

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan merupakan suatu proses pembelajaran yang berlangsung seumur hidup. Pendidikan dapat berlangsung di sekolah, di rumah, atau di tempat kerja. Pendidikan terbagi atas pendidikan formal atau informal yang berguna untuk memperoleh pengetahuan, keterampilan, dan nilai. Pendidikan juga dapat membantu kita mengembangkan pemikiran kritis, pemecahan masalah, dan keterampilan komunikasi. Hal inilah yang penting bagi semua orang, apapun latar belakang dan kemampuannya dimana dengan menempuh pendidikan, individu mencapai potensi serta membuat dunia menjadi tempat yang lebih baik. Proses pengembangan potensi secara akademik maupun non akademik dilakukan melalui pendidikan yang berlangsung selama kehidupan berlangsung.

Berjalannya pendidikan, segala bentuk ilmu pengetahuan, informasi, keterampilan hingga relasi akan diperoleh baik melalui pendidikan formal maupun pendidikan informal. Proses Pendidikan formal meliputi pemberian materi, pemberian tugas hingga diperoleh hasil penilaian yang selanjutnya akan dimuat dalam laporan hasil belajar (*raport*). Metode pembelajaran yang beragam dan menyesuaikan rancangan kurikulum terbaru yang diterapkan oleh Pemerintah melalui Kementrian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (Kemendikbudristek) mulai jenjang Taman kanak-kanak, Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP), Sekolah Menengah Atas (SMA) dan sederajat hingga jenjang Perguruan Tinggi.

Salah satu jenjang formal pendidikan yang dapat ditempuh adalah Sekolah Menengah Atas (SMA) dan sederajat. Metode pembelajaran yang telah meningkat dibandingkan tingkatan sebelumnya (SD dan SMP) yang menjadikan siswa harus lebih mandiri dalam belajar. Metode-metode pembelajaran tradisional dimana guru memberikan ceramah materi lalu diberikan tugas merupakan salah satu yang telah biasa dilakukan. Guru yang memberikan tugas sesuai dengan materi yang dibuat berdasarkan kurikulum yang disusun oleh Kemendikbudristek selaku lembaga yang berwewenang dalam pendidikan di Indonesia.

Pemberian materi oleh tenaga pendidik seperti guru atau mentor kepada murid merupakan hal yang lumrah terjadi. Murid yang menerima materi pelajaran dapat mengatur secara mandiri, seperti mencatat materi kedalam buku catatan. Seiring perkembangan teknologi, pemberian tugas sudah mulai memanfaatkan perangkat elektronik seperti laptop. Murid mulai diajarkan bagaimana caranya penerapannya. Materi pembelajaran yang sudah mulai diakses dari internet hingga pelaksanaann ulangan atau ujian melalui aplikasi atau website tertentu. Memasuki pandemi covid-19, metode pembelajaran tradisional terpaksa harus dialihkan sepenuhnya ke metode digital. Siswa yang sebelumnya telah diperkenalkan metode pembelajaran digital dengan menggunakan alat teknologi infromasi (TIK) seperti laptop dan *handphone* membutuhkan pengaturan sistem pembelajaran secara mandiri sehingga tercapainya tujuan belajar selama terjadinya covid-19.

Pembelajaran daring berpotensi kurang efektif jika siswa sering terlibat dalam kegiatan lain selama kelas *online*. Akibatnya siswa dapat kehilangan fokus terhadap materi atau tugas yang diberikan guru. Fakta di lapangan menunjukkan banyak siswa yang kurang mendapat pengawasan dari orang tua saat mengikuti pembelajaran daring, sehingga mengakibatkan kecenderungan siswa untuk menunda-nunda belajar dan menyelesaikan tugas. Penundaan tugas yang dilakukan di lain waktu disebut prokrastinasi akademik (Afandy & Fuat, 2021). Fenomena prokrastinasi akademik tersebut terjadi seiring dengan budaya pembelajaran siswa yang sebagian besar tinggal di pondok pesantren dan kurang mendapat perhatian dari orang tua.

Pelaksanaan jam belajar selama pandemi covid-19 menyesuaikan dengan kebijakan pemerintah, yang selanjutnya lembaga diberikan kewenangan dalam mengatur jam belajar sesuai dengan kemampuan siswa (Afandy & Fuat, 2021). Dalam perspektif Moore (Afandy & Fuat, 2021) pembelajaran daring mengacu pada bentuk pembelajaran yang memanfaatkan jaringan internet, menekankan pada aksesibilitas, konektivitas, fleksibilitas, dan kemampuan menyediakan berbagai jenis interaksi pembelajaran. Salah satu kelemahan pembelajaran daring seperti disebutkan Pangondian et al. (Afandy & Fuat, 2021) adalah siswa yang

kurang termotivasi dan berisiko mengalami kegagalan. Kurangnya motivasi juga dapat mengakibatkan penundaan yang dipengaruhi oleh karakteristik dan jenis tugas yang ada. Tugas-tugas yang memerlukan pemikiran abstrak atau pemahaman konsep tersebut seringkali tidak disukai oleh sebagian besar siswa sehingga mendorong mereka untuk menghindari penyelesaiannya, dimana hal ini biasa disebut dengan *task aversiveness*. Penelitian yang dilakukan Tunjung (Afandy & Fuat, 2021) pada jenjang pendidikan menengah atas (SMA) menunjukkan bahwa tingkat prokrastinasi akademik dinilai sangat tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa sebelum adanya pandemi Covid-19, prokrastinasi akademik di kalangan mahasiswa tergolong tinggi. Sejumlah strategi telah diterapkan untuk mengatasi prokrastinasi akademik dalam kondisi normal sebelum pandemi. Mufidah (Afandy & Fuat, 2021) misalnya, menunjukkan bahwa teknik *self-regulated learning* (SRL) merupakan teknik yang paling efektif untuk mengurangi prokrastinasi akademik siswa.

Kemandirian dalam belajar bagi siswa yang menggunakan metode daring atau pembelajaran jarak jauh (PJJ) hendaknya terus berjalan hingga berlakunya masa transisi dari metode Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) atau pembelajaran daring yang memanfaatkan kecanggihan teknologi komunikasi Pemanfaatan fitur aplikasi *video conference*, *group chat*, dan media lainnya ke metode pembelajaran secara tatap muka yang menuntut siswa untuk beradaptasi dengan berbagai kegiatan dalam proses pembelajaran seperti tugas, ujian, hingga pemberian materi Pelajaran. Keadaan peralihan seperti ini mengharuskan siswa untuk mengandalkan kemandirian belajar yang tertata, karena perubahan kebiasaan belajar yang sebelumnya dilakukan dari rumah hingga saat ini kembali belajar di lingkungan sekolah.

Kemandirian belajar atau *self-regulated learning* yaitu dimana siswa mengatur dan mengontrol proses pembelajarannya sendiri sebagai persiapan dasar yang diperlukan siswa untuk menghadapi persyaratan tugas meliputi kemampuan dan keterampilan dalam mengatur kegiatan belajar, mengendalikan perilaku belajar, dan memiliki pemahaman tentang tujuan, arah, dan sumber yang

menunjang proses pembelajaran. Permasalahan belajar seringkali berkaitan dengan kemampuan pengaturan diri, oleh karena itu siswa perlu memiliki kemampuan pengaturan diri atau *self-regulated learning* (SRL). Kemampuan ini memungkinkan siswa untuk mengelola dan mengarahkan dirinya sendiri, terutama ketika dihadapkan pada tugas-tugas yang memiliki kesukaran tertentu (Ilyas, 2016).

Berdasarkan observasi dan wawancara yang dilakukan pada 22 Januari 2022 terhadap responden belajar melalui metode tersebut selama kurang lebih satu tahun terakhir. Responden wawancara yang merupakan siswa MAN disertai memiliki kegiatan di pondok pesantren masing-masing sekaligus sebagai anggota organisasi internal sekolah. Dari hasil wawancara menunjukkan kelima responden merasa kesulitan dalam memahami materi pada beberapa pelajaran yang berkaitan dengan perhitungan seperti fisika dan matematika. Para responden menceritakan tentang guru yang menyampaikan materi secara monoton dan kurang interaksi sehingga semakin menyulitkan memahami materi dan mengikuti alur pembelajaran yang diterapkan oleh gurunya.

Kesulitan yang dialami mendorong masing-masing responden melakukan perencanaan dalam belajarnya. Perencanaan belajar yang semestinya meliputi membuat catatan, berdiskusi bersama teman yang lebih paham, hingga mengerjakan latihan soal sendiri telah dilakukan, namun menurut responden hal tersebut dirasakan kurang efektif dan memunculkan permasalahan baru yaitu perilaku menunda-nunda (*prokrastinasi akademik*) dalam mengerjakan tugas. Banyaknya tugas-tugas yang mengharuskan untuk ekstra dalam mengerjakan sehingga menyebabkan gangguan secara fisik maupun psikis seperti perasaan cemas dan pusing. Kelima responden menunda dengan melakukan kegiatan yang dianggap lebih menyenangkan seperti bermain dengan teman, mendaki gunung, membeli makanan kesukaan hingga tidur sampai merasa ingin mengerjakan tugas, akan tetapi dibalik itu responden menunda kembali tugas sebelumnya.

Berdasarkan hasil wawancara studi pendahuluan menunjukan adanya fenomena perilaku yang cenderung lebih menggunakan waktu untuk hiburan

dibandingkan urusan akademis. Hal ini tercermin dari kebiasaan mereka berjalan-jalan di pusat perbelanjaan atau *plaza*, menonton televisi berjam-jam, suka begadang, kecanduan *game online*, dan kebiasaan menunda-nunda pekerjaan. Ketika seorang siswa tidak efektif dalam mengatur waktu, seringkali ia menghabiskannya untuk kegiatan yang kurang produktif sehingga menyebabkan pemborosan waktu yang disebut dengan prokrastinasi. Dampak prokrastinasi melibatkan keterbengkelaiannya tugas sekolah dan potensi hasil penyelesaian yang kurang maksimal, yang dapat menyebabkan kegagalan atau hambatan bagi seorang siswa dalam mencapai kesuksesan (Ilyas, 2016).

Prokrastinasi akademik merupakan permasalahan yang terjadi seiring dengan rendahnya kemandirian belajar (*self-regulated learning*) lantaran materi pembelajaran, tugas, hingga ujian yang sulit. Peran kemandirian belajar (*self-regulated learning*) yang kurang efektif berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik didukung penelitian yang menyatakan ada hubungan negatif yang signifikan antara *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik (Ilyas, 2016; Pradnyaswari & Susilawati, 2019; Rizkyani et al., 2021). Hal tersebut menghasilkan pernyataan jika semakin tinggi *self-regulated learning* maka semakin rendah prokrastinasi akademik siswa. Sebaliknya jika kemandirian belajar (SRL) rendah, maka semakin tinggi pula prokrastinasi akademik siswa (Savira & Suharsono, 2013). Berdasarkan hasil penelitian Mufidah (Afandy & Fuat, 2021) disimpulkan terdapat hubungan antara teknik SRL dengan prokrastinasi siswa yang dibuktikan dengan adanya perbedaan yang signifikan antara hasil pretest dan posttest dengan taraf signifikansi 5%.

Berdasarkan fenomena Prokrastinasi yang disebabkan kurang efektifnya kemandirian belajar (*self-regulated learning*) pada responden, peneliti bermaksud mengadakan penelitian eksperimental melalui pelatihan *self regulated learning* sebagai bentuk mengatasi masalah prokrastinasi (Ulum, 2016). Pelatihan yang akan melibatkan siswa ini akan dirancang dengan modifikasi dan variasi tertentu yang sesuai dengan kendala pada responden studi pendahuluan dalam menjalankan kemandiriannya saat belajar, seperti sulit memahami materi secara

autodidak, sulit menentukan *to do list* dalam mengerjakan tugas, serta pelatihan sederhana yang berguna dalam menyelesaikan banyak tugas dalam waktu bersamaan. Pelatihan *self-regulated learning* yang dirancang akan memodifikasi metode pelatihan Ulum (2016) pada mahasiswa, dimana esensi dan kemandirian dalam belajar dianggap relevan dengan kondisi pembelajaran yang belum sepenuhnya dikuasai oleh siswa.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, diperoleh rumusan masalah pada penelitian ini antara lain:

1. Bagaimana peran Pelatihan *Self-Regulated Learning* dalam menurunkan Prokrastinasi Akademik?
2. Bagaimana perbedaan tingkat prokrastinasi akademik dari kelompok eksperimental dan kelompok kontrol

C. Tujuan

Berdasarkan rumusan masalah diatas, diperoleh tujuan penelitian ini antara lain:

1. Mengetahui peran Pelatihan *Self-Regulated Learning* dalam menurunkan Prokrastinasi Akademik.
2. Mengetahui perbedaan tingkat prokrastinasi akademik dari kelompok eksperimental dan kelompok kontrol.

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan menjadi salah satu referensi dan pengembangan variasi metode pelatihan *self-regulated learning* terhadap para siswa dalam menurunkan prokrastinasi akademik.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi siswa

Pelatihan ini bermanfaat untuk meningkatkan *self regulated learning* (kemandirian belajar siswa) dan mengurangi prokrastinasi akademik dalam proses pembelajaran sehari-hari.

b. Bagi Orang Tua

Pelatihan ini bermanfaat supaya orangtua memberikan perhatian yang mendukung efektifnya kemandirian siswa dalam menjalankan pembelajaran akademik.

c. Bagi Guru

Pelatihan ini bermanfaat supaya guru dapat memahami pentingnya dukungan kemandirian dalam proses pembelajaran, serta dukungan pengaturan emosi diri seorang siswa demi kelancaran proses pembelajaran akademik di sekolah.

d. Bagi Sekolah

Bagi sekolah supaya merancang metode pembelajaran yang efektif dan efisien dalam meningkatkan kemandirian sehingga diharapkan dapat menurunkan prokrastinasi siswa, serta senantiasa menyeimbangkan kegiatan akademik dan *non* akademik yang terdapat di sekolah.

e. Bagi Penelitian Selanjutnya

Pelatihan ini diharapkan bermanfaat sebagai gambaran pelatihan *self-regulated learning* dan regulasi dalam menurunkan prokrastinasi akademik pada siswa dengan menggunakan pendekatan quasi-eksperimental dengan desain penelitian dan teknik sampling yang lebih variatif dan sesuai dengan keadaan saat penelitian berlangsung.

