

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Konseling pastoral diperuntukkan untuk membantu manusia yang memiliki berbagai macam persoalan hidup, oleh karenanya manusia memerlukan dukungan seperti motivasi dan solusi atas masalah yang dihadapi. Ada banyak hal yang kerap kali menjadi persoalan hidup manusia, salah satunya ialah kebiasaan menunda-nunda pekerjaan atau menunda tugas. Kebiasaan ini sering terjadi pada mahasiswa dan banyak dijumpai di dunia pendidikan. Berdasarkan hasil wawancara terhadap 5 (lima) mahasiswa di IAKN Toraja semuanya mengatakan bahwa mereka memiliki kebiasaan menunda-nunda pekerjaan atau menunda tugas.¹

Menunda pekerjaan atau menunda tugas dalam istilah psikologi disebut dengan prokrastinasi. Prokrastinasi adalah suatu penundaan pengerjaan tugas yang dilakukan secara sengaja.² Prokrastinasi juga dapat diartikan sebagai penghindaran suatu tugas, yang disebabkan oleh perasaan tidak senang, dan takut salah dalam

¹Cinta, Jui, Najwa, Kasih, and Cia, wawancara oleh penulis, IAKN Toraja, Indonesia, 27 Januari 2023.

²Edwin Adrianta Surijah and Sia Tjundjing, "Mahasiswa Versus Tugas: Prokrastinasi Akademik Dan Conscientiousness," *Repository:Anima, Indonesian Psychological Journal* 22, no. 04 (2007): 356.

mengerjakan tugas.³ Menurut Solomon dan Rothblum dalam artikel jurnal yang ditulis oleh Winata Hendri mengemukakan prokrastinasi adalah keinginan menunda, dan menyelesaikan tugas dengan melakukan hal-hal lain yang tidak bermanfaat atau berguna akibatnya tugas menjadi terhambat.⁴

Berdasarkan pra penelitian awal penulis dengan salah satu mahasiswa inisial N di kampus IAKN Toraja, mengemukakan jika ia prokrastinasi akademik karena memiliki rasa malas dalam mengerjakan tugas. N menyebutkan bahwa ia lebih mementingkan ajakan dari teman sebayanya dibanding mengerjakan tugas.⁵ Akibatnya tugas menjadi terbengkalai. Selain itu, ia mengatakan bahwa dirinya sangat sulit untuk membangun motivasi belajar. Terkadang ia sudah membuka laptop untuk mengerjakan tugas tapi timbul lagi rasa malas mengetik tugas itu. Adapun hasil wawancara yang dikemukakan oleh N bahwa prokrastinasi dapat menimbulkan rasa cemas bagi dirinya. Akibatnya, tugas yang dikerjakan tidak optimal, juga perasaan cemas itu membuat N tidak lagi memiliki minat dalam mengerjakan tugas akademik. Akibat dari perasaan cemas

³Nur Aziza Tiara and Reni Susant, "Orientasi Masa Depan Mahasiswa Yang Mengalami Prokrastinasi Akademik Saat Menyusun Skripsi," *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi* 3, no. 1 (2022): 13.

⁴Winata Hendri, "Prokrastinasi Akademik Menurunkan Prestasi Belajar Siswa," *MANPER: Pendidikan Manajemen Perkantoran* 1, no. 1 (2016): 154–159.

⁵N, wawancara oleh penulis, IAKN Toraja, Indonesia, 21 Oktober 2022.

tersebut, berdampak pada nilai akademiknya semakin menurun. Hal ini dibuktikan dengan IPK (indeks prestasi kumulatif) yang ada pada dokumen KHS (kartu hasil studi) mulai dari semester 2= 3,59; semester 3= 3,45,dan semester 4= 3,14. N menyadari IPK nya semakin menurun sehingga N merasakan penyesalan dalam dirinya karena tidak menggunakan waktu secara efisien untuk belajar. Ia juga menuturkan jika *handphone* dan nongkrong merupakan penyebab N kesulitan dalam mengatur waktu luang atau kurang mengefisienkan waktu untuk mengerjakan tugas kuliah.⁶

Menurut Mierina Dian Mayasari, dkk, dalam penelitiannya tentang “Hubungan antara Persepsi Mahasiswa terhadap Metode Pengajaran Dosen dengan Kecenderungan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Hang Tuah Surabaya” menunjukkan bahwa mahasiswa dengan sengaja menunda-nunda tugas dikarenakan adanya kegiatan lain yang lebih di prioritaskan. Faktor utama yang mempengaruhi mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik adalah pengelolaan waktu dalam mengatur jadwal kegiatan serta penentuan prioritas yang kurang bijaksana, sehingga pada

⁶N, wawancara oleh penulis, IAKN Toraja, Indonesia, 15 Mei 2023

akhirnya dampak yang timbul adalah rasa bersalah dan penyesalan dalam dirinya.⁷

Selanjutnya, temuan penelitian yang dipaparkan oleh Asroful Kadafi,dkk, “Upaya Menurunkan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Melalui Bimbingan Kelompok Islami” menunjukkan bahwa prokrastinasi memiliki dampak yang buruk terhadap capaian prestasi mahasiswa.⁸ Hal serupa dikaji oleh Wahyudi Jisaid “Analisis Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa” bahwa prokrastinasi atau penundaan tugas akan memiliki dampak negatif bagi mahasiswa karena proses penundaan seringkali di isi dengan hal-hal yang kurang bermanfaat.⁹

Senada dengan hal di atas, maka prokrastinasi akademik memiliki dampak negatif yang diperhitungkan menjadi suatu permasalahan. Dampak tersebut dapat mengganggu proses belajar, nilai akademik semakin menurun, sering merasa bodoh atau menyalahkan

⁷Meirina Dian Mayasari, Dewi Mustami'ah, and Weni Endahing Warni, “Hubungan Antara Persepsi Mahasiswa Terhadap Metode Pengajaran Dosen Dengan Kecenderungan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Hang Tuah Surabaya,” *Insan* 12, no. 02 (2010): 95.

⁸Asroful Kadafi, Rizki Ramatus Mardiyah, and Ninik Komsiya Desy Rahmawati, “Upaya Menurunkan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Melalui Bimbingan Kelompok Islami,” *Jurnal Edukasi: Jurnal Bimbingan Konseling* 4, no. 2 (2018): 181.

⁹Wahyudi Jisaid et al., “Analisis Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa,” *Mercusuar: Studi Keislaman dan Pemberdayaan Umat* 14 (2022): 161.

diri sendiri, cemas dan panik.¹⁰ Akibatnya banyak yang menjadi stres dan akhirnya tugas yang diberikan menjadi terbengkalai.¹¹ Fenomena seperti data di atas menjadi suatu hal yang menarik bagi penulis untuk meneliti lebih lanjut. Untuk itu upaya konseling pastoral yang nantinya akan diaplikasikan, diharapkan mampu menentukan tujuan yang hendak ia capai, agar ia bisa keluar dari persoalan prokrastinasi yang sedang mengganggu kehidupannya selama masa pendidikan.

Salah satu tujuan dari pastoral konseling adalah perubahan sikap dan perilaku. Dalam hal ini, konselor harus bisa ikut mengenali inti permasalahan klien. Selaras dengan hal ini, harus diakui bahwa manusia memiliki berbagai kebutuhan utama dalam hidup dan kegagalan untuk memenuhi kebutuhan tersebut adalah masalah hidup.¹² Awalnya seseorang akan merasa gelisah, khawatir, tertekan, dan frustrasi hingga terjebak dalam berbagai persoalan yang semakin mempersulit hidup. Akibatnya, kegelisahan semakin meluap dan lebih serius hingga menjebloskan hidup mereka.¹³ Oleh karenanya, konseling pastoral sangat diperlukan dalam mengatasi masalah-masalah yang

¹⁰Triyono and Miftahul Alfin Khairi, "Prokrastinasi Akademik Siswa SMA (Dampak Psikologis Dan Solusi Pemecahannya Dalam Perspektif Psikologi Pendidikan Islam," *Al Qalam : Jurnal Kependidikan* 19, no. 2 (2018): 61.

¹¹Ibid.

¹²Yakub B.Susabda, *Menjadi Konselor Yang Profesional: Sebuah Panduan Untuk Mereka Yang Terbeban Menjadi Konselor Kristen Yang Profesional* (Yogyakarta: ANDI, 2007), 17–19.

¹³Ibid., 19.

tidak mampu diatasi dengan sendirinya. Dalam penelitian ini, penulis melakukan perencanaan konseling untuk membuat rancangan konseling pastoral terhadap masalah prokrastinasi akademik. Konseling pastoral diharapkan mampu menjadi sarana untuk mengembalikan fungsi hidup yang terganggu karena berbagai macam persoalan atau masalah yang ada.

B. Fokus Masalah

Penelitian terdahulu telah dikaji oleh Marvin D Patirajawane tentang “Perilaku Prokrastinasi Mahasiswa Fakultas Psikologi Ditinjau Dari Pengambilan Keputusan”. Hal yang menjadi pembeda dari penelitian ini adalah prokrastinasi yang ditinjau dari segi perencanaan konseling pastoral terhadap masalah prokrastinasi, maka penelitian akademik ini difokuskan pada perencanaan konseling pastoral terhadap mahasiswa yang melakukan prokrastinasi di IAKN Toraja.

C. Rumusan Masalah Penelitian

Bagaimana perencanaan konseling pastoral terhadap mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik di IAKN Toraja?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas maka tujuan penelitian adalah untuk memaparkan bentuk perencanaan konseling pastoral terhadap mahasiswa yang melakukan prokrastinasi di IAKN Toraja.

E. Manfaat Penulisan

1. Manfaat Teoritis

Secara akademis tulisan ini diharapkan bermanfaat dan dapat memberikan sumbangsih pemikiran bagi pengembangan ilmu pengetahuan di perguruan tinggi, salah satunya di Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Toraja. Tulisan ini juga diharapkan bisa bermanfaat untuk memberikan kontribusi, secara khusus bagi prodi pastoral konseling terkait dengan beberapa mata kuliah seperti Teknik Konseling, Micro Konseling, Praktikum Asesmen, Modifikasi perilaku dan Perencanaan Program Layanan Konseling.

2. Manfaat Praktis

a. Manfaat Bagi Penulis

Tulisan ini sangat bermanfaat bagi penulis sebagai wadah untuk memahami perencanaan konseling pastoral terhadap mahasiswa yang melakukan prokrastinasi di IAKN Toraja.

b. Manfaat Bagi Mahasiswa

Memberi kontribusi pengetahuan pentingnya melakukan perencanaan konseling pastoral terhadap mahasiswa yang melakukan prokrastinasi. Mahasiswa juga diharapkan dapat meningkatkan proses belajar dan mengurangi prokrastinasi. Tulisan ini juga diharapkan dapat menjadi referensi untuk mata kuliah praktikum asesmen, teknik konseling, micro konseling,

modifikasi perilaku dan perencanaan program layanan konseling.

F. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan merupakan sebuah metode atau urutan dalam menyelesaikan sebuah penelitian maupun karya tulis. Hal ini sangat penting untuk diperhatikan agar tertata sesuai dengan aturan struktur yang benar.

Bab I Pendahuluan, Bagian pendahuluan menggambarkan latar belakang masalah yang terkait prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh salah satu mahasiswa IAKN Toraja, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan.

Bab II Kajian Teori, Bab II berisi tiga (3) kajian teori utama. Pertama, konseling pastoral yang terdiri dari definisi konseling pastoral, tujuan konseling pastoral, tahapan konseling pastoral, dan pendekatan konseling. Kedua, perencanaan layanan konseling pastoral. Ketiga, prokrastinasi akademik di antaranya definisi prokrastinasi akademik, indikator/ciri-ciri mahasiswa prokrastinasi, penyebab prokrastinasi dan dampak prokrastinasi.

Bab III Metode Penelitian, Berisi tentang jenis metode penelitian, gambaran umum lokasi penelitian, waktu dan tempat penelitian, jenis data, teknik pengumpulan data, narasumber/ informan, teknik analisa data, pengujian keabsahan data, dan jadwal penelitian.

Bab IV, Berisi tentang deskripsi hasil terkait masalah prokrastinasi akademik pada mahasiswa IAKN Toraja dan analisis hasil penelitian.

Bab V, Berisi tentang kesimpulan dan saran-saran.