolah formal, struktur organisasi sangatlah penting karena dengan adanya struktur organisasi seseorang dapat menjadikannya sebagai dasar dalam melaksanakan tugasnya. Struktur organisasi juga bisa dijadikan garis kebijakan dan pertanggungjawaban. Berikut struktur organisasi SMP Jati Agung Sidoarjo.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

STRUKTUR ORGANISASI

SMP JATI AGUNG (*ISLAMIC FULL DAY SCHOOL*) SIDOARJO



digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

6. Keadaan Guru dan Karyawan

Tabel 4.3

Daftar Guru dan Karyawan SMP Jati Agung *Islamic Full Day School*

No	Nama	Jabatan	Mata Pelajaran
1	Drs. H. Fuad Anwar, M.Si	Ketua yayasan	
2	Hj. Aini Suryani, S.Ag	Bend. yayasan	
3	Harits Nu'man, S.Pd.I	Kepala Sekolah	
4	H. Abdul Muchid	Komite Sekolah	
5	M. Faruq Abadi, M.Pd.I	Kepala TU	
6	Noviyanti	Staf TU 1	
7	Vita Susanti	Staf TU 2	
8	Sofi Astuti. S.Pd.	WK. Kurikulum	Matematika
9	Laili Alfarisi, S.Pd.	WK. Kesiswaan	Biologi
10	Munjiat, S.S	Koord. EsKul	Bahasa Arab
11	Hendrik Pandu P, S.Pd.	Guru	Bhs. Indonesia
12	Endah Hendarwati, S.Pd.	Guru	PKN
13	Siti Aminah	Guru	Seni Budaya
14	Abdulloh, S.Sos.I	Guru	BK dan SKI 1
15	Rina Rachmawati, S.Pd.	Guru	English
16	Ihsan Maulana, M.Pd.I	Guru	Fiqih
17	Fitrianto Nurhidayat, S.Pd.	Guru	Fisiki dan Kimia
18	Puji Setyaningsih, S.Pd.	Guru	Geografi/Ekonomi
19	Debi Tri Irawan, A.Ma	Guru	PJOK
20	Agus Muballighin	Guru	Qiroatul Qur'an
21	Ibrahim, S.Pd.	Guru	Qiroatul Qur'an
22	Niswatin, S.Pd.	Guru	Sejarah/ Sosiologi
23	Agus Setyaningsih, S.Pd.	Guru	Seni Budaya
24	Alimatul Buhro, S.Pd.I	Guru	Hadits/ Akhlak
25	Anny Wahyu DJ, S.Pd.	Guru	Bhs. Indonesia
26	Siti Chodijah, S.Pd.	Guru	Bhs. Inggris
27	Hambali, S.Pd.	Guru	Matematika
28	Aisyah Umaroh	Guru Eskul	Pramuka
29	Lia Setiani	Guru Eskul	English club
30	Hendro Wijayanto, MM	Guru Eskul	Pencak Silat
31	Wisnu, S.Pd.	Guru Eskul	Musik
32	Jangki Dausat Al mahrus	Guru Eskul	Bahasa Arab
33	Zakitun Nafsiyah, A.Ag	Guru Eskul	Fiqih Nisa'
34	Ahmadi	Penjaga Sekolah	
35	Hendri Kriswanto	Penjaga Sekolah	
36	Kantiningsih	Koperasi	

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

7. Jumlah Siswa

Jumlah siswa yang masuk di SMP Jati Agung dari tahun ketahun terus meningkat. Ini terbukti dari grafik siswa pertahun pelajaran dari tahun ketahun yang ada di SMP Jati Agung. 2007/2008 jumlah total siswa sebanyak 32 siswa, 2008/2009 sebanyak 60 siswa, 2009/2010 sebanyak 89 siswa, 2010/2011 sebanyak 107 siswa dan tahun 2011/2012 sebanyak 141 siswa. Berikut jumlah rincian siswa yang pada tahun ajaran 2011/2012.

Tabel 4.4

Jumlah Siswa Tahun Pelajaran 2011/2012

No	Kelas	Jenis Kelamin		Jumlah
		Laki-laki	Perempuan	
1	VII A	18	11	29
2	VII B	16	12	28
3	VIII A	14	13	27
4	VIII B	15	12	27
5	IX	17	13	30
Jumlah		**80**	**61**	**141**

8. Sarana dan Prasarana

Sarana dan prasarana merupakan alat untuk memperlancar kegiatan proses belajar mengajar yang seyogyanya dimilki oleh lembaga pendidikan demi terciptanya tujuan pembelajaran dan tujuan pendidikan yang telah ditentukan. Adapun sarana dan prasarana yang dimilki SMP Jati Agung *(Islamic Full Day School)* adalah sebagai berikut:

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Tabel 4.5

Jumlah dan Kondisi Sarana dan Prasarana

No	Nama Barang	Jumlah	Kondisi	
			Baik	Rusak
1	Ruang kepala sekolah	1	√	
2	Ruang kelas	4	√	
3	Ruang TU	1	√	
4	UKS	1	√	
5	Ruang Osis	1	√	
6	Ruang musik	1	√	
7	Aula	1	√	
8	Lab. Komputer	1	√	
9	Lab. MIPA	1	√	
10	Perpustakaan	1	√	
11	Kantin	1	√	
12	Kamar Mandi	4	√	
13	Lapangan olah raga	1	√	
14	Meja tenis	1	√	
15	Komputer	6	√	
16	Printer	2	√	
17	LCD/ Proyektor	1	√	
18	Televisi	4	√	
19	DVD Player	4	√	
20	Mikroskop	3	√	
21	Pesawat telpon	2	√	
22	Whiteboard	4	√	
23	Almari guru	3	√	
24	Almari kelas	4	√	
25	Almari kaca (TU)	1	√	
26	Almari alat olah raga	2	√	
27	Alat musik	1 set	√	
28	Papan pengumuman	2	√	

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

B. Penyajian Data

1. Gambaran Perilaku Prokrastinasi Siswa Kelas VII SMP Jati Agung

SMP Jati Agung *Islamic Full Day School* Sidoarjo mempunyai lahan seluas 1546.5 m^2. Di lahan seluas itu, 141 siswa dari kelas VII sampai IX menuntut ilmu dari pagi sampai sore. Selayaknya hamparan hutan yang biasa dihuni oleh binatang baik dan buruk (buas). Siswa SMP Jati Agung yang jumlahnya mencapai 141 juga terdapat siswa yang baik dan buruk. Sebut saja siswa kelas VII, dimana dikelas yang paling rendah itu dalam jenjang pendidikan sekolah tingkat pertama terdapat siswa yang berkebiasaan buruk yang sudah menyita perhatian guru BK untuk segera menyelesaikannya. Kebiasaan buruk itu adalah menunda-nunda tugas tanpa ada alasan yang jelas atau disebut dengan prokrastinasi akademik. Namun sebelum melangkah lebih jauh, untuk mengetahui gambaran perilaku prokrastinasi akademik, sebelumnya perlu diketahui konsep prokrastinasi akademik menurut guru BK SMP Jati Agung Sidoarjo.

Prokrastinasi akademik merupakan kebiasaan menunda-nunda tugas sekolah sebagai wujud respon siswa dalam setiap menghadapi tugas sekolah tanpa ada alasan yang kuat dalam menunda tugas sekolah. Begitulah titik poin dari perkataan guru BK ketika ditanya tentang konsep prokrastinasi akademik.

> *Menurut pemahaman saya, prokrastinasi akademik adalah perilaku kebiasaan atau respon siswa dalam menghadapi atau menjalankan tugas sekolah dengan menunda-nunda, memperlambat pengerjaan tugas*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

tersebut dan tidak ada alasan yang masuk akal dalam penundaan tersebut[1].

Adapun ciri-ciri dari prokrastinasi akademik menurut Pak Abdulloh lebih lanjut terangkum dalam perkataan beliau berikut ini:

Menunda-nunda tugas, siswa yang biasa menunda-nunda tugas itu masuk pada prokrastinator akademik. Terlambat mengumpulkan tugas, siswa yang biasa terlambat mengumpulkan tugas juga masuk pada prokrastinasi akademik, karena lambat itu menunjukkan penundaan dalam mengerjakan tugas. Sering Telat masuk kelas, Lebih senang bermain dari pada belajar dan mengerjakan tugas juga merupakan ciri dari prokrastinasi akademik. Dan juga belajar ketika hanya mau ada ujian juga ciri-ciri prokrastinasi akademik.

Dari perkatan diatas terlihat jelas bahwa ciri-ciri dari prokrastinasi akademik adalah sebagai berikut:

- Menunda-nunda mengerjakan tugas
- Terlambat mengumpulkan tugas
- Lebih suka hal yang menyenangkan daripada belajar
- Terlambat masuk kelas
- Belajar ketika hanya ada ujian

Itulah pengertian dan ciri-ciri prokrastinasi akademik menurut guru BK ternyata sesuai dengan teori yang telah peneliti sebutkan diawal. Untuk selanjutnya, penulis akan mulai memaparkan gambaran perilaku prokrastinasi akademik siswa kelas VII SMP Jati Agung yang akan dimulai dari jumlah siswa kelas VII yang dikategorikan prokrastinasi akademik. Dalam penuturan Pak Abdulloh, S.Sos.I, selaku guru Bimbingan Konseling di sekolah yang

[1] Hasil wawancara dengan Guru BK pada tanggal 24 Mei 2012. Jam 11.00 - 11.40 WIB

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

berlabel *Islamic Full Day School* itu, kelas VII terdapat lima siswa yang mempunyai kebiasaan buruk dengan melakukan penundaan terhadap tugas yang diberikan sekolah atau guru. Kelima siswa itu diantaranya adalah FL, AS dan LV kelas VII A sedangkan dikelas VII B adalah PA dan FB.

> *Ada lima mas, dikelas VII A ada tiga, FL, AS dan LV dan kelas VII B ada dua, PA dan FB*[2].

Informasi mengenai hal tersebut, berawal dari laporan wali kelas VII A dan VII B. Dari laporan itulah, kemudian guru BK mendalami penyebab masalahnya dan pada akhirnya akan memberikan bimbingan untuk mengatasi masalah tersebut.

Untuk mengetahui lebih jelas gambaran tentang perilaku prokrastinasi akademik lima siswa tersebut, peneliti menemui wali kelas VII A dan VII B. Dalam wawancara yang kami lakukan pada tanggal 27 April 2012, menghasilkan pemahaman tentang perilaku prokrastinasi akademik lima siswa tersebut. Menurut pengakuan wali kelas VII A, pihaknya telah sejak awal mendapati tiga siswanya sering melakukan penundaan dan sering terlambat dalam mengumpulkan tugas. Menurut beliau, sejak awal masuk, ketiga siswa itu yakni FL, AS dan LV memang sangat tidak disiplin dalam mengerjakan tugas. Dari awal wali kelas VII A yang selalu mengingatkan mereka, akan tetapi memasuki semester genap, tepatnya pada akhir februari, beliau

[2] Hasil wawancara dengan Guru BK pada tanggal 27 April 2012, pukul 09.00 – 10.00 WIB

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

melakukan kerja sama dengan guru BK untuk menyelesaikan masalah siswa tersebut.

> *FL, AS dan LV itu sudah sejak awal masuk, sudah kelihatan kalau kurang disiplin dalam mengerjakan tugas mas. Dari awal saya hanya sendiri yang selalu mengingatkannya untuk mengerjakan tugas-tugasnya. Tetapi masih belum menunjukkan hasil. Makanya mulai Februari kemarin saya mulai kerja sama dengan guru BK untuk menyelesaikan masalah siswa tersebut*[3].

Sama halnya dengan penuturan wali kelas VII B yang melihat kedua siswanya yakni PA dan FB yang sering melakukan penundaan dalam mengerjakan tugas serta sering terlambat dalam mengumpulkan tugas-tugasnya.

> *Dikelas VII B ada dua siswa yang selalu menunda mengerjakan tugas dan terlamabat dalam mengumpulkan tugas-tugasnya. Pada awal masuknya mereka masih biasa-biasa saja tetapi lama kelamaan mereka berdua sering melakukan penundaan tugas dan telat masuk. Karena tak kirain hanya kelas B saja yang ada siswa seperti ternyata kelas A juga ada. Makanya mulai semester genap ini saya dan wali kelas A minta bantuan BK untuk membantu menyelesaikan masalah ini mas*[4].

Dari pengakuan dua wali kelas itu menunjukkan bahwa lima siswa kelas VII itu memang sering melakukan penundaan tugas. Perilaku prokrastinasi akademik dari lima siswa tersebut tergolong sangat tinggi. Pasalnya perilaku menunda-nunda tugas, terlambat mengumpulkan tugas dan masuk kelas sudah menjadi kebiasaan siswa tersebut. Lalu, diantara lima siswa tersebut, siapa yang paling tinggi tingkat prokrastinasi akademiknya? Pak Abdulloh merasa

---

[3] Hasil wawancara dengan wali kelas VII A, Niswatin, S.P.d pada tanggal 27 April 2012 jam 13.00-13.30

[4] Hasil wawancara dengan wali kelas VII A, Puji Setyaningsih, S.P.d pada tanggal 27 April 2012 jam 14.00-14.20

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sulit menentukan siapa yang paling tinggi, pasalanya, kelima siswa tersebut sama-sama tinggi dan hampir sama poin pelanggarannya.

> *Setelah saya mewawancarai mereka, tingkat prokrastinasinya sangat tinggi semua mas, saya kesulitan membedakan kelima siswa tersebut soalnya bentuk pelanggarannya hampir sama dan sama-sama sering*[5].

Dalam catatan kasus yang tercatat dalam buku catatan kasus bimbingan konseling SMP Jati Agung, telihat sangat jelas bahwa lima siswa tersebut selalu mewarnai catatan dalam buku itu. Meskipun buku catatan kasus ini baru dibuat sejak bulan maret kemarin, akan tetapi nama-nama mereka selalu muncul dalam daftar tersebut. Berikut penulis sajikan daftar pelanggaran mereka terkait dengan tugas sekolah terhitung sejak bulan maret sampai april 2012.

Tabel 4.6

Catatan Kasus Siswa yang Prokrastinasi Akademik

Kelas VII SMP Jati Agung

No	Tanggal	Nama	Kelas	Peristiwa	Sumber
1	05-03-2012	FL AS	VII A	Tidak mengumpulkan tugas PR Matematika	Guru matematika
2	06-03-2012	PA	VII B	Tidak mencatat pelajaran	Wali kelas VII B
3	06-03-2012	FB PA	VII B	Tidak hafal kosa kata bahasa inggris	Guru bahasa inggris
4	06-03-2012	AS FL LV	VII A	Tidak hafal kosa kata bahasa inggris	Guru bahasa inggris
5	08-03-2012	LV FL	VII A	Terlambat mengumpulkan	Guru bahasa indonesia

[5] Hasil wawancara dengan Guru BK pada tanggal 21 Mei 2012 jam 08.00-09.40 WIB

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

				tugas mengarang	
6	08-03-2012	AS	VII A	Tidak mengumpulkan tugas mengarang	Guru bahasa indonesia
7	12-03-2012	FB	VII B	Mengerjakan PR bahasa inggris saat akan mengumpulkan	Guru bahasa inggris
8	12-03-2012	AS LV	VII A	Mengerjakan PR bahasa inggris saat akan mengumpulkan	Guru bahasa inggris
9	12-03-2012	FL	VII A	Tidak mengumpulkan PR bahasa inggris	Guru bahasa inggris
10	12-03-2012	PA	VII B	Tidak mengumpulkan PR bahasa inggris	Guru bahasa inggris
11	19-03-2012	LV FL	VII A	Tidak mengerjakan PR PKN	Guru PKN
12	19-03-2012	PA	VII B	Tidak mengerjakan PR PKN	Guru PKN
13	22-03-2012	AS	VII A	Terlambat mengumpulkan tugas sejarah	Guru sejarah
14	22-03-2012	FB	VII B	Tidak mengerjakan tugas sejarah	Guru sejarah
15	26-03-2012	AS FL LV	VII A	Tidak mengerjakan tugas Seni budaya	Guru Seni budaya
16	26-03-2012	PA FB	VII B	Tidak mengerjakan tugas seni budaya	Guru Seni budaya
17	02-04-2012	FL	VII A	Tidak mengerjakan tugas IPS Geografi	Guru Geografi
18	02-04-2012	AS LV	VII A	Terlambat mengumpulakn tugas geografi	Guru geografi
19	02-04-2012	PA	VII B	Tidak mengerjakan tugas geografi	Guru geografi
20	02-04-2012	FB	VII B	Terlambat mengumpulkan tugas geografi	Guru geografi

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

21	05-04-2012	AS LV	VII A	Terlambat mengunpulkan tugas matematika	Guru matematika
22	05-04-2012	FL	VII A	Tidak mengumpulkan tugas matematika	Guru matematika
23	05-04-2012	PA FB	VII B	Tidak mengumpulkan tugas matematika	Guru matematika
24	11-04-2012	FL	VII A	Tidak mengerjakan tugas IPA fisika	Wali kelas VII A
25	11-04-2012	AS LV	VII A	Terlambat mengumpulkan tugas fisika	Wali kelas VII A
26	16-04-2012	FL AS LV	VII A	Mengerjakan tugas akidah akhlaq saat akan dikumpulkan	Guru akidah akhlaq
27	16-04-2012	PA FB	VII B	Tidak mengerjakan tugas Fiqih	Guru fiqih
28	24-04-2012	FL	VII A	Tidak mengerjakan tugas bahasa indonesia	Guru bahasa indonesia
29	24-04-2012	AS LV	VII A	Terlambat mengumpulkan tugas bahasa indonesia	Guru bahasa indonesia
30	24-04-2012	PA	VII B	Tidak mengerjakan tugas bahasa indonesia	Guru bahasa indonesia
31	24-04-2012	FB	VII B	Mengerjakan tugas bahasa indonesia saat akan mengumpulkan	Guru bahasa indonesia

Dari tabel diatas kiranya sudah menunjukkan secara jelas bahwa lima siswa kelas VII itu memang sudah terbiasa melakukan penundaan tugas dan lambat dalam mengumpulkannya, hal ini bisa dilihat dari catatan peristiwa yang terangkum dalam tabel diatas. Selain tabel tentang catatan kasus dalam

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kelas diatas, guru BK masih mempunyai bukti yang menunjukkan keterlambatan lima siswa tersebut. Bukan absensi kelas yang menunjukkan keterlamabatan itu, karena dalam absensi kelas, siswa yang terlambatan masuk kelas tetap dicatat masuk kelas. Untuk itu guru BK membuat catatan keterlambatan siswa, dimana guru yang mendapati siswa diseru melapor kepada wali kelas baik secara lisan atau tulisan. Catatan keterlambatan ini akan memperjelas gambaran perilaku prokrastinasi akademik mereka. Berikut catatan keterlambatan siswa kelas VII periode maret sampai dengan april 2012.

Tabel 4.7
Keterlambatan Siswa SMP Jati Agung

No	Nama	Kelas	Jumlah Keterlamabatan Perbulan			Total
			Maret	April	Mei	
1	AS	VII A	8 kali	8 kali	6 kali	22
2	FL	VII A	7 kali	8 kali	6 kali	21
3	LV	VII A	9 kali	5 kali	5 kali	19
4	PA	VII B	8 kali	7 kali	4 kali	19
5	FB	VII B	5 kali	6 kali	7 kali	18

Dari tabel diatas menunjukkan bahwa tingkat keterlambatan lima siswa yang masuk pada pelaku prokrastinasi akademik diatas sangat tinggi. Sehingga dengan adanya bukti keterlambatan diatas, kiranya cukup memperjelas gambaran perilaku prokrastinasi akademik lima siswa kelas VII SMP Jati Agung. Namun untuk lebih dalam dan jelasnya gambaran ini,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

penulis melakukan wawancara dengan pihak terkait yakni AS, FL, LV, FB dan PA. Untuk lebih jelasnya penulis sajikan dalam point-point berikut:

a. Perilaku prokrastinasi akademik kelas VII

Siswa kelas VII yang terdiri dari dua kelas yaitu kelas VII A dan VII B dengan jumlah siswa sebanyak 57 siswa, hanya lima siswa yang tergolong pada prokrastinator akademik. Karena penelitian ini sifatnya studi kasus, maka penulis mengambil kelima siswa itu untuk dijadikan obejek penelitian.

Sesuai dengan pengakuan guru BK dan wali kelas diatas, ternyata kelima siswa itu memang benar-benar termasuk pada pelaku prokrastinasi akademik. Hal ini terbukti ketika peneliti melakukan wawancara kepada lima siswa itu. Dalam penuturan mereka setelah ditanya tentang perasaan mereka setelah mendapat tugas dari sekolah, mereka semuanya merasa tidak senang. Dari ketidaksenangan itulah mereka bisa berperilaku prokrastinasi akademik bahkan mereka melakukan kecurangan akademik karena telah menyontek pekerjaan teman-temannya. FL mengakui bahwa dirinya tidak senang dengan tugas. Dari ketidaksenangan itulah akan membuahkan penundaan dan keterlambatan dalam mengerjakan tugas sehingga pada akhirnya jalan pintas akan diambil yakni mencari contekan kepada teman-temannya.

> *Ya perasaan saya ya kurang seneng mas, masak tiap hari tugas, disini hampir tiap hari ada tugas mas. Ya karena saya tidak senang*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sama tugas-tugas itu, ya mau gimana lagi saya minta contekan keteman-teman.[6]

Hampir sama dengan jawaban FL yang mengatakan ketidaksenangannya terhadap tugas yang diberikan oleh sekolah. PA juga mengatatakan bahwa dirinya tidak senang dengan tugas yang diberikan oleh guru-gurunya dan harus menyontek punya teman-temannya.

Saya paling tidak suka tugas mas, jadi kalau ada tugas pasti saya ngerjakan sebelum ngumpulkan, itupun kalau dapat contekan dari teman-teman.[7]

Sedangkan tiga siswa lainnya yang termasuk pada prokrastinator akademik yakni AS, LV dan FB. Mereka menyatakan ketidaksenangannya terhadap tugas yang diberikan guru, hanya saja tidak sampai menyontek punya teman-temannya. AS mengatakan bahwa dia sangat tidak suka dengan tugas namun tidak sampai *nyontek* kepunyaan teman-temannya, hanya saja sering terlambat mengumpulkannya.

Sungguh tidak seneng mas kalau diberi tugas, apalagi kalau suru Matematika uh sangat tidak suka. Tapi meski tidak suka aku tetap ngerjakan mas hanya sering lambat ngumpulkannya.[8]

Hampir sama dengan pengakuan LV dan FB yang juga tidak senang tugas namun masih mengerjakan tugas tersebut hanya cara mengerjakannya akhir-akhir yakni waktu menjelang batas pengumpulan dan terkadang juga terlambat dalam mengumpulkannya.

---

[6] Hasil wawancara dengan FL, siswa kelas VII A pada tanggal 21 Mei 2012 jam 15.15 – 16.00 WIB.

[7] Hasil wawancara dengan PA, siswa kelas VII B pada tanggal 22 Mei 2012 jam 10.15 WIB.

[8] Hasil wawancara dengan AS, siswi kelas VII A pada tanggal 21 Mei 2012 jam 10.15 WIB.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

> *Saya tidak suka mas tapi masih saya kerjakan walau pada menjelang pengumpulan dan juga kadang-kadang telat ngumpulkannya.*[9]
> *Tidak suka aku sama tugas mas, aku kadang telat ngumpulin karena biasanya aku ngerjakan malemnya sebelum dikumpulin, ya kalau tidak selesai ya aku telat ngumpulin.*[10]

Dari pertanyaan tentang perasaan mereka terhadap tugas, kemudian mereka menjawabnya, maka dapat diketahui bahwa pada mereka sudah terdapat indikasi prokrastinasi akdemik, hal ini terbukti dari pengakuan mereka terkait keterlambatan dalam mengumpulkan tugas dan cara mengerjakan tugas yang dikerjakan saat menjelang waktu pengumpulan. Akan tetapi meskipun sudah bisa kelihatan perilaku prokrastinasi akademik mereka tetap perlu dilihat lebih dalam tentang perilaku yang sudah menjadi kebiasaan dalam menghadapi tugas. Maka untuk selanjutnya perlu diketahui apakah mereka biasa melakukan penundaan dalam memulai dan mengakhiri tugas yang diberikan oleh sekolah atau tidak. Dalam penuturan mereka saat diwawancarai, Mereka mengakui bahwa pihaknya memang sering melakukan penundaan untuk memulai mengerjakan tugas dan menunda-nunda untuk mengakhiri dalam penyelesaian tugas yang diberikan oleh sekolah atau guru. Berikut penuturan mereka kepada peneliti:

> *Sering mas, saya kalau diberi tugas saya tidak langsung mengerjakan mas, biasanya saya ya ngerjakannya pas malamnya, besoknya waktunya mengumpulkan.*[11]

[9] Hasil wawancara dengan LV, siswi kelas VII A pada tanggal 21 Mei 2012 jam 12.15 WIB
[10] Hasil wawancara dengan FB, siswi kelas VII B pada tanggal 22 Mei 2012 jam 12. 45 WIB

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Saya sudah biasa mas menunda-nunda tugas itu, tidak langsung ngerjakan tugas itu, jangankan tugas sekolah tugas dirumah aja sering, saya meles biasanya ngerjakan tugas itu makanya saya kadang minta contekan ke teman-teman.[12]

Menunda sih gak mas, tapi saya kadang saya kesulitan untuk merampungkan tugas yang saya kerjakan, akhirnya saya sering telat ngumpulkannya.[13]

Dibilang biasa menunda mengerjakan tugas sih gak mas, soalnya saya kadang menunda kadang juga tidak, kalau ada tugas saya langsung dikerjakan tetapi mesti terlambat ngumpulkannya.[14]

Menunda mengerjakan sih tidak mas tapi saya biasa ngerjakan tugas itu mesti malem sebelum ngumpulin, kadang telat mengumpulkannya mas, yaa kalau tidak selesai yang minta maaf saja sama guru.[15]

Dari penuturan siswa diatas kiranya sudah menambah keyakinan peneliti bahwa mereka memang masuk pada kategori prokrastinasi akademik. Mereka ada yang merasa bahwa dirinya pelaku menunda-nunda tugas tetapi sebagian tidak merasa bahwa dirinya telah menunda tugas, karena menurut sebagian mereka juga mengerjakan meskipun menjelang waktu pengumpulan. Menurut ciri-ciri prokrastinasi akademik, siswa yang mengerjakan tugas menjelang batas waktu pengumpulan tugas itu juga termasuk pada prokrastinasi akademik.

Selain masalah penundaan terhadap tugas sekolah dan keterlambatan mengerjakan tugas diatas, hal lain yang juga menjadi indikator prokrastinasi akademik adalah tentang perencanaan dalam mengerjakan

---

[11] Hasil wawancara dengan FB, siswi kelas VII B pada tanggal 22 Mei 2012 jam 12.15 WIB
[12] Hasil wawancara dengan FL, siswa kelas VII A pada tanggal 21 Mei 2012 jam 15.15 WIB.
[13] Hasil wawancara dengan PA, siswa kelas VII B pada tanggal 22 Mei 2012 jam 10.15 WIB.
[14] Hasil wawancara dengan AS, siswi kelas VII A pada tanggal 21 Mei 2012 jam 10.15 WIB.
[15] Hasil wawancara dengan LV, siswi kelas VII A pada tanggal 21 Mei 2012 jam 12.15 WIB.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

tugas. Kriteria siswa yang juga masuk pada prokrastinasi akademik adalah siswa yang banyak berencana sedangkan kerja aktualnya tidak ada atau sedikit dan juga lebih suka terhadap hal-hal yang menyenangkan dari pada belajar. Dalam penuturan siswa kelas VII yang masuk pada kategori prokrastinasi akiademik, menunjukkan bahwa mereka termasuk pada siswa yang banyak rencana dan sedikit kerja. Berikut penuturan mereka setelah ditanya tentang perencanaan mereka dalam mengerjakan tugas:

> *Saya merencanakan untuk menegerjakan tugas itu matang sekali dan lama mas, tetapi ketika ngerjakan pasti sulit lagi dan molor.*[16]
> *Kalau rencana saya bagus, harus ngerjakan tepat waktu, benar semua, dapat nilai bagus, saya kadang butuh waktu yang agak lama untuk mengerjakan tetapi pas saya ngerjakan mesti ada kendala dan tidak sesuai rencana, akhirnnya saya kadang telat ngumpulkan tugas mas.*[17]
> *Saya sudah merencanakan untuk tidak nyontek keteman-teman mas, tapi tetap saja tidak bisa, hanya rencana saja mas. Dari awal diberi tugas saya langsung berencana untuk ngerjakan tapi saya tidak bisa ngerjakan tugas itu sesuai rencana.*[18]
> *Saya dapat tugas langsung rencanakan untuk digarap tapi biasanya sampai mau ngumpulin gak selesai-selesai mas.*[19]
> *Rencana tok mas saya, ngerjakannya mesti harus nunggu hasilnya teman-teman.*[20]

Dari penuturan mereka itu sudah menampakkan bahwa mereka rata-rata termasuk pada siswa yang lebih banyak berencana sedangkan kerja aktualnya dalam hal ini adalah mengerjakan tugas sekolah tidak ada. Perilaku banyak berencana juga masuk pada indikator prokrastinasi

[16] Hasil wawancara dengan AS, siswi kelas VII A pada tanggal 21 Mei 2012 jam 10.15 WIB.
[17] Hasil wawancara dengan FB, siswi kelas VII B pada tanggal 22 Mei 2012 jam 12. 45 WIB
[18] Hasil wawancara dengan PA, siswa kelas VII B pada tanggal 22 Mei 2012 jam 10.15 WIB.
[19] Hasil wawancara dengan LV, siswi kelas VII A pada tanggal 21 Mei 2012 jam 12.15 WIB.
[20] Hasil wawancara dengan FL, siswa kelas VII A pada tanggal 21 Mei 2012 jam 15.15 WIB.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

akademik, karena hal tersebut termasuk pada menunda-nunda dalam mengerjakan tugas sekolah.

Selanjutnya, yang menjadi kriteria prokrastinasi akademik adalah mencari kesenangan dari pada belajar. Mereka semuanya masuk pada para pencari kesenangan dan tidak suka belajar. Ketika peneliti menanyakan tentang belajar yang dikaitkan dengan hal-hal yang menyenangkan seperti acara televisi kesukaan mereka, maka mereka lebih memilih program yang menyenangkan itu meskipun mereka mempunyai tugas. Berikut adalah jawaban mereka terkait dengan kesukaan mereka kepada hal-hal yang menyenangkan daripada belajar dan mengerjakan tugas sekolahnya.

> *Jangankan ada acara TV yang saya sukai mas, tidak adapun saya jarang belajar dirumah.*[21]
> *Saya dirumah jarang belajar mas, saya lebih suka liat TV dan main sama teman-teman dirumah.*[22]
> *Saya males mas kalau suru belajar apalagi kalau ada acara TV bagus.*[23]
> *Ya saya belajar setelah acara TV itu selesai mas, tapi kalau tidak capek.*[24]
> *TV dulu donk baru belajar mas, hehe.*[25]

Dari penuturan mereka terlihat jelas bahwa mereka lebih suka terhadap yang menyenangkan dari pada belajar. Hal ini terbukti dari indikator kesenangan adalah mereka sering mendahulukan televisi dari pada belajar. Dari jawaban mereka itu terlihat jelas bahwa mereka lebih

[21] Hasil wawancara dengan PA, siswa kelas VII B pada tanggal 22 Mei 2012 jam 10.15 WIB.
[22] Hasil wawancara dengan FL, siswa kelas VII A pada tanggal 21 Mei 2012 jam 15.15 WIB.
[23] Hasil wawancara dengan AS, siswi kelas VII A pada tanggal 21 Mei 2012 jam 10.15 WIB.
[24] Hasil wawancara dengan LV, siswi kelas VII A pada tanggal 21 Mei 2012 jam 12.15 WIB.
[25] Hasil wawancara dengan FB, siswi kelas VII B pada tanggal 22 Mei 2012 jam 12. 45 WIB

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

memilih acara telivisi dari belajar. Hal inilah yang juga membuat gambaran perilaku prokrastinasi akademik mereka semakin jelas dan pasti.

Hal lain juga menjadi indikator perilaku prokrastinasi akademik adalah keterlambatan dalam mengikuti pelajaran atau kegiatan lainnya yang diadakan oleh sekolah. Menurut informasi dan data keterlambatan siswa kelas VII SMP Jati Agung, mereka sering terlambat masuk kelas. Bahkan dalam daftar keterlambatan siswa, lima siswa sangat mendominasi catatan keterlambatannya dari bulan ke bulan. Oleh karena itu, karena kehadiran dalam proses belajar mengajar juga menjadi ukuran perilaku prokrastinasi akademik, maka peneliti perlu menanyakan kepada mereka terkait dengan kehadiran dalam pelajaran.

Dari hasil wawancara yang dilakukan lebih lanjut dengan lima siswa kelas VII itu, maka diperoleh hasil bahwa diantara lima siswa yang masuk pada kategori prokrastinasi akademik karena sering terlambat dalam mengikuti pelajaran. Hanya saja jam pertama pelajaran mereka tidak berani terlambat karena kalau terlambat tidak dibukakan pintu gerbang. Berikut pengakuan FL saat ditanya tentang keterlambatan dalam mengikuti pelajaran:

> *Pernah mas tapi tidak sering kalau jam pertama soalnya kalau lambat gerbangnya dikunci. Tapi habis istirahat, saya hampir tiap hari lambat*[26].

[26] Hasil wawancara dengan FL, siswa kelas VII A pada tanggal 21 Mei 2012 jam 15.15 WIB.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Sejalan dengan perkataan PA dan LV yang mengatakan bahwa pihaknya juga sering terlambat tetapi hanya pada jam setelah istirahat sedangn jam pertama ia merasa ketakutan karena gerbangnya dikunci oleh satpam.

> *Kalau jam pertama tidak pernah lambat mas, tapi kalau habis istirahat lambat ya biasa mas tapi tidak tiap hari*[27].
> *Pernah mas, tapi kalau yang jam pertama tidak, saya sering lambat habis istirahat dan juga kegiatan ekstra saya juga sering lambat*[28].

Sedangkan AS dan FB menyatakan bahwa pihaknya biasa terlambat hanya ketika ada kegiatan ekstrakurekuer sedangkan pada pelajaran pernah tapi tidak sering.

> *Pernah mas tapi tidak sering, saya sering telat pas kegiatan ekstra saya sering telat*[29.]
> *Kalau pelajaran tidak mas, tapi kalau ekstra saya sering lambat*[30].

Jawaban mereka terkait dengan keterlambatan dalam mengikuti pelajaran atau kegaiatan lainnya disekolah menunjukkan bahwa mereka memang sering terlambat. Hal ini diperkuat dengan data keterlambatan yang ada di guru BK bahwa nama-nama yang tersebut diatas kelihatan sangat jelas bahwa mereka sangat mendominasi catatan keterlambatan dalam mengikuti pelajaran dan kegiatan lainnya. Sedangkan dalam absensi kelas, mereka masih tercatat masuk meskipun terlambat. Akan tetapi

[27] Hasil wawancara dengan PA, siswa kelas VII B pada tanggal 22 Mei 2012 jam 10.15 WIB.
[28] Hasil wawancara dengan LV, siswi kelas VII A pada tanggal 21 Mei 2012 jam 12.15 WIB.
[29] Hasil wawancara dengan AS, siswi kelas VII A pada tanggal 21 Mei 2012 jam 10.15 WIB.
[30] Hasil wawancara dengan FB, siswi kelas VII B pada tanggal 22 Mei 2012 jam 12. 45 WIB

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

meskipun masih tercatat masuk dalam absen, mereka yang datang terlambat langsung dilaporkan kepada guru BK, oleh karena itulah guru BK membuat data keterlambatan siswa seperti diawal telah disajikan.

Gejala lain yang menunjukkan perilaku prokrastinasi akademik adalah belajar ketika hanya akan ikut ujian atau ulangan. Bentuk belajar seperti itu merupakan perilaku menunda-nunda belajar. Menurut pengakuannya, mereka menunjukkan siswa yang hanya belajar ketika akan mengikuti ujian atau ulangan berikut penuturan mereka:

> *Saya biasanya malam ulang belajar sampai malam mas, soalnya kalau ujian takut gak dikasih contekan sama teman-teman*[31].
> *Saya membuat contekan malam ulangannya, biasanya saya sampai malem belajar sambil buat contekan*[32].
> *Biasa saja mas, tapi kalau sebelumnya saya tidak belajar. menjelang ulangan dan ujian saya biasanya belajar*[33].
> *Saya giatnya belajar pas ada ujian mas, lagian saya kan dari awal gak belajar, makanya saya belajarnya sampai malam kalau ada ujian*[34].
> *Saya kalau ada ujian baru belajar mas, soalnya takut tidak naik kelas. Dari saking takutnya, saya biasanya belajar sampai tidak inget waktu tiba-tiba udah malem mas*[35].

Dari pengakuan mereka diatas, terlihat jelas bahwa mereka hanya belajar ketika akan mengikuti ujian atau ulangan. Belajar pada saat menjelang ujian atau ulangan juga masuk pada indikator prokrastinasi akademik.

[31] Hasil wawancara dengan FL pada tanggal 21 Mei 2012 jam 15.15 – 16.00 WIB
[32] Hasil wawancara dengan PA pada tangga 22 Mei 2012 jam 10.15 – 10.45 WIB
[33] Hasil wawancara dengan AS pada tanggal 21 Mei 2012 jam 10.15 – 10.45 WIB
[34] Hasil wawancara dengan LV pada tanggal 21 Mei 2012 jam 12.15 – 12.45 WIB
[35] Hasil wawancara dengan FB pada tanggal 22 Mei 2012 jam 12.15 – 12.45 WIB

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Itulah perilaku prokrastinasi akademik yang biasa dilakukan oleh sebagian kecil siswa kelas VII A dan VII B. Sedangkan bentuk-bentuk prokrastinasi akademik, penulis sajikan dalam point tersendiri berikut ini supaya gambaran tentang perilaku prokrastinasi akademik siswa kelas VII SMP Jati Agung (*Islamic Full Day School*) tergambar jelas.

b. Bentuk-bentuk prokrastinasi yang dilakukan siswa

Bentuk tugas yang biasa ditunda oleh siswa yang tersebut diatas sangat banyak sekali, mulai dari tugas PR, Tugas menghadiri pertemuan kelas, tugas mengarang, membaca sampai pada tuga mencatat atau menyalin pelajaran. Untuk lebih kongkretnya gambaran bentuk prokrastinasi akademik siswa, penulis akan memaparkan bentuk-bentuk tugas yang biasa ditunda-tunda dalam memulai atau mengakhiri penyelesaian tugas tersebut. Hal ini penulis ungkap dengan pertanyaan *"tugas apa saja yang biasa ditunda pengerjaannya?"*. Hasil jawaban dari mereka rata-rata sama, yakni biasa menunda mengerjakan semua tugas yang diberikan oleh guru dan sekolahnya.

> *Banyak mas, ya PR, tugas membuat jadwal harian, tugas ngarang cerita, tapi yang paling sering ditunda itu PR mas*[36].
> *Ya tugas-tugas yang dirasa sulit pasti saya tunda, tapi masalahnya bagi saya semua tugas sulit e mas. Sehingga kalau ada tugas saya kerjakan pas mau ngumpulin tugas*[37].
> *Pekerjaan rumah, mengarang cerita, pokoknya setiap tugas pasti saya kesulitan untuk merampungkan mas, saya ngerjakannya sejak*

[36] Hasil wawancara dengan FL pada tanggal 21 Mei 2012 jam 15.15 – 16.00 WIB
[37] Hasil wawancara dengan FB pada tanggal 22 Mei 2012 jam 12.15 – 12.45 WIB

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

awal mas, tapi ngumpulkannya hampir tiap kali ada tugas saya telat mas[38].
PR Matematika, tugas menyalin pelajaran, ngarang cerita[39].
Semua tugas mas, saya sering lupa kalau ada tugas, ingatnya pas malam pelajaran yang ada tugas itu[40].

Perkataan lima siswa kelas VII diatas menunjukkan bahwa hampir semua tugas biasa dilakukan dengan cara menunda-nunda dengan mengerjakan menjelang waktu pengumpulannya. Dari penuturan diatas, meskipun ada banyak tugas yang biasa ditunda tetapi yang sudah disebutkan secara spontan oleh mereka ketika diwawancarai oleh penulis adalah PR, tugas membuat jadwal harian, mengarang cerita, menyalin pelajaran dan lain sebagainya. Untuk lebih jelasnya penulis sajikan tabel bentuk prokrastinasi akademik secara keseluruhan adalah sebagai berikut:

Tabel 4.8

Bentuk-Bentuk Prokrastinasi Akademik

No	Nama	Bentuk Tugas yang biasa ditunda-tunda
1	FL	PR, Membuat Jadwal harian, Mengarang cerita dan terlambat masuk kelas.
2	PA	PR dan Mengarang cerita dan semua tugas yang dirasa sulit serta serta terlambat masuk kelas.
3	AS	PR, Menyalin Pelajaran dan Mengarang cerita, serta terlambat masuk kelas dan kegiatan ektrakurekuler.
4	LV	Semua tugas dan terlambat masuk kelas dan kegiatan ektrakurekuler.
5	FB	Semua tugas yang dirasa sulit dan terlambat mengikuti ektrakurekuler.

[38] Hasil wawancara dengan PA pada tangga 22 Mei 2012 jam 10.15 – 10.45 WIB
[39] Hasil wawancara dengan AS pada tanggal 21 Mei 2012 jam 10.15 – 10.45 WIB
[40] Hasil wawancara dengan LV pada tanggal 21 Mei 2012 jam 12.15 – 12.45 WIB

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Dari tabel diatas menunjukkan bahwa mereka telah menjadi kebiasaan dalam merespon semua tugasnya dengan menunda untuk memulai atau menyelesaikan. Dari tabel diatas juga masih belum memaparkan tentang keterlambatan dalam mengikuti pelajaran atau kegiatan lainnya di sekolah padahal keterlambatan masuk kelas itu juga bentuk dari prokrastinasi akademik. Oleh karena itulah penulis berkesimpulan bahwa yang dinamakan tugas oleh mereka hanya tertuju pada tugas yang diberikan sekolah yang bentuk pengerjaannya berupa tulisan, catatan dan membaca atau menghafal. Sedangkan keterlambatan itu tidak dianggap tugas. Akan tetapi dari hasil wawancara dengan mereka yang tersebut diatas sebelum pembahasan ini, menunjukkan bahwa mereka sering terlambat dalam mengikuti pelajaran atau kegiatan lainnya seperti ektrakurekuler. Dengan demikian, bentuk tugas yang selalu dilanggar (ditunda) oleh mereka cukup bermacam-macam yaitu mulai tugas PR, mencatat, menyalin, mengarang sampai pada keterlambatan mengikuti kegiatan sekolah seperti pelajaran atau kegiatan lainnya seperti ekstrakurekuler.

Dari itulah gambaran bentuk prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh lima siswa diatas, kiranya sudah lengkap dan jelas. Sehingga tidak bisa diragukan lagi bahwa siswa diatas memang tergolong pada pelaku prokrastinasi akademik dikelas VII SMP Jati Agung.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

c. Penyebab siswa melakukan prokrastinasi akademik

Untuk mengetahui penyebab siswa yang melakukan prokrastinasi akademik, maka penulis perlu memaparkan ungkapan mereka lewat wawancara dengan penulis yang dilakukan selama penelitian. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa mereka (siswa yang kelas VII yang masuk pada pelaku prokrastinasi akademik) melakukan prokrastinasi dikarenakan oleh beberapa penyebab diantaranya adalah ketidaktahuan dalam mengatur waktu, malas, takut salah dalam mengerjakan tugas dan lebih suka bersenang-senang dengan teman-temannya. Untuk lebih jelasnya penulis bubuhkan kutipan pembicaraan mereka berikut ini:

> *Kadang saya bingung mas mau ngerjakan, saya tidak tahu mas, terus sering menunda itu karena terlalu banyak main sama teman-teman sehingga lupa tugas itu*[41].
> *Saya tidak bisa bagi waktu mas, disekolah ya saya lebih suka main dengan teman-teman, dirumah ya sama juga saya lebih suka main dan hanya nonton TV, mau belajar saya kurang senang belajar mas, lagian saya juga takut salah kalau ngerjakan tugas, makanya saya biasanya nunggu hasilnya teman-teman*[42].
> *Saya takut salah ngerjakan mas, makanya saya mikir lama dan akhirnya saya telat ngumpulkan tugas, terus, saya kesulitan bagi waktu mas, soalnya pas saya lagi main sama teman, saya saya kesulitan berenti mainnya soalnya asyik mas main dari pada belajar*[43].
> *Ya itu tadi mas, saya lupa kalau ada tugas dan ingatnya pas malam pelajaran yang ada tugas, ya kadang juga tidak lupa la mas, tapi saya sering takut salah ngerjakannya, akhirnya saya liat dulu punya teman-teman baru saya ngerjakan*[44].

[41] Hasil wawancara dengan FL pada tanggal 21 Mei 2012 jam 15.15 – 16.00 WIB
[42] Hasil wawancara dengan PA pada tangga 22 Mei 2012 jam 10.15 – 10.45 WIB
[43] Hasil wawancara dengan AS pada tanggal 21 Mei 2012 jam 10.15 – 10.45 WIB
[44] Hasil wawancara dengan LV pada tanggal 21 Mei 2012 jam 12.15 – 12.45 WIB

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Saya tidak langsung ngerjakan semua tugas karena tugas saya terlalu banyak, jadi saya sulit membagi waktunya mas, terus saya juga takut salah dalam mengerjakan tugas kalau belum liat punya teman-teman[45].

Dari pemaparan mereka diatas dapat diketahui bahwa yang paling banyak penyebab mereka melakukan prokrastiasi akademik adalah ketidakteraturan waktu, kemudian disusul dengan takut salah dalam mengerjakan tugas dan malas mau mengerjakan tugas. Sedangkan lupa dalam mengerjakan tugas yang terjadi pada mereka itu merupakan dampak dari asyiknya bermain sehingga lupa akan tugas yang mereka punya.

Gambaran penyebab prokrastinasi akademik diatas hanya tertuju pada bentuk tugas seperti PR, tugas mengarang dan mencatat atau menyalin pelajaran. Sedangkan penyebab mengenai keterlambatan dalam mengikuti pelajaran atau kegiatan lainnya disekolah, penyebabnya lebih kepada ketidaksukaan dalam mengikuti pelajaran dan kegiatan lainnya disekolah serta lebih menyukai bermain dengan teman-temannya diluar kelas.

Saya males mau ikut pelajaran lebih suka main sama teman-teman[46].
Kurang suka saja mas masuk kelas, karena sering disuru gini, gitu, tugas ini tugas itu[47].
Saya lebih suka main sama teman-teman mas, makanya saya pernah lambat untuk kegiatan ekstra kadang pelajaran juga[48].

[45] Hasil wawancara dengan FB pada tanggal 22 Mei 2012 jam 12.15 – 12.45 WIB
[46] Hasil wawancara dengan FL pada tanggal 21 Mei 2012 jam 15.15 – 16.00 WIB
[47] Hasil wawancara dengan PA pada tangga 22 Mei 2012 jam 10.15 – 10.45 WIB
[48] Hasil wawancara dengan AS pada tanggal 21 Mei 2012 jam 10.15 – 10.45 WIB

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Tidak tahu mas, yang jelas saya malas mau ikut pelajaran dan kegiatan ekstra yang saya tidak sukai[49].
Capek mas seharian ada disekolah terus[50].

Dari penyebab keterlamabatan mengikuti pelajaran atau kegiatan ekstrakurekuler dapat diketahui bahwa kebanyakan siswa lebih menyukai hal yang menyenangkan dari pada mengikuti pelajaran. Buktinya ada beberapa siswa dari jawaban diatas yang mengungkapkan bahwa pihaknya lebih suka bermain dengan teman-temannya daripada mengikuti pelajaran dalam kelas.

Sedangkan menurut Guru BK, secara umum mereka melakukan prokrastinasi akademik dikarenakan mereka tidak bisa mengontrol dirinya dalam kegiatan sehari-harinya. Berikut penuturan Pak Abdulloh ketika ditanya tentang penyebab prokrastinasi akademik lima siswa kelas VII tersebut.

Ya itu tadi mas, mereka rata-rata kontrol waktunya kurang, cara pendekatan tugas kurang baik. Pendekatan tugas kurang baik itupun dipicu oleh ketidakbisaan mereka dalam menempatkan dirinya dalam kegiatan sehari-harinya termasuk tugas yang diberikan sekolah. Orang seperti itu dikarenakan ketidakbisaan mereka dalam dalam mengontrol dirinya. Jadi, kalau menurut hasil analisa mereka kontrol dirinya rendah[51].

Dari penjelasan Pak Abdulloh selaku guru BK SMP Jati Agung Sidoarjo diatas mennjukkan bahwa yang menjadi penyebab lima siswa melakukan prokrastinasi akademik itu dikarenakan oleh kontrol dirinya

[49] Hasil wawancara dengan LV pada tanggal 21 Mei 2012 jam 12.15 – 12.45 WIB
[50] Hasil wawancara dengan FB pada tanggal 22 Mei 2012 jam 12.15 – 12.45 WIB
[51] Hasil wawancara dengan Guru BK pada tanggal 21 Mei 2012. Jam 08.00 - 09.40 WIB

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

rendah sehingga tugas-tugas sekolah yang dimilikinya menjadi terbengkalai karena tidak ada system kontrol terhadap tugas tersebut. Oleh karena itulah guru BK lebih menekankan bahwa yang menjadi penyebab utama lima siswa melakukan prokrastinasi akademik adalah rendahnya kontrol diri mereka.

2. Gambaran Kontrol Diri Siswa Kelas VII SMP Jati Agung

Kontrol diri menurut pemahaman guru BK SMP Jati Agung Sidoarjo adalah kemampuan dalam mengatur diri untuk mencapai perilaku yang baik atau positif. Adapun ciri-ciri kontrol diri menurut beliau ada tiga; kemampuan mengatur tingkah laku, pikiran dan keputusan. Berikut penuturan bapak Abdulloh. S.Sos.I:

> *Menurut yang saya pahami dari buku, ciri-ciri kontrol diri ada tiga; kemampuan mengatur tingkah laku, kemampuan mengatur kognisi atau pikiran dan kemampuan mengambil keputusan. Ketika orang mampu mengontrol ketiga ranah tersebut maka kontrol dirinya bisa dibilang tinggi.*

Sedangkan aspek dari kontrol diri menurut penuturannya lebih lanjut, diambil dari ciri kontrol diri itu yaitu; aspek tingkah laku, aspek pikiran dan aspek pengambilan keputusan. Dengan demikian perlu memaparkan dalam gambaran umum tentang kontrol ini dalam tigas aspek yaitu kontrol perilaku, kognitif dan pengambilan keputusan.

a. Kontrol perilaku

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Kontrol perilaku terdapat dua indikator yaitu mengatur perilaku sendiri dan mengontrol stimulus. Lima siswa yang masuk pada kategori prokrastinasi akademik setelah peneliti melakukan wawancara, memang kontrol perilakunya rendah. Sebut saja FL, siswa kelas VII A itu ketika mengalami kesulitan dalam mengerjakan tugas langsung meninggalkan dan atau mencari contekan keteman-temannya. Perilaku demikian tidak hanya terjadi pada FL tetapi empat siswa lainnya juga hampir sama tidak bisa mengontrol perilakunya. Berikut penuturan mereka kepada peneliti:

> *Ya gimana ya mas, kadang pas sulit ya tak tinggal ya kadang cari contekan ke teman-teman*[52].
> *Cari contekan mas*[53].
> *Nanya teman-teman mas*[54].
> *Hem, kadang caranya mas, kadang juga ya minta hasilnya dikit-dikit*[55].
> *Kadang nanya sama teman, kadang juga ya tak tinggal saj, baru pas mau ngumpulin, contek punya teman. Hehehe*[56].
> *Cari jawaban ke teman-teman mas*[57].

Dari jawaban diatas sudah menunjukkan bahwa mereka memang tidak bisa mengontrol perilakunya. Hal lain yang menjadi indikator kontrol perilaku adalah kontrol stimulus. Dalam penelitian ini yang menjadi stimulus adalah tugas yang didapatkan dari sekolah. Menurut jawaban mereka, ketika ditanya tentang cara mengatur aktifitas (tugas)

---

[52] Hasil wawancara dengan FL pada tanggal 23 Mei 2012
[53] Hasil wawancara dengan PA pada tanggal 24 Mei 2012
[54] Hasil wawancara dengan AS pada tanggal 23 Mei 2012
[55] Hasil wawancara dengan AS pada tanggal 23 Mei 2012
[56] Hasil wawancara dengan LV pada tanggal 23 Mei 2012
[57] Hasil wawancara dengan FB pada tanggal 24 Mei 2012

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sehari-harinya. Rata-rata mereka juga tidak bisa mengaturnya. Berikut penuturan mereka:

> *Gak tahu mas, saya jalani saja, tapi kalau tugas, kalau lagi tidak mod, ya ditinggal saja*[58].
> *Saya tidak bisa bagi waktu mas, kalau ada tugas terus saya lagi main ya saya lupa sama tugas itu*[59].
> *Itu dia mas, saya kan sudah bilang kemaren kalau saya tidak bisa bagi waktu. Kalau saya lagi asyik main, tugas gak tak reken mas*[60].
> *Ya kenapa harus diatur mas, ya dijalani saja, saya jarang mikirin tugas mas, yang dipikir biasa, main saja sama teman-teman*[61].
> *Kan udah pernah bilang, kalau saya kesulitan bagi membagi waktu mas*[62].

Pengakuan mereka diatas menunjukkan bahwa memang tidak bisa mengontrol waktu dan tugas-tugasnya. Sehingga karena tidak bisa mengontrol waktu dan tugasnya akhirnya banyak tugas yang keteran dan dikerjakan saat menjelang pengumpulan tugas tersebut.

b. Kontrol kognitif

Dalam kontrol kognitif ini ada dua indikator yaitu kemampuan mengantisipasi dan menafsirkan peristiwa. Peristiwa dalam penelitian adalah semua tugas yang diberikan oleh sekolah atau guru. Sesuai dengan hasil wawancara peneliti dengan lima siswa kelas VII SMP Jati Agung (Fl, AS, LV, PA dan FB), dapat diketahui bahwa mereka kurang bisa menafsirkan peristiwa dengan baik. Mereka kurang bisa menafsirkan tugas

[58] Hasil wawancara dengan FL pada tanggal 23 Mei 2012
[59] Hasil wawancara dengan PA pada tanggal 24 Mei 2012
[60] Hasil wawancara dengan AS pada tanggal 23 Mei 2012
[61] Hasil wawancara dengan LV pada tanggal 23 Mei 2012
[62] Hasil wawancara dengan FB pada tanggal 24 Mei 2012

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

yang diberikan oleh guru. Bagi mereka tugas itu hanya membuatnya pusing dan tidak bisa istirahat. Untuk jelasnya peneliti kutipkan penuturan mereka terkait dengan ketidakbisaan mereka dalam menafsirkan tugas. Indikator ini peneliti ungkap dengan pertanyaan tentang bagaimana pendapat mereka tentang tugas yang diberikan oleh guru. Pertanyaan ini akan mengungkap bagaimana mereka menafsirkan tugas. Dari pertanyaan diatas muncul jawaban mereka sebagai berikut:

> *Terus terang ya mas, tugas hanya bikin repot, bayangkan mas, sekolah seharian ful, habis itu masih diberi tugas, dikira saya tidak punya kegiatan lain apa di rumah.* [63].
> *Tugas melulu, saya gak senang mas tugas, hanya bikin aku pusing aja.*[64].
> *Kalau pendapat saya ya mas, lebih baik tugas itu gak usah la, soalnya disini sudah sekolah seharian mas, masak masih dikasi tugas* [65].
> *Tugas ya gak apa mas, tapi jangan sering, saya kan juga butuh istirahat dan bermain dengan teman-teman* [66].

Dari jawaban mereka diatas dapat diketahui bahwa ada indikasi bahwa mereka kurang bisa menafsirkan peristiwa. Indikator selanjutnya dalam kontrol kognisi ini adalah kemampuan dalam mengantisipasi peristiwa atau tugas. Peneliti mengungkap indikator ini dari mereka (FL, AS, LV, PA dan FB) dengan pertanyaan tentang bagaimana mereka mengantisipasi agar tidak mendapat hukuman atau nilainya jelek ketika

[63] Hasil wawancara dengan FL pada tanggal 23 Mei 2012
[64] Hasil wawancara dengan AS pada tanggal 23 Mei 2012
[65] Hasil wawancara dengan LV pada tanggal 23 Mei 2012
[66] Hasil wawancara dengan FB pada tanggal 24 Mei 2012

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

tidak mengerjakan tugas. Dari pertanyaan ini muncul jawaban mereka sebagai berikut:

> *Cari alasan mas tidak dimarahi. ya alasannya yang masuk akal meskipun tidak sesuai dengan apa yang saya kerjakan. Tapi gak kok mas, disini jarang ada saya kena hukuman*[67].
> *Yang penting alasannya bagus pasti gak dihukum mas, tapi disini jarang ada hukuman meski tidak ngerjakan tugas*[68].
> *Ya minta maaf saja mas*[69].
> *Gak mikir mas, mau dihukum atau dapat nilai jelek terserah. Tapi ya kalau saya lupa tidak ngerjakan tugas saya bilang lupa dan berjanji akan mengerjakannya*[70].
> *Meyakinkan guru dengan memberi alasan yang tepat meskipun itu hanya bohongan. Heheheh*[71].

Jawaban mereka diatas, terlihat bahwa mereka bisa mengantisipasi peristiwa meskipun caranya tidak baik. Akan tetapi karena ini membahas masalah dunia pendidikan seharusnya cara mengantisipasinya juga sesuai dengan nilai-nilai pendidikan yakni tidak menghalalkan hal yang memang tidak diperbolehkan seperti bohong dan lain sebagainya.

c. Kontrol dalam pengambilan keputusan

Dalam mengambil keputusan tentunya harus memikirkan segala hal yang berhubungan dengan keputusan tersebut. Kontrol dalam mengambil keputusan berarti mengatur diri dalam mengambil tindakan agar tindakannya tersebut benar atau baik. Dalam mengontrol pengambilan

[67] Hasil wawancara dengan FL pada tanggal 23 Mei 2012
[68] Hasil wawancara dengan PA pada tanggal 24 Mei 2012
[69] Hasil wawancara dengan AS pada tanggal 23 Mei 2012
[70] Hasil wawancara dengan LV pada tanggal 23 Mei 2012
[71] Hasil wawancara dengan FB pada tanggal 24 Mei 2012

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

keputusan itu paling tidak ada dua indikator yaitu; berfikir sebelum mengambil keputusan dan tindak lanjut setelah mengambil keputusan.

Untuk mengungkap kriteria berfikir sebelum mengambil tindakan tau keputusan, peneliti mengungkap dengan pertanyaan "apa yang anda pikirkan ketika akan mengambil keputusan?" dari pertanyaan tersebut muncul jawaban merekan sebagai berikut:

> *Ya gak ada mas, kalau dirasa bagus dan membuat saya senang ya diambil aja*[72].
> *Apa ya mas, pokoknya kalau dirasa enak la*[73].
> *Yang penting haapy mas*[74].
> *Ya dilihat dulu mas, bagus apa gak, enak apa gak, bermanfaat apa gak bagi saya*[75].
> *Kalau saya, yang penting itu menyenagkan pasti saya ambil, makanya kalau ada tugas terus saya diajak teman jalan-jalan saya mesti milih yang jalan-jalan itu mas. Pikiranku, masalah tugas pasti beres*[76].

Jawaban mereka diatas tampak ada yang bisa memikirkan sesuatunya sebelum mengambil keputusan, tetapi kebanyakan mereka tidak memikirkan segala sesuatunya terkait dengan yang akan diputuskan. Yang menjadi pertimbangan mereka dalam mengambil keputusan lebih kepada pertimbangan yang menyenangkan.

Sedangkan kontrol mereka dalam tindak lanjut dari pengambilan keputusan itu, peneliti ungkap dengan pertanyaan "apa yang anda lakukan

---

[72] Hasil wawancara dengan FL pada tanggal 23 Mei 2012
[73] Hasil wawancara dengan PA pada tanggal 24 Mei 2012
[74] Hasil wawancara dengan AS pada tanggal 23 Mei 2012
[75] Hasil wawancara dengan LV pada tanggal 23 Mei 2012
[76] Hasil wawancara dengan FB pada tanggal 24 Mei 2012

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

setelah mengambil keputusan?". Dari pertanyaan ini mereka menjawab sebagai berikut:

> *Ya dikerjakan saja mas, kalau ternyata gak enak ya ditinggal saja*[77].
> *Gak ada mas, ya dilakukan saja keputusan itu, kalau ternyata gak enak ya tidak dilajutkan saja*[78].
> *Enak gak harus dikerjakan mas, tapi pastinya uda enak la soalnya yang diambil kan pasti yang enak-enak*[79].
> *Dilaksanakan keputusan itu gak mikir-mikir lagi mas*[80].
> *Ya dilakukan mas*[81].

Dari jawaban diatas dapat diketahui bahwa mereka dalam mengontrol keputusannya masih rendah karena tidak ada usaha yang jelas dan serius dalam melaksanakan keputusannya. Selain itu dari jawaban diatas, juga menambah bukti bahwa mereka dalam mengambil mempertimbangkan segala sesuatunya sebelum mengambil keputusa hanya berdasar kepada enak tidaknya atau senang tidaknya. Kalau kiranya suatu tindakan dapat mendatangkan kenikmatan atau kesenangan bagi mereka pasti akan diambil.

3. Gambaran Layanan Bimbingan Belajar Untuk Meningkatkan *Self-Control* Siswa yang Prokrastinasi Akademik

Pelaksanaan bimbingan belajar tidak terlepas dari pelaksaan bimbingan konseling di SMP Jati Agung (*Islamic Full Day School*). Pelaksanaan

[77] Hasil wawancara dengan FL pada tanggal 23 Mei 2012
[78] Hasil wawancara dengan PA pada tanggal 24 Mei 2012
[79] Hasil wawancara dengan AS pada tanggal 23 Mei 2012
[80] Hasil wawancara dengan LV pada tanggal 23 Mei 2012
[81] Hasil wawancara dengan FB pada tanggal 24 Mei 2012

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

bimbingan konseling disana berbasis kebutuhan. Sehingga tidak ada program tahunan, semesteran, dan lain sebagainya.

Bimbingan konseling berbasis kebutuhan ini adalah bimbingan yang dilakukan oleh pembimbing yang disesuai dengan kebutuhan di sekolah tersebut. Kebutuhan itu bisa berbasis masalah atau berbasis pengembangan. Kebutuhan berbasis masalah ini merupakan program bimbingan konseling yang dibuat sebagai bentuk respon dari permasalahan yang muncul di sekolah itu. Sedangkan bimbingan konseling berbasis pengembangan merupakan bimbingan yang dilakukan atas dasar kebutuhan untuk dilakukan pengembangan tertentu di sekolah tersebut.

Pola bimbingan konseling yang seperti ini dikarenakan personel bimbingan konseling disana hanya satu orang yakni Pak Abdulloh, S.Sos.I. Sehingga untuk membuat perencanaan yang banyak dan panjang dalam bimbingan konseling tidak dimungkinkan karena hanya satu orang. Selain itu juga, Pak Abdulloh masih merangkap jadi guru SKI sehingga *double* pekerjaan ini membuatnya harus membuat program bimbingan konseling berbasis kebutuhan. Salah satu bentuk dari program bimbingan konseling berbasis kebutuhan itu adalah Layanan Bimbingan Konseling Belajar untuk Meningkatkan Kontrol Diri Siswa yang Prokrastinasi Akademik.

Layanan ini merupakan bentuk respon terhadap kondisi lima siswa kelas VII (FL, AS, LV, PA dan FB) yang kontrol dirinya bisa dibilang rendah

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sehingga mereka sering melakukan penundaan tugas akademik atau sering disebut dengan prokrastinasi akademik.

Dalam pelaksanaan bimbingan belajar untuk meningkatkan kontrol diri siswa yang prokrastinasi akademik di SMP Jati Agung (*Islamic Full Day School*) Sidoarjo, Guru BK bekerja sama dengan guru mata pelajaran dan wali kelas VII A dan VII B. Kerja sama dilakukan sejak awal, mulai dari pelaporan siswa yang mengalami masalah dalam belajar sampai pada tahap pelaksanaan bimbingan belajar itu sendiri.

Pelaksanaan bimbingan belajar untuk meningkatkan kontrol diri itu diawali dari bimbingan motivasi belajar. Rasionalisasi dari motivasi belajar dijadikan pengawal dari bimbingan belajar untuk mingkatkan kontrol diri siswa yang prokrastinasi akademik ini, menurut pengakuan guru BK Pak Abdulloh, dikarenakan siswa yang sering mengabaikan tugas karena kontrol dirinya rendah sehingga sering melakukan prokrastinasi akademik dikarenakan tidak ada motivasi belajar yang tinggi sehingga keinginan belajarnya kurang dan pada akhirnya siswa yang seperti itu akan mengabaikan semua tugas yang ada kaitannya dengan sekolah atau akademik. Berikut pengakuan pak Abdulloh selaku guru BK SMP Jati Agung Sidoarjo:

> *Rata-rata siswa yang kontrol dirinya rendah sehingga melakukan prokrastinasi akademik dikarenakan mereka kurang memiliki motivasi belajar yang tinggi sehingga sering mengabaikan tugas-tugasnya.*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Pemberian motivasi belajar ini tidak hanya dilakukan oleh guru BK akan tetapi guru BK meminta semua guru utamanya yang mengajar siswa kelas VII agar sebelum melanjutkan pelajran memberikan motivasi belajar kepada siswa-siswanya. Selain itu, guru juga diminta setelah selesai memberikan pelajaran agar memberikan semangat lagi kepada siswanya agar mereka memiliki motivasi belajar yang tingga sehingga kontrol dirinya terhadap tugas semakin tinggi dan pada akhirnya tidak melakukan prokrastinasi akademik lagi. Berikut pengakuan guru BK kepada peneliti:

> *Yang melaksanakan bimbingan belajar tidak hanya saya mas, tetapi saya bekerja sama dengan guru-guru dan wali kelas untuk memberikan motivasi sebelum dan sesudah memberikan pelajaran kepada siswa.*

Selain memberikan motivasi belajar untuk meningkatkan kontrol diri siswa yang prokrastinasi akademik, BK juga memberikan bimbingan belajar khusus untuk meingkatkan kontrol diri siswa yang prokrastinasi. Bimbingan ini dilakukan diruang BK dengan cara memanggil siswa yang akan dikenai bimbingan belajar karena mereka kontrol dirinya rendah sehingga sering melakukan prokrastinasi akademik. Siswa yang temasuk dalam bimbingan belajar untuk meingkatkan kontrol diri adalah siswa kelas VII A dan VII B yaitu FL, AS, LV, PA dan FB. Pelaksanaan bimbingan belajar yang ditujukan untuk meningkatkan kontrol diri ini dilaksanaan ruang BK yang dihadiri lima siswa kelas VII tersebut. Untuk lebih jelasnya, pelaksanaan bimbingan belajar untuk meningkatkan kontrol diri siswa yang prokrastinasi akademik

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

ini yang terbagi dalam dua model; bimbingan belajar klasikal dan kelompok akan digambarkan berikut ini:

a. Pelaksanaan Bimbingan Belajar untuk meningkat kontrol diri siswa yang prokrastistinasi akademik secara klasikal.

Pelaksanaan bimbingan belajar dilakukan dengan dua bentuk yaitu klasikal dan kelompok. Materi bimbingan belajar secara klasikal adalah motivasi belajar. Setiap guru yang mengajar diseru untuk memberikan motivasi belajar oleh guru bimbingan konseling, utamanya guru yang mengajar di kelas VII SMP Jati Agung Sidoarjo. Setiap guru diharapkan memberikan motivasi belajar dengan cara membubuhkan materi motivasi belajar sebelum memasuki pelajaran dan dipenghujung pertemuan, guru mata pelajaran juga diseru memberikan semangat belajar.

Untuk mengetahui jelasnya dari pelaksanaan bimbingan belajar itu, peneliti terhitung dua kali mengobservasi kegiatan belajar mengajar di kelas VII dengan cara mengikuti proses belajar didalam kelas.

Saat melakukan observasi dengan mengikuti pelajaran didalam kelas VII A, pelajaran yang berlangsung adalah Matematika yang diampu oleh Ibu Sofi Astuti, S.Pd. Peneliti mengikuti pelajaran matematika pada hari jum'at tanggal 1 juni 2012.

Ruang kelas VII A itu memiliki luas sebesar 4x6 m^2 . ruangan yang tidak begitu besar itu memang didesain kelas berkapasitas maksimal 30 siswa. Penempatan bangku siswa didesain seperti huruf U yang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

didepannya terdapat meja guru dan papan tulis putih (*white board*). Selain fasilitas itu, kelas VII A itu juga dilengkapi dengan kipas angin dan televisi sebesar 21 inchi yang dilengkapi dengan VCD Player yang dikhususkan untuk media pembelajaran. Akan tetapi saat peneliti mengikuti pelajaran matematika, TV dan VCD itu tidak digunakan.

Metode yang digunakan oleh ibu Sofi Astuti adalah Metode ceramah dimana ibu Sofi menerangkan pelajarannya yang pada akhirnya dibuka kesempatan kepada siswanya untuk bertanya.

Pelajaran dimulai dengan kalimat salam yang dijawab serentak oleh siswa kelas VII A yang berjumlah 29 dengan rincian; 18 laki-laki dan 11 perempuan. Kemudian bu Sofi menanyakan kabar siswa serta menanyakan pelajaran sebelumnya. Sebelum melanjutkan pelajaran, bu Sofi membuka pertanyaan terkait dengan pelajaran matemetika yang sudah berlalu. Namun pada saat itu tak satupun siswa yang bertanya. masih sebelum memulai pelajaran. Ibu Sofi memberikan motivasi kepada siswa kurang lebih 10 menit.

Dalam pemberian motivasi itu, bu Sofi menceritakan kisah Ibnu Hajar dalam mencari ilmu. Ibnu hajar awalnya orang yang bodoh kata bu Sofi, akan tetapi kemudian menjadi ulama besar karena mendapat ilham dari Allah dengan perantara batu yang berlubang karena tetesan air. Kemudian ibu Sofi lebih lanjut menjelaskan; *"jangan kita yang masih lembut, batu yang keras saja bisa berlubang hanya karena tetesan air*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

yang terus menerus" ungkap bu Sofi. Lebih lanjut ibu sofi menekankan kepada siswa kelas VII, bahwa kunci mencapai kecerdasan itu adalah tekun seperti batu yang ditetesi air terus-menerus hingga berlubang. "*itu menunjukkan ketekunan*" jelas Bu Sofi mengakhir sesi motivasi belajar siswa.

Kemudian bu Sofi mulai memasuki pelajaran matematika dengan menjelaskan indikator yang harus dicapai dalam pelajaran kala itu. Tidak ada pertanyaan dari siswa, ibu berjilbab itu kemudian langsung memulai pelajarannya yang pada akhirnya diakhiri dengan pemberian tugas PR. Namun sebelum ditutup, Ibu Sofi menyarankan kepada siswanya agar mengerjakan PR dimulai dari yang mudah-mudah dulu kemudian kalau menemui kesulitan diharapkan saling bertanya sesama teman. Kalau masih merasa kesulitan beliau menyilahkan untuk bertanya secara langsung kepada ibu Sofi.

Seperti itulah gambaran pemberian motivasi belajar yang disisipkan dalam setiap pelajaran di SMP Jati Agung.

b. Bimbingan Belajar untuk meningkatkan kontrol diri siswa yang prokrastinasi akademik secara kelompok

Bimbingan belajar secara kelompok ini lebih menekankan kepada kelompok yang memiliki kesamaan kebutuhan atau masalah. Siswa yang memiliki permasalahan yang sama dikumpulkan oleh guru BK di ruang BK untuk dilakukan bimbingan konseling.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Pelaksanaan bimbingan belajar ini dimulai dengan pemanggilan siswa terlebih dahulu. Kebetulan cara pemanggilannya masih manual yaitu masih menngunakan mulut sebagai media pemanggil siswa. Pak Abdulloh selaku guru BK meminta kepada guru pengajar kelas VII A dan VII B saat itu, untuk memberi tahu siswa-siswa yang tercantum dalam tulisan tangan Pak Abdulloh yang diberikan kepada guru itu agar mengahadap guru BK pada pukul 12.45 di di ruang BK hari itu juga (Senin, 04 Juni 2012).

Pukul 12.45 WIB, pak Abdulloh sudah bersiap-siap menyambut kedatangan siswa yang dipanggilnya. Ruangan BK pada saat itu hanya ada peneliti dan pak Abdulloh selaku guru BK. Hingga pukul 12.50 siswa yang dipanggil masih belum datang baru pada pukul 12. 55 ada dua siswa kelas VII B yakni PA dan FB yang datang. Lima menit kemudian LV dan AS datang beru kemudian FL datang pada tanggal 13.02 WIB. Bimbingan belajar dimulai pukul 13.05 dimulai dengan ucapan salam pak Abdulloh. Setelah itu pak Abdulloh menjelaskan maksud pemanggilan siswa tersebut yaitu untuk melakukan bimbingan belajar.

Materi bimbingan belajar dimulai dengan motivasi belajar sekitar 15 menit. Dalam memberikan motivasi, pak Abdulloh menjelaskan lebih kepada manfaat ilmu. Menurutnya, orang mempunyai ilmu derajatnya lebih tinggi dari orang tidak mempunyai ilmu. Kemudian pak Abdulloh menjelaskan kedudukan ilmu di era modern saat ini bahwa orang tidak mempunyai ilmu akan kalah dalam persaingan kehidupan. Beliau memberi

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

contoh orang yang mau kerja jadi penjaga toko saja harus memiliki ijazah SMA, ini membuktikan lanjut Abdulloh bahwa orang tidak memiliki ilmu tidak akan bisa berbuat apa dalam kehidupannya. Diakhir sesi motivasi belajar, Pak Abdulloh sebuah kata "*orang yang akan sukses, hanya orang-orang yang mempunyai ilmu*".

Setelah sesi motivasi, Pak Abdulloh mulai memasuki materi inti yaitu managemen waktu. Materi ini dilakukan disampaikan sekitar kurang lebih 15 menit juga. Dalam penyampaian materi itu, pak Abdulloh memulai dengan pepatah "*waktu itu seperti kilat*". Dalam penjelesannya tentang waktu itu, pak Abdulloh menegaskan bahwa orang tidak bisa mengatur waktunya sebaik mungkin akan cepat kehilangan waktu dan kesempatan. Oleh karena itulah lanjut pak Abdulloh, diharapkan siswa bisa memanfaatkan waktu sebaik mungkin agar tidak menyesal kemudian.

Pendahuluan managemen waktu selesai, saatnya pak Abdulloh menjelaskan cara mengatur waktu dan tugas. Menurutnya setiap orang memiliki waktu yang sama yakni 24 jam, akan tetapi setiap orang tidak sama dalam memanfaatkan waktu itu, oleh karena itu diperlukan pengaturan waktu secara baik. Dalam materi ini, pak Abdulloh lebih menekankan agar lima siswa itu membuat jadwal harian. Karena dengan jadwal harian itu lanjut Abdulloh, akan membuat diri bisa menghargai waktu.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Dalam sesi itu, tidak hanya diberikan penjelasan tentang waktu dan cara membuat waktu, akan tetapi juga dijelaskan cara mengerjakan tugas. Dalam mengerjakan tugas seharusnya dimulai dari yang paling mudah baru yang sulit. Kemudian yang tak kalah penting menurut pak Abdulloh adalah kerjakan tugas itu dengan tenang karena ketenangan itu akan membuahkan hasil yang maksimal. Tidak usah takut, karena orang yang belajar itu sudah menjadi kebiasaan. *"Kalau takut salah tidak usah belajar, salah bagi orang yang belajar itu hal yang wajar"* tutur Pak Abdulloh sambil mengakhiri sesi kedua yakni managemen waktu.

Materi selanjutnya adalah cara membuat keputusan. Dalam materi ini, Pak Abdulloh menjelaskan bahwa dalam membuat keputusan jangan tergesa-gesa. Menurutnya lebih lanjut, dalam membuat keputusan yang perlu diperhatikan adalah masalah benar dan salah. "*Kalau keputusan itu salah jangan diambil* " tandas pak Abdulloh. Selanjutnya, guru BK itu menjelaskan bahwa yang seharusnaya menjadi pertimbangan dalam membuat keputusan adalah bukan masalah kesenangan tetapi manfaat. "*Kalau keputusan itu dirasa bisa bermanfaat bagi diri lebih-lebih kepada orang lain, ambillah keputusan itu dan laksanakan meskipun itu pahit dan tidak enak*". Ucapnya sambil mengakhiri sesi materi cara membuat keputusan.

Sebelum bimbingan belajar itu diakhiri, pak Abdulloh menyuguhkan kertas komitmen yang berisis beberapa poin kometmen yang harus

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

ditandatangani oleh lima siswa itu. Point komitmen yang harus ditandatangani oleh lima siswa itu adalah:

1. Belajar dengan tekun dan rajin.
2. Tidak akan terlambat dalam mengikuti pelajaran dan kegiatan lainnya di sekolah.
3. Mengrejakan tugas dengan sungguh-sungguh.
4. Jujur dalam mengerjakan tugas dan dalam kehidupan sehari-hari

Setelah penandatanganan komitmen siswa selesai, layanan bimbingan belajar secara kelompok berdasarkan dengan permasalahan yang sama yakni masalah prokrastinasi akademik yang disebabkan karena kontrol diri yang rendah dianggap selesai dan pak Abdulloh menyilahkan lima siswa itu kembali kelasnya masing-masing.

Setelah bimbingan belajar selesai, peneliti baru kembali ke sekolah lagi setengah bulan kemudian untuk mengecek perubahan perilaku lima siswa yang control dirinya rendah tersebut. Tepat tanggal 18 juni 2012, peneliti menemui pak Abdullah untuk memberikan lembar cek perubahan perilaku lima siswa tersebut. Berikut perubahan tingkah laku menurut guru BK SMP Jati Agung Sidoarjo.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Tabel 4.9
Perubahan Kontrol Diri Siswa Setelah Bimbingan Belajar

No	Nama	Kontrol Diri	Kriteria		
			T	S	R
1	FL	Mampu mengontrol Perilaku	√		
		Mampu Mengontrol Kognitif		√	
		Mampu Mengontrol Keputusan		√	
2	AS	Mampu mengontrol Perilaku	√		
		Mampu Mengontrol Kognitif	√		
		Mampu Mengontrol Keputusan	√		
3	LV	Mampu mengontrol Perilaku		√	
		Mampu Mengontrol Kognitif		√	
		Mampu Mengontrol Keputusan	√		
4	PA	Mampu mengontrol Perilaku	√		
		Mampu Mengontrol Kognitif	√		
		Mampu Mengontrol Keputusan		√	
5	FB	Mampu mengontrol Perilaku	√		
		Mampu Mengontrol Kognitif	√		
		Mampu Mengontrol Keputusan		√	

T = Tinggi, S = Rendah, R = Rendah

Tabel 4.10
Perubahan Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa Setelah Bimbingan Belajar

No	Nama	Prokrastinasi Akademik	Kriteria		
			S	J	TP
1	FL	Terlambat mengumpulkan tugas			√
		Terlambat dalam mengikuti pelajaran atau kegiatan lainnya di sekolah			√
		Belajar ketika hanya ada ujian atau ulangan		√	
		Suka bersenang-senang daripada belajar		√	
2	AS	Terlambat mengumpulkan tugas		√	
		Terlambat dalam mengikuti pelajaran atau kegiatan lainnya di sekolah		√	
		Belajar ketika hanya ada ujian atau			√

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

		ulangan			
		Suka bersenang-senang daripada belajar			√
3	LV	Terlambat mengumpulkan tugas			√
		Terlambat dalam mengikuti pelajaran atau kegiatan lainnya di sekolah			√
		Belajar ketika hanya ada ujian atau ulangan		√	
		Suka bersenang-senang daripada belajar			√
4	PA	Terlambat mengumpulkan tugas		√	
		Terlambat dalam mengikuti pelajaran atau kegiatan lainnya di sekolah			√
		Belajar ketika hanya ada ujian atau ulangan			√
		Suka bersenang-senang daripada belajar			√
5	FB	Terlambat mengumpulkan tugas			√
		Terlambat dalam mengikuti pelajaran atau kegiatan lainnya di sekolah			√
		Belajar ketika hanya ada ujian atau ulangan		√	
		Suka bersenang-senang daripada belajar		√	

S = Sering, J = Jarang, TP = Tidak Pernah

Dari tabel diatas dapat diketahui bahwa layanan bimbingan belajar yang dilakukan oleh guru BK dan Guru Mata pelajaran SMP Jati Agung Sidoarjo, dapat meningkatkan kontrol diri siswa yang prokrastinasi akademik. Sehingga kriteria perilaku prokrastinasi akademik, yang sebelumnya sering dilakukan oleh FL, AS, LV, PA dan FB, maka terhitung sejak tanggal bimbingan belajar (04 Juni 2012) sudah mulai jarang atau bahkan tidak pernah dilakukan oleh lima siswa tersebut.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

C. Analisis Data

1. Analisis Perilaku Prokrastinasi Siswa Kelas VII SMP Jati Agung

Analisis ini akan memandang perilaku lima siswa kelas VII tahun pelajaran 2011-2012 SMP Jati Agung sidoarjo dalam lima kriteria prokrastinasi akademik, yaitu: 1). Menunda untuk memulai atau mengakhiri tugas. 2). Lebih banyak berencana daripada langsung mengerjakan tugas sekolah. 3). kecenderungan melakukan aktifitas yang bersifat lebih menyenangkan dari pada belajar. 4). Belajar ketika hanya ketika ada ujian atau ulangan. 5). Keterlambatan dalam mengikuti pelajaran atau kegiatan ektrakurekuler.

Lima kriteria itu, secara umum sudah dipaparkan dalam penyajian data tepatnya di gambaran umum tentang prokrastinasi akademik siswa. Akan tetapi untuk memudahkan analisis peneliti akan dianalisis sesuai dengan kriteria atau indikator prokrastinasi akademik.

1. Menunda untuk memulai atau mengakhiri tugas sekolah

Dari gambaran umum diatas sudah dijelaskan bahwa lima siswa yakni FL, AS, LV, PA dan FB merupakan siswa yang suka menunda-nunda untuk mengerjakan tugas sekolah. Dari pengakuan mereka terkait dengan penundaan untuk mengerjakan tugas itu, peneliti akan menyajikan dalam bentuk tabel agar memudahkan pembacaan peneliti yang kemudian akan memudahkan untuk dianalisis. Berikut tabel yang menunjukkan ten-

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

tang penundaan terhadap tugas yang dilakukan oleh lima siswa kelas VII SMP Jati Agung.

Tabel 4.11
Perilaku Penundaan Tugas

No	Nama	Keterangan
1	AS	- Sering lambat mengumpulkan tugas
2	FL	- Sudah biasa menunda-nunda untuk mengerjakan tugas
3	LV	- Sering mengerjakan tugas menjelang waktu pengumpulan
4	FB	- Biasa mengerjakan tugas menjelang waktu pengumpulan - Sering telat dalam mengumpulkan tugas
5	PA	- Menunda-nunda penyelesaian tugas - Sering telat dalam mengumpulkan tugas

Dari tabel diatas sudah jelas bahwa lima siswa tersebut termasuk pada siswa yang sering menunda tugas baik dalam memulai atau mengakhiri tugas yang diberikan oleh sekolah. Menurut pengakuan mereka, perilaku menunda-nunda tugas itu diawali dari ketidaksenangan terhadap tugas yang diberikan oleh sekolah.

2. Lebih banyak berencana daripada langsung mengerjakan tugas sekolah

Dari pengakuan FL, AS, LV, PA dan FB rata-rata menunjukkan bahwa mereka adalah siswa yang biasa berencana lama daripada langsung mengerjakan tugas yang diberikan sekolah. Untuk lebih jelasnya, peneliti sajikan tabel yang menunjukkan bahwa mereka lebih banyak rencana daripada langsung mengerjakan tugas yang diberikan oleh sekolah, dimana

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

tabel itu diambil dari pengakuan mereka terkait perencanaan dalam mengerjakan tugas.

Tabel 4.12
Perencanaan Siswa dalam Mengerjakan Tugas

No	Nama	Keterangan
1	AS	- Sudah merencanakan mengerjakan tugas dengan matang tapi tetap molor
2	FL	- Hanya berencana tapi tidak ada aksi - Aksinya masih menunggu hasil temannya
3	LV	- Merencanakan untuk langsung mengerjakan tetapi tetap tidak selesai-selesai sampai akan mengumpulkan
4	FB	- Merencanakan tepat waktu, tetapi tetap sering telat mengumpulkan tugas
5	PA	- Merencanakan untuk mengerjakan tugas sejak awal diberi tugas tapi tetap tidak sesuai dengan rencana.

Dari tabel diatas menunjukkan bahwa mereka adalah siswa yang hanya banyak berencana sedangkan kinerja aktualnya tidak ada. Sehingga waktu yang diberikan untuk mengerjakan tugas hanya dihabiskan untuk rencana untuk mengerjakan tugas yang pada akhirnya membuat mereka sering terlambat dalam mengumpulkan tugas.

3. Kecendrungan melakukan aktifitas yang lebih menyenangkan daripada belajar

Pengakuan mereka setelah ditanya tentang belajar ketika ada acara televisi menunjukkan bahwa mereka termasuk pada siswa yang lebih suka kepada hal-hal yang menyenagkan dari pada belajar. Ini terbukti bahwa ketika ada acara TV yang mereka senangi pasti akan mendahulukan acara

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

TV itu dari belajar, meskipun pada saat itu mereka mempunyai tugas sekolah yang harus dikerjakan.

Selain itu, yang menunjukkan bahwa mereka lebih menyukai hal-hal yang menyenangkan dari pada belajar adalah keterlambatan siswa setelah istirahat yang telah dijelaskan diawal, mereka sering terlambat dikarenakan mereka lebih suka bermain dengan teman-temannya dihalaman sekolah. Dari dua kejadian itulah kiranya memperkuat sudah menunjukkan bahwa mereka memang siswa yang lebih suka kepada hal-hal yang menyenangkan daripada belajar.

4. Belajar ketika hanya akan ada ujian atau ulangan

Lima siswa diatas rata-rata hanya belajar ketika akan ada ujian atau ulangan. Hal ini terbukti dari pengakuannya bahwa mereka memang hanya belajar ketika aka nada ujian. Belajar ketika akan mengikuti ujian itu menunjukkan bahwa mereka menunda-nunda belajar, yang pada akhirnya mereka merasa kerepotan ketika akan ada ujian. Oleh karena itulah sebagian mereka sampai belajar tidak tahu waktu saat menjelang ujian atau ulangan. Perilaku tersebut termasuk pada indikator prokrastinasi akademik.

5. Keterlambatan dalam mengikuti pelajaran atau dalam mengikuti kegiatan lain disekolah.

Dalam catatan keterlambatan siswa yang telah dijelaskan diawal BAB ini menunjukkan bahwa lima siswa (FL, AS, LV, PA dan FB) sangat

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mendominasi catatan keterlamabatan itu. Setelah dikroscek kepada mereka ternyata mereka mengakui bahwa sering terlambat dalam mengikuti pelajaran atau kegiatan lain di sekolahnya. Keterlambatan dalam mengikuti pelajaran atau kegiatan lain seperti ektrakurekuler disekolah itu menunjukkan bahwa mereka adalah siswa yang sering melakukan penundaan terhadap tugas sekolah.

Siswa yang sering terlambat masuk kelas itu menunjukkan bahwa mereka menunda-nunda untuk masuk kelas. Penundaan-penundaan semacam itulah yang juga masuk pada indikator perilaku prokrastinasi akademik.

Dari lima kriteria atau indikator diatas kiranya kalau dibuat tabulasi secara keseluruhan adalah sebagai berikut:

Tabel 4.13
Tabulasi Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa

No	Kriteria	Nama				
		FL	AS	LV	PA	FB
1	Menunda memulai atau mengakhiri tugas	√	√	√	√	√
2	Lebih banyak berencana	√	√	√	√	√
3	Melaksanakan aktifitas yang lebih menyenangkan dari pada belajar	√	√	√	√	√
4	Belajar ketika hanya ada ujian atau ulangan	√	√	√	√	√
5	Terlambat dalam mengikuti pelajaran atau kegiatan ekstrakurekuler	√	√	√	√	√

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Tabel diatas merupakan tabulasi perilaku lima siswa (FL, AS, LV, PA dan FB) kelas VII SMP Jati Agung *(Islamic Full day School)* Sidoarjo yang menunjukkan bahwa mereka memang benar-benar siswa yang prokrastinasi akademik. Hal itu dikarenakan semua siswa diatas masuk pada semua kriteria prokrastinasi akademik.

Adapun penyebab mereka melakukan prokrastinasi akademik menurut pengakuan Pak Abdulloh selaku guru BK SMP Jati Agung Sidoarjo lebih kepada kontrol diri mereka yang rendah. Pada awalnya, mereka melakukan penundaan terhadap tugas sekolah karena mereka tidak bisa mengontrol waktunya sehingga waktu yang telah diberikan hanya akan terbuang sia-sia dengan melakukan pekerjaan lain yang tidak ada hubungannya dengan tugas sekolah, yang pada akhirnya akan berakibat pada keterlambatan dalam melakukan atau mengumpulkan tugas.

Sedangkan penyebab mereka dalam melakukan prokrastinasi akademik sesuai dengan hasil wawancara dengan mereka, itu dikarenakan oleh ketidaktahuan mereka dalam mengatur waktunya. Selain itu mereka merasa takut salah dalam mengerjakan tugas, lebih suka kepada hal-hal yang lebih menyenangkan dari pada belajar dan lain sebagainya. Untuk lebih jelasnya berikut peneliti sajikan tabel penyebab mereka melakukan prokrastinasi akademik.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Tabel 4.14

Penyebab Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas VII

No	Nama	Penyebab
1	FL	- Tidak tahu cara mengerjakan - Banyak bermain sehingga lupa tugas - Malas ikut pelajaran
2	PA	- Tidak bisa membagi waktu - Lebih suka bermain - Takut salah dalam mengerjakan tugas - Malas ikut pelajaran
3	AS	- Takut salah dalam mengerjakan tugas - Tidak bisa membagi waktu - Lebih suka bermain
4	LV	- Takut salah dalam mengerjakan tugas - Malas ikut pelajaran
5	FB	- Tidak bisa membagi waktu - Malas ikut kegiatan sekolah - Takut salah dalam mengerjakan tugas

Tabel diatas menunjukkan bahwa penyebab prokrastinasi akademik lima siswa diatas adalah: 1). Tidak bisa membagi waktu, 2). Lebih suka bermain daripada belajar, 3). Takut salah. Dari tiga penyebab diatas kalau ditelisik lebih dalam, maka akan sampai pada sumber penyebab prokrastinasi akademik mereka. Oleh karena itulah, perlu untuk menganalisa ketiga penyebab tersebut.

Penyebab pertama adalah tidak bisa membagai waktu sangat erat kaitannya dengan managemen waktu yang kurang baik. Orang yang tidak bisa memanagemen waktunya dikarenakan mereka tidak bisa mengontrol waktunya. Ketika orang tidak bisa mengontrol waktunya berarti orang tersebut tidak bisa menempatkan dirinya dengan baik dalam situasi dan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kondisi yang serba dibatasi oleh waktu. Orang seperti itu, berarti kontrol dirinya rendah. Dengan demikian, sumber dari ketidakbisaan mengatur waktu ini adalah kontrol diri mereka yang rendah sehingga tidak bisa membagi waktu.

Penyebab yang kedua adalah lebih suka bermain daripada belajar. Bermain dan belajar ada kaitannya dengan waktu semua. Siswa disekolah tidak melulu melakukan proses akademik tetapi juga terdapat kegiatan bermain dengan teman-teman. Pada saat siswa disekolah lebih suka bermain daripada belajar, berarti mereka tidak bisa mengkondisikan dirinya pada situasi (situasi akademik). Oleh karena itulah, persoalan kelima siswa diatas terkait dengan kesukaan yang lebih terhadap bermain daripada belajar sebenarnya buka masalah utamanya akan tetapi persoalan intinya adalah mereka tidak bisa mengkondisikan dirinya dalam situasi akademik. Dalam kondisi seperti itu, mereka sebenarnya juga ada kaitannya dengan kontrol diri karena mereka tidak bisa mengontrol dirinya dalam kondisi akademik sehingga mereka lebih suka bermain daripada belajar.

Sedangkan penyebab ketiga adalah takut salah dalam mengerjakan tugas. Takut salah ini hanya merupakan pemikiran yang tidak berdasar. Siswa kelas VII SMP Jati Agung diatas yang prokrastinasi akademik karena pemikiran mereka takut salah dalam mengerjakan tugas menunjukkan bahwa mereka tidak bisa mengontrol pemikirannya sehingga pemikiran positif dikalahkan oleh pemikiran negatifnya. Orang semacam itu masuk pada

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kontrol kognitifnya rendah. Kontrol kognitif itu merupakan salah satu kriteria kontrol diri.

Dengan demikian, setelah melewati analisa diatas, peneliti sepakat dengan pendapat guru BK SMP Jati Agung Sidoarjo, Pak Abdulloh, S.Sos.I yang mengatakan bahwa lima siswa (FL, AS, LV, PA dan FB) kelas VII itu melakukan prokrastinasi akademik dikarenakan kontrol diri mereka rendah.

2. Analisis Kontrol Diri Siswa Kelas VII SMP Jati Agung

Dari gambaran umum diatas tentang kontrol diri utamanya tentang konsep kontrol diri menurut guru BK SMP Jati Agung (*Islamic Full Day School*) Sidoarjo, peneliti akan menyajikan tabel terkait konsep kontrol diri menurut guru BK berikut ini:

Tabel 4.15

Konsep Kontrol Diri Perspektif Guru BK SMP Jati Agung

No	Kontrol Diri	Deskripsi
1	Pengertian	Kemampuan dalam mengatur diri untuk mencapai perilaku yang baik atau positif
2	Ciri-Ciri	- Kemampuan mengontrol Perilaku - Kemampuan mengontrol pikiran - Kemampuan dalam pengambilan keputusan
3	Aspek	- Perilaku - Pikiran - Pengambilan keputusan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Dari tabel diatas dapat kita pahami bahwa konsep kontrol diri menurut guru BK SMP Jati Agung sama dengan beberapa buku yang dikutip penulis dalam BAB II. Dengan demikian peneliti juga akan mengambil tiga ciri-ciri diatas untuk menganalisis kontrol diri siswa (FL, AS, LV, PA dan FB) kelas VII SMP Jati Agung.

a. Kemampuan Kontrol Perilaku

Untuk memperjelas analsis kemampuan mengontrol perilaku lima siswa (FL, AS, LV, PA dan FB) SMP Jati Agung Sidoarjo, peneliti tampilkan tabel yang diolah dari hasil pengakuan mereka terkait dengan kemampuan mengontrol perilakunya.

Tabel 4.16

Kemampuan Mengontrol Perilaku

No	Nama	Kontrol Perilaku	Keterangan
1	FL	Sangat Rendah	- Tidak bisa mengontrol perila-kunya dengan baik - Tidak bisa mengontrol stimulus
2	PA	Sangat rendah	- Tidak bisa mengontrol perila-kunya dengan baik - Tidak bisa mengontrol stimulus
3	AS	Rendah	- Kurang bisa mengontrol perila-kunya dengan baik - Tidak bisa mengontrol stimulus
4	LV	Rendah	- Kurang bisa mengontrol perila-kunya dengan baik - Tidak bisa mengontrol stimulus
5	FB	Sangat rendah	- Tidak bisa mengontrol perila-kunya dengan baik - Tidak bisa mengontrol stimulus

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Tabel diatas diolah dari gambaran tentang kontrol perilaku diatas. Pengklasifikasian diatas didasarkan kepada pengakuan mereka diatas setelah ditanya tentang kontrol perilaku dan kontrol stimulus. Kategori sangat rendah ketika siswa tersebut tidak bisa mengontrol perilakunya dan tidak bisa mengontrol stimulus. Sedangkan rendah, ketika mereka kurang bisa mengontrol perilaku dan stimulusnya atau tidak bisa mengontrol perilaku dan kurang bisa mengontrol stimulus atau sebaliknya.

PA, LV dan FB masuk pada kategori sangat rendah kontrol perilakunya karena tidak bisa mengontrol perilakunya dan tidak bisa mengontrol stimulus yang datang kepada mereka.

PA siswa kelas VII B tergolong siswa yang tidak bisa mengontrol stimulus. Hal ini bisa dibuktikan dengan PA ketika dapat tugas, tugasnya sering terbengkalai karena tidak bisa mengontrol rangsangan atau stimulus berupa permainan sehingga PA lupa atau lalai terhadap tugasnya. Sama halnya dengan FL dan FB. FL tergolong siswa yang tidak bisa mengontrol perilakunya, hal ini terbukti ketika ia mendapat tugas yang sulit, langkah utamanya adalah mencari contekan kepada teman-temannya. Selain itu dia juga tidak bisa mengontrol rangsangan yang datang bersamaan dengan tugasnya. Ketika FL tidak mod terhadap tugas, langsung ampuhnya yang diambil adalah meninggalkan tugas tersebut. Hal ini membuktikan bahwa hasrat untuk mengerjakan tugas dikalahkan oleh *ketidakmoodan* dalam

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mengerjakan tugas. Tidak *mood* itu menunjukkan bahwa dia tidak bisa mengontrol stimulus yang datang kepadanya.

FB juga tidak bisa mengontrol perilakunya menyontek dan tidak bisa mengontrol stimulus yang datang kepadanya sehingga ia merasa kesulitan dalam membagi waktunya. Ketidakbisaan dalam membagi waktu, ini berarti orang tersebut tidak bisa mengontrol stimulus atau rangsangan yang datang kepadanya sehingga ia kebingunan dalam mengaturnya.

Sedangkan siswa yang masuk pada klasifikasi kontrol perilakunya rendah ada dua yaitu AS dan LV. LV kurang bisa mengontrol perilakunya dalam mengerjakan tugas. LV dalam menghadapi tugas yang dirasa sulit selain menanyakan kepada teman-temannya juga cari contekan. Usaha dalam menanyakan cara mengerjakan tugas yang dirasa sulit bagi LV merupakan bentuk kontrol perilaku yang baik akan tetapi ketika dia juga selain tanya cara mengerjakannya juga tanya jawaban atau mencontek kepada teman-temannya. Hal ini yang menjadi alasan bagi peneliti yang mengklasifikasikan LV masuk pada kontrol perilaku yang rendah. Selain itu, dia juga kurang bisa mengontrol stimulus yang datang saat bersamaan dengan tugas sehingga pusat perhatiannya masih tertuju pada stimulus yang akan merusak pada pelaksanaan tugas-tugas sekolahnya.

Sama halnya dengan LV, AS juga masuk pada klasifikasi kontrol perilaku rendah. Hal ini terjadi karena AS dalam mengontrol perilakunya

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

saat menemui tugas yang sulit masih bisa mengontrol perilakunya dengan tidak secara langsung mencari jawaban kepada teman-temannya akan tetapi tanya terlebih dahulu cara mengerjakannya. Akan tetapi kalau masih belum bisa ia pada akhirnya juga minta jawaban kepada teman-temannya. Hal inilah yang mengakibatkan peneliti memasukkannya kepada kontrol perilakunya rendah. Hal lain yang bisa menjadi bukti bahwa dia masuk pada kontrol perilaku yang rendah adalah, dia tidak bisa mengontrol stimulus yang datang bersamaan dengan datangnya tugas kepadanya. AS tidak bisa menghentikan aktifitasnya yang asyik dan menyenagkan seperti bermain dan lain sebagainya ketika ada tugas. Sehingga pada akhirnya, tugas-tugasnya tidak tersteselesaikan sampai batas waktu yang telah ditentukan.

b. Kemampuan Kontrol Kognitif

Kemampuan kontrol kognitif ini ada dua indikator yaitu kemampuan mengantisipasi dan menafsirkan peristiwa. Menurut hasil pemaparan gambaran kontrol diri diatas, utamanya dalam kemampuan mereka dalam mengontrol kognitifnya maka dapat disimpulkan bahwa mereka berada pada taraf kurang bisa mengontrol kognitifnya atau masuk pada klasisifikasi rendah kontrol kognitifnya. Klasifikasi itu didasarkan kepada pengakuan mereka kemudian dianalisa dan disimpulkan; mereka masuk pada bisa, tidak bisa atau kurang bisa dalam menafisrkan dan mengantisipasi peristiwa. Klasifikasi rendah, ketika mereka tergolong

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

pada kurang bisa mengantisipasi dan menafsirkan peristiwa. Kalau sangat rendah ketika mereka masuk kepada tidak bisa menafsirkan dan tidak bisa mengantisipasi peristiwa. Berikut tabel kemampuan lima siswa (FL, AS, LV, PA dan FB) dalam mengontrol kognitifnya.

Tabel 4.17

Kemampuan Mengontrol Kognitif

No	Nama	Kontrol Kognitif	Keterangan
1	FL	Rendah	- Kurang bisa menafsirkan peristiwa - Kurang bisa mengantisipasi peristiwa
2	PA	Rendah	- Kurang bisa menafsirkan peristiwa - Kurang bisa mengantisipasi peristiwa
3	AS	Rendah	- Kurang bisa menafsirkan peristiwa - Kurang bisa mengantisipasi peristiwa
4	LV	Rendah	- Kurang bisa menafsirkan peristiwa - Tidak bisa mengantisipasi peristiwa
5	FB	Rendah	- Kurang bisa menafsirkan peristiwa - Kurang bisa menafsirkan peristiwa.

Dari tabel diatas dapat kita ketahui bahwa lima siswa diatas masuk pada kategori siswa yang kontrol kognitifnya rendah.

FL, siswa kelas VII A, masuk pada kategori rendah kontrol kognitifnya dikarenakan ia kurang bisa menafsirkan peristiwa dan kurang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

bisa mengantisipasi peristiwa. Dalam menafsirkan peristiwa, FL kurang bisa. Hal ini terungkap dari pengakuannya ketika ditanya pendapatnya tentang tugas yang selalu diberikan oleh guru. Dia menjawab tugas hanya bikin repot. Jawaban ini menunjukkan bahwa dia kurang bisa menafsirkan tugas yang diberikan oleh guru. Selain itu, FL juga kurang bisa mengantisipasi peristiwa. Hal ini terbukti dari pengakuaannya dalam mengantisipasi agar tidak dimarahi gurunya. Dia menjawab mencari alasan. Mencari alasan ini merupakan langkah yang tepat dalam mengantisipasi peristiwa karena bisa saja ia mencari alasan yang masuk akal meskipun tidak sesuai dengan keadaannya atau bohong. Dari itu FL dikategorikan oleh peneliti kepada kontrol kognitifnya rendah.

PA siswa kelas VII B masuk pada kategori rendah dikarenakan ia kurang bisa menafsirkan dan mengantisipasi peristiwa. Hal ini terbukti dari pengakuannya dalam menafsirkan tugas. Dia kurang tepat menafsirkan tugas karena menurutnya, tugas itu hanya bikin pusing. Hal ini menunjukkan bahwa dia kurang bisa menafsirkan tugas secara tepat. Selain itu, dia juga kurang bisa mengantisipasi tugas. Ini terbukti ketika ditanya tentang cara mengantisipasi hukuman dari guru ketika tidak mengerjakan tugas, dia hanya mencari-cari alasan agar tidak mendapat hukuman dari gurunya. Antisipasi semacam itu kurang tepat

c. Kemampuan mengontrol keputusan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Dalam kontrol keputusan ini terdapat dua inikator yaitu berfikir sebelum mengambil keputusan dan tindak lanjut dari apa yang telah diputuskan. Dari gambaran tentang kontrol diri, utamanya dalam point kemampuan kontrol keputusan, lima siswa (FL, AS, LV, PA dan FB) bisa dibilang kurang bisa mengontrol dalam diri dalam mengambil keputusan. Mereka termasuk pada kategoeri kurang bisa mengontrol dirinya dalam mengambil keputusan karena dari dua inikator yakni proses berfikir yang benar sebelum mengambil keputusan dan tindak lanjut dari keputusannya, mereka kurang mampu mengontrolnya. Untuk lebih jelasnya, berikut peneliti tampilkan tabel kontrol pengambilan keputusan lima siswa diatas.

Tabel 4.18

Kemampuan Kontrol dalam Mengambil Keputusan

No	Nama	Kontrol Keputusan	Keterangan
1	FL	Rendah	- Kurang bisa berfikir baik sebelum mengambil keptusan - Tindak lanjut dari keputusannya kurang baik
2	PA	Rendah	- Kurang bisa berfikir baik sebelum mengambil keptusan - Tindak lanjut dari keputusannya kurang baik
3	AS	Rendah	- Kurang bisa berfikir baik sebelum mengambil keptusan - Tindak lanjut dari keputusannya kurang baik
4	LV	Sedang	- Bisa berfikir baik sebelum mengambil keputusan - Tindak lanjut dari keputusannya kurang baik
5	FB	Rendah	- Kurang bisa berfikir baik sebelum

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

			mengambil keptusan - Tindak lanjut dari keputusannya kurang baik

Dari tabel diatas tampak bahwa hanya satu orang yakni LV yang mempunyai kemampuan mengontrol diri dalam mengambil keputusannya bertaraf sedang. Sedangkan yang lainnya masuk pada taraf rendah. Hal ini terjadi karena mereka masuk pada kategori kurang bisa berfikir dengan baik dan objektif sebelum mengambil keputusan dan kurang bisa meningdaklanjuti hasil keputusan yang telah mereka ambil.

FL siswa kelas VII A termasuk siswa yang rendah dalam kontrol dirinya dalam mengambil keputusan. Hal ini terjadi karena kurang bisa berfikir baik sebelum mengambil keputusan dan kurang bisa menindaklanjuti hasil keputusannya. Kategori ini bisa dilihat dari pengakuannya kepada peneliti bahwa ketika akan mengambil suatu tindakan (keputusan) yang dipikirkan hanya hal-hal yang menyenangkan. Sedangkan dalam menindaklanjuti dari suatu keputusannya, ia tetap memilih hal yang menyenangkan. Kalau ternyata sampai ditengah jalan dirasa kurang baik, maka FL akan meninggalkannya. Ini menunjukkan bahwa ia kurang baik dalam mengontrol tindak lanjutnya. Oleh karena itulah peneliti memasukkan FL kepada siswa yang mempunyai kemapuan kontrol keputusan kurang baik atau rendah.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Sama halnya dengan FL, PA adalah siswa kelas VII B yang juga masuk pada kategori kontrol keputusannya rendah. Hal ini terjadi karena PA dalam mengambil keputusan hanya berorientasi kepada hal yang membuatnya senang saja. Tidak hanya itu, PA juga cara menindaklanjuti hasil keputusannya juga kurang baik. Pasalnya, PA dalam melaksanakan keputusannya juga tetap berorientasi kepada hal yang menyenangkan, kalau ternyata tidak menyenangkan dalam melaksanakan hasil keputusannya, maka PA tidak akan melanjutkannya. Hal inilah yang membuat peneliti juga memasukkan PA pada taraf rendah kontrolnya dalam mengambil keputusan.

AS juga masuk pada kategori kemampuan kontrol dalam pengambilan keputusan rendah. Hal ini didasarkan kepada pengakuannya ketika akan mengambil sebuah keputusan, ia hanya berfikir kepada hal-hal yang menyenangkan. Kalau sesuatu itu tidak membuatnya senang, maka AS tidak akan mengambil sesuatu itu. Orientasi kesenangan semacam itu kurang tepat dalam mempertimbangkan pengambilan sebuah keputusan. Selain itu, AS juga kurang bisa mengontrol keputusannya dengan baik, hal ini terbukti dengan pengakuannya terkait dengan tindak lanjut dari sebuah keputusan. AS dalam menindaklanjuti hasil keputusannya tetap orientasi kepada yang menyenangkan tanpa ada usaha lain untuk menjaga hasil keputusannya supaya bisa sukses ia laksanakan. Oleh karena itulah

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

peneliti memasukkan AS pada taraf rendah dalam kontrol pengambilan keputusan.

FB siswa kelas VII B juga masuk pada taraf rendah dalam kontrol keputusan. Hal ini dikarenakan ia juga hanya berfikir pada hal yang menyenangkan dalam memutuskan sesuatu. Selian itu, FB juga kurang bisa mengontrol keputusannya dalam tahap pelaksanaannya. Hal ini terbukti karena dalam menjalankan sebuah keputusannya, ia hanya menjalankan saja tanpa ada usaha lain agar bisa memperlancar dari pelaksanaan keputusan itu. Ia terkesan sering menyia-nyiakan hasil keputusannya. Oleh karena itulah peneliti memasukkan FB pada taraf rendah kontrol keputusannya.

Lain hal dengan siswa-siswa diatas yang masuk pada taraf rendah dalam kontrol keputusannya, hanya LV yang masuk kategori sedang. Hal ini dikarenakan ia tergolong bisa berfikir lebih baik dari mereka (FL, AS, PA, FB) dalam mengambil keputusan. Ia selain berfikir hal yang menyenangkan, juga berfikir tentang manfaat dalam mengambil keputusan. Pertimbangan semacam itu bisa dibilang bagus dalam mengambil keputusan. Akan tetapi dalam tindak lanjut dari keputusannya kurang baik. Hal ini terbukti bahwa ia terlalu yakin bahwa keputusannya ia paling benar, sehingga ia tidak memikir-mikir lagi dalam melaksanakan keputusan itu. Hal ini kurang baik karena bisa saja dalam tahap pelaksanaannya masih membutuhkan perubahan arah dan langkah dari

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

keputusan itu. Oleh karena itulah ia dimasukkan kepada kategori sedang dalam kontrol keputusannya.

Dari penjelsan diatas, peneliti menarik kesimpulan bahwa kontrol diri lima siswa (FL, AS, LV, PA, dan FB) kelas VII SMP Jati Agung Sidoarjo bisa digolongkan kepada rkontrol diri mereka rendah karena dalam analisa kontrol diri diatas, rata-rata mereka rendah dalam kontrol dirinya.

3. Analsisis Layanan Bimbingan Belajar Untuk Meningkatkan *Self-Control* Siswa yang Prokrastinasi Akademik

Pelaksanaan bimbingan belajar untuk meningkatkan kontrol diri lima siswa yang prokrastinasi akademik yakni FL, AS, LV, PA dan FB dilaksanakan dalam dua bentuk yaitu bimbingan belajar klasikal dan kelompok. Bimbingan klasikal memanfaatkan jam pelajaran sebagai media bimbingan belajar yang dicanangkan guru BK yaitu pemberian motivasi belajar kepada siswa sebelum memulai pelajaran. Sedangkan bimbingan belajar secara kelompok dilakukan sendiri oleh guru BK dalam hal ini adalah Pak Abdulloh. Dalam melakukan bimbingan belajar secara kelompok itu, kelompok yang bimbingan belajar itu disesuaikan dengan permasalahan siswa. Sehingga siswa yang memiliki permasalahan yang sama akan dikumpulkan dan dilakukan bimbingan kepada mereka.

a. Analisis Bimbingan Belajar Klasikal

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Dalam bimbingan belajar secara klasikal dilakukan didalam kelas dengan objek adalah semua siswa dalam kelas itu, baik siswa yang tidak memiliki masalah atau memiliki masalah belajar tetap dikenai bimbingan belajar ini. Dalam pemberian semacam itu kalau materinya fokus terhadap suatu permasalahan maka bimbingan klasikan itu tidak efektif. Akan tetapi di SMP Jati Agung materi yang diterapkan dalam kelas itu adalah materi umum yaitu motivasi belajar. Sehingga dalam pemberian layanan itu semua siswa akan dikenai bimbingan motivasi belajar.

Menurut hemat peneliti, pemberian bimbingan semacam itu masih bagus karena materinya adalah hal yang umum sehingga semua siswa, baik yang mempunyai kontrol diri rendah dan melakukan prokrastinasi akademik atau tidak akan merasakan dampak positif dari pemberian motivasi tersebut. Akan tetapi perlakukan dalam pemberian motivasi belajar secara klasikal seperti digambarkan diatas masih kurang efektif karena semua siswa baik yang mempunyai masalah atau tidak diperlakukan sama. Dalam artian, tidak ada penekanan yang lebih kepada siswa mengalami masalah, dalam hal ini adalah siswa yang kontrol dirinya rendah sehingga sering melakukan prokrastinasi akademik. Akan tetapi karena bimbingan belajar di SMP Jati Agung tidak hanya dilakukan dalam kelas dengan melalui pelajaran, sehingga bimbingan belajar secara klasikal itu juga ada banyak manfaat yaitu meningkatkan motivasi belajar.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Orang yang memiliki motivasi belajar, menurut hemat peneliti, pasti akan semangat dalam belajar, kalau sudah memiliki semangat dalam belajar, secara otomatis kontrol diri siswa tersebut terkait dengan tugas-tugas akademik, seperti PR, Mengarang, masuk kelas dan lain sebagainya pasti akan meningkat sehingga mereka tidak akan melakukan penundaan dalam belajar.

b. Analisis Bimbingan Belajar secara Kelompok

Bimbingan belajar secara kelompok diatas menggambarkan bahwa kelompok siswa yang mendapatkan bimbingan belajar itu memiliki kesamaan permasalahan yaitu pelaku prokrastinasi akademik dikarenakan kontrol dirinya rendah.

Dalam gambaran pelaksanaan bimbingan belajar diatas terlihat bahwa metode yang digunakan dalam bimbingan belajar itu adalah lebih kepada metode ceramah, yaitu guru BK aktif memberikan materi-materi untuk meningkatkan kontrol diri siswa yang prokrastinasi akademik. Sementara siswa yang dikenai bimbingan belajar itu terlihat pasif dan mengikuti begitu saja bimbingan yang dilakukan oleh guru BK itu.

Menurut peneliti, pemberian metode ceramah itu dilakukan karena sebelumnya guru BK telah mendalami permasahan yang dialami oleh lima siswa tersebut. Dalam pendalaman masalah yang dilakukan oleh guru BK itu, menyimpulkan bahwa mereka melakukan prokrastinasi akademik dikarenakan kontrol diri mereka rendah sehingga tidak ada proses

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

pengendalian yang baik terhadap tugas yang dimilikinya. Karena masalahnya sudah jelas, maka guru BK tinggal memberikan layanan untuk mengatasi masalah itu dalam bentuk ceramah.

Materi yang diberikan dalam bimbingan belajar adalah motivasi belajar, menagemen waktu, cara membuat keputusan dan diakhiri dengan penandatanganan komitmen siswa.

Materi motivasi belajar dilakukan untuk membuat meningkatkan kontrol diri siswa tersebut sekilas tidak ada hubungannya dengan peningkatan kontrol diri. Akan tetapi kalau dilihat lebih dalam, siswa yang kontrol dirinya rendah dalam mengerjakan tugas sekolah salah satu faktor menurut hemat peneliti adalah kurang motivasi belajar. Siswa yang kurang motivasi dalam belajar akan mengakibatkan kepada pengabaian terhadap tugas-tugas belajarnya. Pada saat itulah, karena sering mengabaikan terhadap tugas yang seharusnya dikerjakan, siswa tersebut akhirnya kontrol dirinya semakin rendah. Sehingga menurut hemat peneliti, pemberian materai motivasi untuk meningkatkan kontrol diri siswa yang prokrastinasi akademik cukup relevan dan peneliti yakin pasti ada manfaatnya.

Materi menegemen waktu yang dilanjutkan dengan menegemen tugas menurut hemat peneliti sangat relevan untuk mengembangkan kontrol diri siswa yang prokrastinasi akademik. Hal ini terjadi karena rata-rata mereka yang kontrol dirinya rendah tidak tahu cara membagi waktu

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dan sering mengabaikan tugas karena bermain dengan teman-temannya. Menurut hemat peneliti, siswa yang rendah kontrol dirinya akan sering melakukan penundaan tugas karena menegemen waktunya kurang baik. Oleh karena itulah pemberian materi menegemen waktu dirasa akurat dalam meningkatkan kontrol diri siswa yang prokrastinasi akademik. Hanya saja dalam pemberian materi ini, guru BK hanya fokus pada kegunaan mengatur waktu saja sedangkan cara membuat waktu teratur guru BK tidak menjelaskan. Akan tetapi, pada akhirnya siswa diharapkan membuat jadwal harian sebagai bentuk komitmen dalam mengatur waktunya. Akan tetapi itu semua hanya sebatas anjuran dan lima siswa itu tidak langsung dilatih membuat jadwal harian.

Selain menegemen waktu, guru BK juga memberikan pelajaran bagaimana mengatur tugas dan bagaimana cara mengerjakan tugas. Dalam materi ini yang mencolok dari penjelesan guru BK adalah mengerjakan tugas dari yang paling mudah baru kemudian soal-soal yang dirasa sulit, kalau dirasa sulit lima siswa itu diharapkan bertanya kepada teman-temannya atau bahkan kepada guru-gurunya. Dalam memberikan materi pengaturan tugas itu, menurut peneliti guru BK terlalu otoriter dalam artian terlalu memaksakan pemahamannya kepada lima siswa tersebut. Karena bagi peneliti, bisa saja diantara lima siswa itu ada saja yang mempunyai trik tersendiri untuk mengerjakan tugas tanpa harus mengurut dari soal yang paling mudah. Akan tetapi meskipun demikian, pemberian

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

materi menegemen tugas itu menunjukkan bahwa tugas itu perlu diatur agar tidak terbengkalai serta akan berguna bagi siswa, utamanya siswa yang kontrol dirinya rendah.

Materi selanjutnya adalah cara membuat keputusan. Menurut hemat peneliti, Materi itu sangat relevan karena dalam wawancara yang peneliti lakukan dengan lima siswa itu menunjukkan bahwa mereka tergolong pada siswa yang kurang bisa membuat keputusan yang tepat. Dalam pemberian materi cara membuat keputusan, guru BK menjelaskan bahwa ketika membuat keputusan yang harus diperhatikan adalah manfaat dari keputusan itu. Penekanan materi ini cukup bagus karena mereka dalam membuat keputusan hanya berorientasi kepada hal-hal yang menyenangkan. Dengan pemberian pemahaman semacam itu, menurut hemat peneliti, siswa itu akan mulai merubah pertimbangnya dalam membuat keputusan yang hanya didasarkan kepada yang menyenagkan. Selain itu, guru BK juga menjelaskan bagaimana menjalankan keputusan itu. Menurut guru BK, keputusan yang telah dibuat dengan pertimbangan matang harus dikerjakan meskipun pahit dalam melaksanakannya. Bagi peneliti itu cukup bagus karena mereka juga kurang bisa menindak lanjuti hasil keputusannya.

Materi terakhir adalah penandatanganan komitmen siswa yang dilakukan oleh lima siswa itu dan diketahui oleh guru BK. Materi ini cukup menarik karena lima siswa itu dibuatkan pernyataan yang harus

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dilakukan. Hal ini bagus karena bagi peneliti, dengan adanya surat komitmen siswa itu akan membuat siswa berfikir berkali-kali untuk melakukan tindakan yang tidak sesuai dengan pernyataan yang telah ditanda tangani dihadapan guru BK.

Dari hasil analisa diatas menunjukkan bahwa layanan bimbingan belajar untuk meningkatkan kontrol diri siswa yang prokrastinasi akademik menunjukkan bahwa ada *i'tikat* baik dari guru BK untuk mengatasi masalah tersebut. Hanya saja metode yang digunakan kurang baik, karena yang lebih aktif adalah guru BK itu sendiri sedangkan siswa terlihat pasif didepan guru BK. Akan tetapi meskipun demikian pemberian bimbingan belajar itu menurut hemat peneliti sangat bermanfaat bagi mereka.

Kekurangan dalam pelaksanaan bimbingan belajar di SMP Jati Agung selain karena metodenya hanya menggunakan ceramah yang menuntut guru BK aktif, juga kurang dalam hal administrasi. Layanan bimbingan belajar yang dilakukan oleh guru BK itu sama sekali tidak ada satuan layanannya yang seharusnya setiap kegiatan yang dilakukan guru BK seharusnya ada satlan tersebut. Sehingga karena tidak ada panduan layanan berupa satlan itu, kelihatannya dalam memberikan layanan guru BK hanya asal-asalan. Karena tidak ada panduan berupa satlan. Akan tetapi dilihat dari penjelsan materinya, meskipun tidak ada satlannya, menurut hemat peneliti masih sangat relevan untuk meningkatkan kontrol diri siswa yang prokrastinasi akademik.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. SMP Jati Agung (*Islamic Full Day School*) tepatnya di kelas VII terdapat lima siswa yang masuk pada kategori prokrastinasi akademik, dengan rincian kelas VII A terdapat tigas siswa yaitu FL, AS dan LV sedangkan kelas VII B terdapat dua siswa yaitu PA dan FB. Mereka tergolong tinggi perilaku prokrastinasi akademiknya dikarenakan hampir semua ciri-ciri dari prokrastinasi mereka lakukan.

   Adapun ciri-ciri prokrastinasi akademik yang mereka lakukan adalah menunda-nunda pengerjaan tugas yang diberikan sekolah atau guru, terlambat mengumpulkan tugas, terlambat mengikuti pelajaran atau kegiatan sekolah lainnya, belajar hanya ketika mau ujian atau ulangan dan lebih suka bersenang-senang dari pada belajar serta lebih banyak berencana dari pada langsung mengerjakan tugas. Hal itu disebabkan karena tidak bisa membagi waktu, takut salah dan malas mengerjakan tugas.

2. *Self-Control* lima siswa kelas VII (FL, AS, LV, PA dan FB) tergolong rendah. Hal itu dikarenakan ciri-ciri kontrol diri yakni kontrol perilaku, kontrol kognitif dan kontrol keputusan mereka tergolong rendah. Sehingga karena mereka kontrol dirinya rendah, maka tugas-tugas yang diberikan sekolah tidak

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

diperhatikan dan dikalahkan oleh kegiatan lain seperti bermain dan lain sebagainya. Maka pada akhirnya mereka lalai terhadap tugas sekolahnya.

3. Layanan bimbingan belajar yang dilakukan SMP Jati Agung untuk meningkatkan kontrol diri lima siswa kelas VII (FL, AS, LV, PA dan FB) menggunakan dua bentuk bimbingan belajar yaitu klasikal dan kelompok. Bimbingan belajar secara klasikal dilakukan oleh guru mata pelajaran yang materi bimbingannya adalah motivasi belajar sebelum memulai pelajaran. Sedangkan bimbingan belajar secara kelompok dilakukan oleh guru BK berdasarkan masalah yang dialami siswa. Dalam artian, siswa yang mengalami masalah yang sama dikumpulkan untuk diberikan bimbingan. Salah satu buktinya adalah bimbingan belajar bagi siswa yang kontrol dirinya sehingga melakukan prokrastinasi akademik. Bimbingan itu dilakukan dengan memberikan materi motivasi belajar, managemen waktu dan tugas, cara mengambil keputusan serta dibuatkan kometmen siswa yang harus ditanda tangani oleh siswa yang mempunya masalah.

B. Saran

1. Bagi Guru Bimbingan Konseling
   a. Guru Bimbingan dan Konseling di SMP Jati Agung dalam memberikan layanan bimbingan belajar untuk meningkatkan *self-control* siswa yang prokrastinasi akademik terlihat sangat aktif dan kliennya pasif. Sebaiknya dalam memberikan bimbingan, guru BK berusaha agar kliennya bisa aktif.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b. Layanan bimbingan belajar yang diberikan oleh guru BK kepada siswa yang prokrastinasi akademik karena kontrol dirinya rendah, terlihat guru BK terlalu memaksakan solusi untuk dikerjakan oleh siswa tersebut. padahal seharusnya dalam bimbingan konseling solusi harus ditemukan oleh siswa yang bermasalah itu sedangkan guru BK hanya mengarahkan agar siswa tersebut menemukan jalannya sendiri untuk meningkatkan kontrol diri mereka.

2. Bagi SMP Jati Agung

   Personel bimbingan konseling sebaiknya ditambah, karena kalau guru BK hanya sendiri, maka untuk merencanakan program-program bimbingan merasa kesulitan, apa lagi guru BK SMP Jati Agung masih diberi beban mengajar SKI.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

   Penelitian ini hanya sebatas menjelaskan secara kualitatif dalam artian hanya memberikan gambaran umum pelaksanaan bimbingan belajar untuk meningkatkan kontrol diri siswa yang prokrastinasi akademik. Maka, untuk selanjutnya perlu diteliti secara kuantitatif dalam artian perlu diukur tingkat efektif dan efisiensinya dari layanan bimbingan belajar untuk meningkatkan kontrol diri siswa yang prokrastinasi akademik.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR PUSTAKA

Abdillah, Husni dan Diana Rahmasari. 2010. *Penerapan Konseling Kelompok Kognitif-Perilaku Untuk Menurunkan Perilaku Prokrastinasi Siswa*. Jurnal Psikologi Unesa, Volume 11 no 2 Desember 2010. (Online). Diambil dari http://ppb.jurnal.unesa.ac.id/lib/ diakses pada 15/05/2012.

Arikunto, Suharsimi. 1993. *Prosedur Penelitian Usaha Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.

Bungin, Burhan. 2011. *Metodologi Penelitian Sosial.* Surabaya: Airlangga University Press.

Corey, Gerald. Penerjemah E. Koswara. 2009. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: Refika Aditana.

Dewi, Winda Kartika. 2001. *Hubungan Kontrol Diri Wanita Berjilbab dengan Kebutuhan Interaksi Heteroseksual.* Skripsi Fak.Psikologi Untag Surabaya.

Djamarah, Syaiful Bahri. 1994. *Psikologi Belajar*. Surabaya: Usaha Nasional.

Ghufron, M. Nur dan Rini Risnawita S. 2011. *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.

Ghufron, M. Nur. 2003. *Hubungan Kontrol Diri dan Persepsi Remaja Terhadap Penerapan Disiplin Orangtua dengan Prokrastinasi akademik.* Tesis UGM Yogyakarta. (Online) Diambil dari http://www.damandiri.or.id/detail.php?id=303 diakses pada 10/05/2012.

Hamalik, Oemar . 2007. *Psikologi Belajar & Mengajar*. Bandung: Sinar Baru Algesindo.

Jamilah, Siti Annisah. 2010. *Profil prokrastinasi akademik siswa dan implikasinya bagi program bimbingan akademik*. Skripsi UPI Bandung. (Online). Tersedia di http://repository.upi.edu/skripsiview.php?no_skripsi=11219 diakses pada 20/04/2012.

Kartono, Kartini dan Dali Gulo. 1987. *Kamus Psikologi.* Bandung: Pionir Jaya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Knoers, F.J.Monk-A.M.P. dan Haditomo, Siti rahayu. 2006. *Psikologi Perkembangan*. Yogyakarta: Gadjah Madah University Press.

Margono, S. 1997. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: PT.Rineka Cipta.

Moleong, Lexy J. 1999. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.

Nawawi, Hadari Martini Hadari. 1995. *Instrumen Penelitian Bidang Sosial*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.

Novian, Rendera. 2010. *Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik Siswa (Studi Deskriptif pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 18 Bandung Tahun Ajaran 2009/2010).* Skripsi UPI Bandung (Online) Tersedia di http://repository.upi.edu/skripsiview.php?no_skripsi=4231 diakses 28/04/2012

Nurihsan, Ahmad Juntika. 2006. *Bimbingan dan konseling dalam Berbagai Latar Kehidupan*. Bandung: Refika Aditama.

Nurihsan, Juntika. 2003. *Dasar-Dasar Bimbingan dan konseling.* Jakarta: Mutiara.

Nurihsan, Juntika. 2003. *Dasar-Dasar Bimbingan dan konseling.* Jakarta: Mutiara.

Partanto, Pius A. dan M. Dahlan Al. Barry. 1994. *Kamus Ilmiah Populer*, Surabaya: Arkola.

Prayekti, Lidya RR. 2008. *Profil Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa Sekolah Dasar*. Skripsi UPI Bandung (Online) dalam http//repository.upi.edu diambil pada 29/04/2012.

Prayitno dan Erman Anto. 2001. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling.* Jakarta : PT. Rineka Cipta.

Prijosaksono, Aribowo. *Kuasai dan Kendalikan Dirimu* . diambil dalam http://www.sinarharapan.co.id/ ekonomi/mandiri/2012/0160/man01.html) diakses pada 11/04/2012.

Priyatno dan Erman Amti. 1999. *Dasar-Dasar Bimbingan Belajar dan Konseling* Jakarta: Rineka Cipta.

Rahman, Arif. 1982. *Pengantar Penelitian dan Pendidikan*. Surabaya: Usaha Nasional.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Septiawan, Taofiq. 2011. *Program Bimbingan Belajar Berdasarkan Profil Gaya Belajar Dalam Meningkatkan Prestasi Belaja.* Skripsi FIP UPI Bandung (Online) diambil dari http://repository.upi.edu/skripsiview.php?no_skripsi=6982 diakses pada 20/05/2012

Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan.* Bandung: Alfabeta.

Sukardi, Dewa Ketut dan Desak P. E. Nila Kusmawati. 2009. *Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah.* Jakarta: Rineka Cipta.

Sukardi, Dewa Ketut. 2000. *Psikologi Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah.* Jakarta : Rineka Cipta.

Sukardi, Dewa Ketut. 2002. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah.* Jakarta: Rineka Cipta.

Ulfa, Maria. 2011. *Perbedaan Prokrastinasi Kerja Ditinjau dari Gaya Kepemimpinan Tranformasional dan Gaya Kepemimpinan Transaksional Pada Karyawan.* Skripsi Fak. Dakwah IAIN Sunan Ampel Surabaya.

Utami, Sifa. 2008. *Pengembangan Program Bimbingan Belajar Untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Akademik Santri.* Skripsi, FIB UPI Bandung (Online). diambil http://repository.upi.edu/skripsiview.php?no_skripsi=10706 pada 20/05/2012.

Wardati dan Mohammad Jauhar. 2011. *Implementasi Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Prestasi Pustaka.

Willis, Sofyan S. 2010. *Konseling Individual; Teori dan Praktek*. Bandung: Alfabeta.

Winkel, WS. 1997. *Bimbingan dan Konselin di Institusi Pendidikan*. Jakarta: Grasindo.

Wirawan, Sarlito. 1994. *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

Yusuf, Syamsul L.N. 2001. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja.* Bandung: Rosda Karya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id