

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan tempat atau sarana yang sangat krusial untuk membuka mata bagi setiap insan manusia. Pendidikan dalam hidup dimulai dari ilmu agama, ilmu pengetahuan dan ilmu keterampilan. Ilmu agama dapat dimaknai sebagai pedoman atau arahan ilmu dunia dan akhirat. Ilmu pengetahuan sebagai wadah untuk menjelajahi dunia. Ilmu agama dan ilmu pengetahuan tentunya harus saling beriringan agar memiliki pewaris masa depan bangsa yang cerdas dan berperilaku baik sesuai syariat. Pondok pesantren merupakan wadah atau sarana yang tepat untuk dapat menimba ilmu agama dan ilmu pengetahuan agar santri mendapatkan akhlak yang baik serta memiliki ilmu pengetahuan umum dan keahlian yang mumpuni. Masyarakat pada umumnya memiliki pandangan bahwa Pondok Pesantren merupakan lembaga untuk mendapatkan ilmu pengetahuan yang mendalam tentang ajaran-ajaran Islam berupa mendalami isi dan makna dari Al-Qur'an, menghafal Al-Qur'an dan Hadits, mengaji kitab, dan menjalankan sunnah-sunnah-Nya.

Pondok pesantren adalah salah satu fasilitas bagi santri untuk menjalani pendidikan formal dan non formal. selama ini pendidikan di pondok pesantren masih diidentikkan hanya pada pendidikan agama saja padahal bukan hanya itu saja yang ada pada pembelajaran dalam pondok pesantren. Inovasi pondok pesantren pada saat ini sudah jauh lebih maju, yang sebelumnya pondok pesantren hanya ada pendidikan ilmu agama saja kini sudah banyak lembaga pondok pesantren menyuguhkan pendidikan umum atau pendidikan formal yang dapat

diistilahkan juga dengan pendidikan kesetaraan. Syarat pendidikan formal pada pondok pesantren harus berada di lingkungan pondok pesantren itu sendiri tidak boleh diluar pondok pesantren. Pendidikan formal dalam pondok pesantren merupakan sistem pendidikan yang difokuskan pada pembelajaran agama Islam dan ilmu-ilmu tradisional islam seperti tafsir, hadits, fiqih, Aqidah dan bahasa Arab. Pendidikan formal di pondok pesantren melakukan pembelajaran secara teratur dan terencana biasanya dengan menggunakan kurikulum khusus yang menekankan pada pemahaman dan penerapan ajaran Islam dalam kehidupan sehari-hari.

Pendidikan non formal dalam pondok pesantren meliputi berbagai hal kegiatan yang tidak sepenuhnya ada pada kurikulum formal seperti kelas konvensional contoh pendidikan non formal yang ada di dalam pondok pesantren adalah kajian kitab yang mempelajari kalimat atau syair-syair klasik dengan bimbingan guru atau kyai, kajian tafsir Al-Qur'an yang sering dilakukan dengan tujuan memahami lebih dalam ajaran-ajaran Islam yang sudah terkandung dalam kitab suci Al-Qur'an secara benar dan dapat diterapkan dalam kehidupan santri sehari-hari, tahfidz Al-Qur'an ini merupakan kegiatan wajib yang ada di dalam pondok pesantren di mana seorang santri akan menghafal surah Al-Qur'an yang sudah ditentukan oleh guru yang nantinya akan disetorkan kembali hafalannya kepada guru atau ustadz/ustadzah. Banyaknya kegiatan dalam pondok pesantren ini yang menjadi pembeda dengan Pendidikan umum di sekolah dengan Pendidikan di pondok pesantren. Hal tersebut menimbulkan dampak pada santri seperti menunda-nunda atau bisa disebut dengan prokrastinasi, penundaan tersebut muncul karena beberapa sebab salah satunya adalah kegiatan yang banyak di dalam pondok pesantren.

Dalam Pondok Pesantren Al-Hikmah, prokrastinasi akademik atau menunda-nunda tugas akademik masih ditemukan permasalahan yang nyata di kalangan santri terutama pada santri kelas IX MTs di Pondok Pesantren Al-Hikmah yaitu permasalahan santri yang gagal dalam mengelola waktu dengan baik. Santri yang melakukan prokrastinasi ini menyadari bahwa tugas yang dihadapinya harus segera diselesaikan akan tetapi pelaku prokrastinasi menahan diri untuk tidak mengerjakan dan menyelesaikannya. Pelaku prokrastinasi juga mengalami kesulitan untuk mengerjakan tugas tepat waktu hal ini membuat santri yang melakukan prokrastinasi gagal dalam menargetkan waktu yang diperlukan dalam menyelesaikan tugasnya. Santri hanya membuat rencana untuk mengerjakan tugas, namun ketika waktu belajar yang direncanakan tiba, santri belum juga mengerjakan tugas seperti yang sudah direncanakan, sehingga hal ini menyebabkan keterlambatan dalam mengumpulkan tugas. Masalah ini akan terus terjadi di Pondok Pesantren Al-Hikmah apabila tidak segera diatasi. Salah satu penyebab utama dari prokrastinasi akademik di kalangan santri adalah kurangnya manajemen waktu yang efektif. Sebagai santri, mereka tidak hanya menghadapi tugas akademik, tetapi juga kegiatan keagamaan dan kehidupan pesantren yang padat, seperti shalat berjamaah, mengaji, serta kegiatan ekstrakurikuler lainnya. Padatnya jadwal ini sering kali membuat santri kesulitan dalam membagi waktu antara kewajiban akademik dan aktivitas harian lainnya. Akibatnya, banyak santri yang menunda tugas akademik hingga batas waktu pengumpulan hampir habis, yang kemudian berujung pada hasil yang kurang maksimal.

Pondok pesantren Al-Hikmah merupakan lembaga Pendidikan berbasis agama yang memiliki visi untuk mencetak generasi yang

unggul dalam ilmu agama dan akademik. Dengan lingkungan yang disiplin dan nuansa keislaman yang kuat, Pondok Pesantren Al-Hikmah ini memberikan Pendidikan kepada para santri dari berbagai jenjang, termasuk tingkat Madrasah Tsanawiyah (MTs). Namun, di Tengah sistem Pendidikan yang ketat dan penuh nilai-nilai disiplin, masih terdapat permasalahan yang dihadapi oleh sebagian santri, salah satunya adalah prokrastinasi akademik atau kebiasaan menunda tugas akademik. Prokrastinasi akademik masih menjadi tantangan nyata di kalangan santri, terutama bagi santri kelas IX MTs di Pondok Pesantren Al-Hikmah. Santri, terutama bagi santri kelas IX MTs di Pondok Pesantren Al-Hikmah. Santri yang mengalami prokrastinasi akademik ini umumnya menghadapi kesulitan dalam mengelolah waktu dengan baik. Meskipun mereka menyadari bahwa tugas yang diberikan harus segera diselesaikan, mereka cenderung menahan diri untuk tidak langsung mengerjakan tugas tepat waktu, namun ketika saatnya tiba, mereka justru menunda-nunda dan mencari alasan lain untuk tidak segera menyelesaikan tugas yang diberikan.

Prokrastinasi artinya menunda pekerjaan atau lebih memilih mengerjakan di esok hari dan dilakukan secara berulang-ulang. Prokrastinasi sering kali dianggap sebagai tantangan yang biasa dikalangan siswa atau santri di berbagai sektor Pendidikan. Prokrastinasi akademik dapat menimbulkan stress, kecemasan dan penurunan kinerja akademik. Prokrastinasi dalam perspektif Islam adalah Rasulullah SAW sangat melarang dalam mengundur suatu pekerjaan yang bisa dilakukan pada saat itu juga, tetapi pelaku prokrastinasi lebih suka melakukan aktivitas lain yang kurang efektif. Prokrastinasi yang dilakukan oleh remaja pada santri di pesantren jika tidak diidentifikasi dan tidak segera ditangani akan berdampak

negatif pada individu.¹ Ulum memaparkan bahwa kebiasaan menunda-nunda dalam menyelesaikan tugas akademik atau tugas sekolah dapat disebut dengan prokrastinasi akademik. Perilaku menunda akan menimbulkan dampak internal dan eksternal bagi perilaku prokrastinasi.

Dampak internal yang ditimbulkan yaitu timbulnya rasa penyesalan dan rasa bersalah yang dirasakan oleh santri dampaknya adalah santri berfikir bahwa tugasnya terlalu sulit untuk dikerjakan dan takut gagal sehingga timbul pemikiran pada santri untuk melakukan penundaan tugasnya. Dampak eksternal yang ditimbulkan dari menunda adalah santri mendapatkan teguran dari guru karena tidak dapat menyelesaikan tugasnya di awal. Prokrastinasi yang dilakukan oleh santri adalah perilaku maladaptif yang jika dibiarkan secara terus menerus akan berpengaruh pada penurunan prestasi belajar, kurangnya pengembangan potensi, hal ini akan sangat merugikan santri.² Prokrastinasi akademik ini merupakan suatu perilaku negatif yang jika terus dilakukan akan menjadi masalah yang serius dimana perilaku ini dapat mengurangi potensi santri dan menurunkan prestasi akademik pada santri sehingga permasalahan ini harus segera ditangani. Prokrastinasi akan menyebabkan kecemasan, pikiran rasional, dan kurang percaya diri. Prokrastinasi akademik ini dapat dikurangi dengan layanan bimbingan konseling.

¹ Lulu Azzahra, Agus Tri Susilo, and Citra Tectona Suryawati, "Self-Management Untuk Mengatasi Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Peserta Didik: Studi Kepustakaan," *Jurnal Psikoedukasi Dan Konseling* 6, no. 2 (2022).

² Hana Hanifah Fauziah, "Fakor-Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi," *Ejournal Of Sunan Gunung Djati State Islamic University (Uin)*, N.D.

Bimbingan konseling adalah proses komunikasi dua arah yang dilakukan dengan seorang konselor untuk membantu individu, mengentaskan masalah, mengembangkan potensi dan memberikan arahan dalam mengambil keputusan dengan baik secara mandiri. Layanan dalam bimbingan konseling sangat bervariasi tergantung apa yang dibutuhkan oleh individu. Dalam penelitian ini peneliti memilih menggunakan layanan bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok merupakan layanan yang memanfaatkan dinamika kelompok untuk memecahkan masalah yang dialami anggota kelompok secara bersama-sama. Bimbingan kelompok ditujukan untuk menambah wawasan, pengalaman, relasi pada individu yang mengikuti kegiatan bimbingan kelompok.³ Dalam bimbingan kelompok terdapat berbagai macam pendekatan behavioristik untuk membantu santri dalam mengurangi perilaku prokrastinasi akademik dengan menggunakan teknik *self management*. Menurut Annisa *self management* adalah teknik dimana proses individu dapat mengubah perilaku secara mandiri dan sistematis menggunakan strategi monitor diri, kontrak diri, kontrol diri dan penghargaan diri.⁴ Strategi ini bentuk usaha dari individu untuk merubah perilaku maladaptif menjadi adaptif. Teknik *self management* didefinisikan sebagai pengelolaan diri untuk membatasi, mengurangi atau meningkatkan perilaku dari tingkah laku negatif yang merugikan diri sendiri dapat dilakukan oleh siapapun demi mengubah tingkah laku yang negatif menjadi positif. *Self management* menurut Indrayaningsih adalah penciptaan realitas

³ Bowo Dian Saputro, Hidayati Awik, and Arief Muhammad Maulana, "Peran Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Modeling Terhadap Sikap Sopan Santun," *Jurnal Advice* 2, no. 2 (2020): 132–45.

⁴ Siska Novra Elvina, "Teknik *Self management* Dalam Pengelolaan Strategi Waktu Kehidupan Pribadi Yang Efektif," *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 3, no. 2 (2019): 123.

kehidupan yang sesuai dengan misi dan tujuan hidup dengan cara mengelola dan mengenali diri sendiri untuk kehidupan yang lebih baik.

Berdasarkan pemaparan diatas dapat disimpulkan mengapa peneliti tertarik dengan permasalahan yang ada di Pondok Pesantren Al-Hikmah yaitu, karena santri yang kurang kesadaran akan pentingnya mengerjakan tugas tugas di awal waktu, ketidakmampuan santri dalam memanajemen waktu dengan baik, malas mengerjakan tugas dan lebih memilih melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada mengerjakan tugas, kemudian dampak yang ditimbulkan dari perilaku tersebut adalah melakukan prokrastinasi akademik secara berulang-ulang. Layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* diharapkan dapat mengurangi perilaku prokrastinasi akademik pada santri kelas IX di Pondok Pesantren Al-Hikmah Jakarta. Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik meneliti **Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Self management* Pada Prokrastinasi Akademik Santri Pondok Pesantren Al-Hikmah Jakarta.** Penelitian ini juga diharapkan mampu memberikan kontribusi bagi pengembangan program bimbingan konseling di Pondok Pesantren Al-Hikmah

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas peneliti dapat mengidentifikasi masalah yang terjadi pada santri. Berikut adalah hasil identifikasi masalah sebagai berikut:

1. Santri menunda mengerjakan tugas hingga waktu akhir pengumpulan
2. Santri berpikir bahwa tugasnya terlalu sulit untuk dikerjakan
3. Santri sulit untuk mengerjakan tugas tepat waktu

4. Santri tidak mengerjakan tugas yang sudah direncanakan sehingga target pengerjaan tugas tidak terselesaikan.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembahasan latar belakang yang ada diatas maka dapat diambil rumusan masalah penelitian:

1. Bagaimana tingkat prokrastinasi akademik pada santri sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok?
2. Bagaimana tingkat prokrastinasi akademik pada santri sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok?
3. Bagaimana efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* dalam mengurangi perilaku prokrastinasi akademik pada santri?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah

1. Untuk mengetahui berapa besar tingkat prokrastinasi akademik pada santri sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok
2. Untuk mengetahui berapa besar tingkat prokrastinasi akademik pada santri sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok.
3. Untuk mengetahui efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* dalam mengurangi perilaku prokrastinasi akademik pada santri.

E. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah kajian ilmu bimbingan konseling khususnya dalam layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* untuk mengurangi perilaku prokrastinasi akademik

1. Manfaat Teoritis

- a. Guna memberikan pengetahuan dan layanan bimbingan kelompok pada santri untuk mengurangi perilaku prokrastinasi akademik dengan menggunakan teknik *self management* atau pengelolaan diri dari perilaku prokrastinasi.
- b. Diharapkan santri dapat memahami dan menerapkan *self management* dalam kehidupan sehari-hari dan mampu mengurangi perilaku prokrastinasi akademik.

2. Manfaat Praktis

- a. Dapat memperluas pengetahuan dan memberikan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *self management* untuk mengurangi perilaku prokrastinasi akademik
- b. Dapat mengembangkan kreativitas peneliti untuk terus mengeksplorasi ide-ide baru, menguji hipotesis dan mengembangkan solusi yang inovatif. Hal ini mendorong peneliti secara otomatis mengembangkan kreativitas

F. Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan batasan dalam pengukuran variabel yang akan diteliti. Definisi operasional akan disusun dalam bentuk matrik dalam mempermudah dan menjaga keabsahan data agar tidak berbeda pemahaman serta membatasi bahasan dalam ruang lingkup variabel.

1. Teknik *Self management*

Menurut Corey konseling bertujuan untuk memperoleh perilaku baru disebut dengan konseling behavioristik dengan cara mengubah perilaku menyimpang dan memperkuat pertahanan

perilaku yang baik dan optimal. *Self management* menjadi strategi untuk mengubah perilaku dan pengelolaan diri santri yang melakukan prokrastinasi akademik.⁵

Self management ini merupakan cara atau pola untuk mengatur diri sendiri agar lebih efektif dalam melakukan sesuatu atau membuat perencanaan. Strategi yang digunakan dalam, *self monitoring* (mengamati diri sendiri), *self contracting* (kontrak diri), *self control* (mengontrol diri sendiri) dan *self reward* (memberi sesuatu yang berharga untuk diri sendiri). Teknik ini dapat mengubah perilaku individu untuk lebih bertanggung jawab untuk memanfaatkan waktu dengan baik.

2. Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi akademik merupakan perilaku negatif dalam menunda pada bidang akademik, berawal dari menunda mengerjakan tugas, tidak mengerjakan tugas sesuai dengan waktu yang sudah ditentukan yang menyebabkan tugas menjadi terhambat yang akan menimbulkan penurunan prestasi akademik pada santri.⁶

Seseorang yang melakukan tindakan prokrastinasi biasanya menyadari pekerjaan atau tugas tetapi lebih memilih untuk melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan seperti main game, membaca novel, bermain dengan teman. Aktivitas ini yang akan menimbulkan penundaan dalam penyelesaian tugas. Dampak yang ditimbulkan dari prokrastinasi adalah penurunan kualitas belajar dan menurunnya prestasi akademik pada santri.

⁵ Fitriana Ayu Lestari, Rosalia Dewi Nusantara, and Sri Panca Setyawati, "Teknik *Self management* Untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Akademik," *Prosiding Konseling Kearifan Nusantara (KKN)*, 2022, 157–65.

⁶ Sri Suparmi, "Prokrastinasi Akademik," *Syria Studies* 7, no. 1 (2015): 37–72.

3. Santri

Menurut Kamus besar bahasa Indonesia arti kata santri adalah seseorang yang berusaha mendalami agama Islam dengan sungguh-sungguh. Santri merupakan sebutan bagi individu yang menempuh pendidikan di pondok pesantren dengan tujuan memperdalam ilmu agama, mempelajari Al-Qur'an, hadits dan kitab. Istilah santri pada penelitian ini adalah orang yang bermukim di pondok pesantren untuk mempelajari ilmu agama dan tetap bersekolah umum layaknya siswa lain.