



**KEEFEKTIFAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK
COGNITIVE RESTRUCTURING TERHADAP PERILAKU
PROKRASINASI AKADEMIK DAN *ACADEMIC DISHONESTY*
PADA MAHASISWA BIMBINGAN DAN KONSELING FKIP
UNIVERSITAS TADULAKO**

TESIS

Diajukan sebagai salah satu persyaratan untuk mendapatkan gelar
Magister Pendidikan

Oleh
Dian Fitriani
0105515028

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
2017**

PENGESAHAN UJIAN TESIS

Tesis dengan judul "Keefektifan Konseling Kelompok dengan Teknik *Cognitive Restructuring* untuk Mereduksi Prokrastinasi Akademik dan *Academic Dishonesty* Mahasiswa Bimbingan dan Konseling di Universitas Tadulako" karya :

Nama : Dian Fitriani

NIM : 01055 15028

Program Studi : Bimbingan Konseling (S2)

Telah dipertahankan dalam Ujian Tesis Program Pascasarjana, Universitas Negeri Semarang pada hari Kamis, 12 Oktober 2017

Ketua



Prof. Dr. H. Achmad Slamet, M.Si
NIP 196105241986011001

Semarang, Oktober 2017
Sekertaris



Dr. Awalya, M.Pd., Kons
NIP 196011011987102001

Penguji I



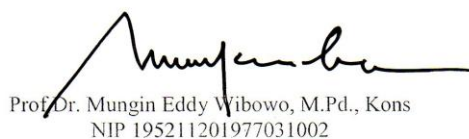
Dr. Edy Purwanto, M.Si.
NIP 196301211987031001

Penguji II



Prof. Dr. Muhammad Japar, M.Si., Kons
NIP 195809121985031006

Penguji III



Prof. Dr. Mungin Eddy Wibowo, M.Pd., Kons
NIP 195211201977031002

PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini saya

nama : Dian Fitriani

nim : 0105515028

program studi : Bimbingan dan Konseling

menyatakan bahwa yang tertulis dalam tesis yang berjudul “Konseling Kelompok dengan Teknik *Cognitive Restructuring* Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik dan *Academic Dishonesty* Mahasiswa” ini benar-benar karya saya sendiri, bukan jiplakan dari karya orang lain atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku, baik sebagian atau seluruhnya. Pendapat atau temuan orang lain yang terdapat dalam tesis ini dikutip atau dirujuk berdasarkan kode etik ilmiah. Atas pernyataan ini saya **secara pribadi** siap menanggung resiko/sanksi hukum yang dijatuhkan apabila ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya ini.

Semarang, 24 Oktober 2017

Yang membuat pernyataan,



MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto :

“Jangan membuang-buang waktu, karena waktu merupakan bagian terpenting dalam hidup”

PERSEMBAHAN

Karya Tulis ini ku persembahkan untuk :

✓ Almamater Bimbingan dan Konseling

Pascasarjana Universitas Negeri Semarang

ABSTRAK

Fitriani, Dian. 2017. *Keefektifan Konseling Kelompok dengan Teknik Cognitive Restructuring Mereduksi Prokrastinasi Akademik dan Academic Dishonesty Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Tadulako*. Tesis. Program Studi Bimbingan Konseling Fakultas Program Pascasarjana Universitas Negeri Semarang. Dosen Pembimbing I: Prof. Dr. Mungin Eddy Wibowo, M.Pd., Kons.; Dosen Pembimbing II: Prof. Dr. Muhammad Japar, M.Si, Kons

Kata Kunci : mahasiswa, layanan konseling kelompok, *cognitive restructuring*, prokrastinasi akademik dan *academic dishonesty*

Cognitive restructuring merupakan teknik yang memusatkan perhatian pada upaya mengidentifikasi dan mengubah pikiran-pikiran atau pernyataan diri negatif dan keyakinan-keyakinan konseli yang tidak rasional. Tujuan penelitian ini (1) memperoleh data empiris Tingkat perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling UNTAD, (2) memperoleh data empiris tingkat perilaku *academic dishonesty* pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling UNTAD (3) memperoleh data empiris Tingkat Keefektifan konseling kelompok dengan teknik *cognitive restructuring* untuk mereduksi prokrastinasi pada mahasiswa bimbingan dan konseling di Universitas Tadulako Palu (4) memperoleh data empiris Tingkat Keefektifan konseling kelompok dengan teknik *Cognitive restructuring* untuk mereduksi *academic dishonesty* pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling UNTAD, (5) memperoleh data empiris Perbedaan tingkat keefektifan antara konseling kelompok dengan teknik *cognitive restructuring* untuk mereduksi prokrastinasi akademik dan konseling kelompok dengan teknik *cognitive restructuring* untuk mereduksi *academic dishonesty* pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling UNTAD

Metode penelitian eksperimen menggunakan *repeated measure* dengan desain *pretest and multiple posttest design*, melibatkan 14 orang sampel penelitian yang dipilih secara purposive dari 100 orang mahasiswa tahun pertama BK FKIP Universitas Tadulako yang memiliki prokrastinasi akademik dan *academic dishonesty* tinggi. Hasil penelitian yang dilakukan dengan uji *the one-way ANOVA for repeated measures* menunjukkan bahwa konseling kelompok *cognitive behavior therapy* menggunakan teknik *cognitive restructuring* efektif dalam menurunkan prokrastinasi akademik.

Penelitian yang dilakukan menegaskan bahwa konseling kelompok dengan strategi *cognitive restructuring* efektif untuk mereduksi *prokrastinasi akademik dan academic dishonesty mahasiswa*. Saran pada penelitian ini ditujukan kepada (1) Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan, hendaknya memberikan dukungan kepada UPT-BK melalui penyediaan sarana dan prasarana, agar kegiatan-kegiatan konseling yang dilakukan UPT-BK dapat berjalan dengan lancar. (2) Kepada Konselor UPT-BK Hendaknya

mengadakan kegiatan konseling kelompok untuk mengurangi prokrastinasi akademik dan *academic dishonesty* mahasiswa.(3) Peneliti selanjutnya hendaknya dapat melakukan penelitian dengan menggunakan konseling kelompok dengan teknik yang sama tetapi dengan masalah, pendekatan dan subyek penelitian yang berbeda.

ABSTRACT

Fitriani, Dian. 2017. Group Counseling Effectiveness with Cognitive Restructuring Techniques Reduces Academic Procrastination and Academic Dishonesty Student Guidance and Counseling Tadulako University. Thesis. Counseling Guidance Study Program Faculty of Graduate Program, State University of Semarang. Supervisor I: Prof. Dr. Mungin Eddy Wibowo, M.Pd., Kons.; Supervisor II: Prof. Dr. Muhammad Japar, M.Si, Kons.

Keywords: student, group counseling service, cognitive restructuring, academic procreation and academic dishonesty

Cognitive restructuring is a technique that focuses on identifying and changing negative thoughts or self-assertions and irrational counselees' beliefs. (2) obtaining empirical data on the level of academic dishonesty behavior of UNTAD Guidance and Counseling students (3) obtaining empirical data Level of Effectiveness of group counseling with Cognitive Restructuring technique (1) obtaining empirical data on the level of academic procrastination behavior in UNTAD Guidance and Counseling students to reduce procrastination in guidance and counseling students at Tadulako University Palu (4) to obtain empirical data Level of Effectiveness of group counseling with Cognitive restructuring technique to reduce academic dishonesty on UNTAD Guidance and Counseling students, (5) obtain empirical data Differences of effectiveness level between group counseling with cognitive restructuring techniques to reduce academic procrastination and group counseling with cognitive restructuring techniques to reduce academic dishonesty in students Guidance and Counseling

The experimental research method used repeated measure with pretest design and multiple posttest design, involving 14 sample research people selected purposively from 100 first year students of BK FKIP Universitas Tadulako who have high academic procrastination and academic dishonesty. The results of the one-way ANOVA for repeated measures showed that counseling cognitive behavior therapy group used effective cognitive restructuring technique in decreasing academic procrastination.

The research undertaken confirms that group counseling with cognitive restructuring strategies is effective in reducing student academic procrastination and student academic dishonesty. Suggestions in this study are addressed to (1) the Dean of the Faculty of Education, should provide support to UPT-BK through the provision of facilities and infrastructure, so that counseling activities conducted UPT-BK can run smoothly. (2) To UPT-BK Counselor Should conduct group counseling activities to reduce student academic procrastination and academic dishonesty (3) The next researcher should

be able to conduct research by using group counseling with the same technique but with different problems, approaches and research subjects.

PRAKATA

Segala puji dan syukur kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat-Nya. Berkat karunia-Nya, peneliti dapat menyelesaikan tesis yang berjudul “Keefektifan Konseling Kelompok dengan Teknik *Cognitive Restructuring* Mereduksi Prokrastinasi Akademik dan *Academic Dishonesty* Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Tadulako”. Tesis ini disusun sebagai salah satu persyaratan meraih gelar Magister Pendidikan pada Program Studi Bimbingan dan Konseling.

Penelitian ini dapat diselesaikan berkat bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, peneliti menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan setinggi-tingginya kepada pihak-pihak yang telah membantu penyelesaian penelitian ini. Ucapan terima kasih peneliti sampaikan pertama kali kepada para pembimbing: Prof. Dr. Mungin Eddy Wibowo, M.Pd. Kons (Pembimbing I) dan Prof. Dr. Muhammad Japar, M.Si, Kons (Pembimbing II) yang telah memberikan petunjuk, bimbingan serta motivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis ini.

Ucapan terima kasih peneliti sampaikan juga kepada semua pihak yang telah membantu selama proses penyelesaian studi:

1. Prof. Dr. Fathur Rokhman, M.Hum., Rektor Universitas Negeri Semarang, beserta seluruh staf yang telah memberikan kesempatan

kepada penulis untuk belajar di Program Pascasarjana Universitas Negeri Semarang.

2. Prof. Dr. H. Achmad Slamet, M.Si., Direktur Program Pascasarjana Universitas Negeri Semarang atas dukungan kelancaran yang diberikan kepada penulis dalam menempuh studi.
3. Pof. Dr. Mungin Eddy Wibowo, M.Pd.,Kons (Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling PPs Unnes) dan Dr. Awalya, M.Pd,Kons (Sekretaris Program Bimbingan dan Konseling PPs Unnes) yang telah memberikan kesempatan dan arahan dalam penulisan tesis ini.
4. Para Dosen Program Pascasarjana Universitas Negeri Semarang atas bekal ilmu pengetahuan dan wawasan keilmuan yang telah diajarkan kepada Unnes penulis serta seluruh karyawan PPs UNNES yang telah membantu administrasi sehingga tesis dapat diselesaikan.
5. Orangtuaku yang sangat aku sayangi,yang selalu mendo'akan dan mendukung.
6. Teman-teman mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Pascasarjana UNNES angkatan 2015, sebagai teman berbagi rasa dalam suka dan duka dan atas segala bantuan dan kerjasamanya sejak mengikuti studi sampai penyelesaian penelitian dan penulisan tesis ini.
7. Semua pihak yang telah membantu penulis yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Peneliti sadar bahwa dalam tesisi ini mungkin masih terdapat kekurangan, baik isi maupun tulisan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak sangat peneliti harapkan. Semoga hasil penelitian ini bermanfaat dan merupakan kontribusi bagi pengembangan ilmu pengetahuan.

Semarang, Oktober

2017

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
PERSETUJUAN PEMBIMBING	i
PERNYATAAN	ii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
PRAKATA	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah	19
1.3 Cakupan Masalah	20
1.4 Rumusan Masalah	20
1.5 Tujuan Penelitian.....	21
1.6 Manfaat Penelitian.....	21
1.6.1 Manfaat Teoretis	22
1.6.2 Manfaat Praktis	23
BAB II KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA TEORETIS, KERANGKA BERPIKIR, DAN HIPOTESIS	24
2.1 Kajian Pustaka.....	24
2.2 Kerangka Teoretis	34
2.2.1 Prokrastinasi Akademik	34
2.2.2 <i>Academic Dishonesty</i>	55
2.2.3 Konseling Kelompok.....	67
2.2.4 Teknik <i>Cognitive Restructuring</i>	86
2.2.5 Konseling Kelompok <i>Teknik Cognitive restructuring</i> untuk mereduksi prokrastinasi akademik dan <i>academic</i> dishonesty	94
2.3 Kerangka Berpikir	98
2.4 Hipotesis Penelitian.....	102
BAB III METODE PENELITIAN	103
3.1 Metode Penelitian	103
3.2 Desain Penelitian	104
3.3 Populasi dan Sampel	109
3.3.1 Populasi	109

3.3.2	Sampel	109
3.4	Variabel Penelitian	110
3.5	Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	111
3.6	Uji Coba Instrumen	113
3.7	Validitas dan Reliabilitas.....	117
3.7.1	Uji Validitas	117
3.7.2	Uji Realibilitas.....	118
3.6	Teknik Analisis Data	120
BAB IV	HASIL DAN PEMBAHASAN	123
4.1	Hasil Penelitian.....	119
4.1.1	Kondisi Awal Prokrastinasi Akademik dan <i>Academic Dishonesty</i> Mahasiswa Bimbingan dan Konseling di Universitas Tadulako	120
4.1.2	Keefektifan Konseling Kelompok dengan Teknik Cognitive Restructuring untuk Prokrastinasi Akademik dan <i>Academic Dishonesty</i> Mahasiswa Bimbingan dan Konseling di Universitas Tadulako	123
4.1.3	Perbandingan Tingkat Keefektifan Konseling Kelompok dengan Teknik Cognitive Restructuring Prokrastinasi Akademik dan <i>Academic Dishonesty</i> Mahasiswa Bimbingan dan Konseling di Universitas Tadulako.....	129
4.2	Pembahasan	133
BAB V	PENUTUP	
5.1	Simpulan	145
5.2	Saran.....	146
	DAFTAR PUSTAKA	148
	LAMPIRAN	157

DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel 3.1	Pelaksanaan Konseling Kelompok	106
Tabel 3.2	Jadwal Pelaksanaan Konseling Kelompok	108
Tabel 3.3	Kisi-Kisi Instrumen Skala Prokrastinasi Akademik	112
Tabel 3.4	Kisi-Kisi Instrumen Skala <i>Academic Dishonesty</i>	113
Tabel 3.5	Sebaran Baru Kisi-Kisi Instrumen Skala Prokrastinasi Akademik	114
Tabel 3.6	Sebaran Baru Kisi-Kisi Instrumen Skala Prokrastinasi Akademik	115
Tabel 3.7	Uji Kualitatif	116
Tabel 3.8	Kriteria Reliabilitas	119
Tabel 4.1	Hasil / Prokrastinasi Akademik	124
Tabel 4.2	Hasil Penyebaran <i>Academic Dishonesty</i>	125
Tabel 4.3	Data <i>Pretest-Posttest-Posttest 2</i> Variabel Prokrastinasi Akademik	128
Tabel 4.4	Data <i>Pretest-Posttest-Posttest 2</i> Variabel <i>Academic Dishonesty</i>	133
Tabel 4.5	Uji Normalitas Prokrastinasi Akademik	139
Tabel 4.6	Uji Normalitas <i>Academic Dishonesty</i>	139
Tabel 4.7	Rata-Rata, SD dan Hasil Uji <i>Repeated Measure</i> Prokrastinasi Akademik	140
Tabel 4.8	Rata-Rata, SD dan Hasil Uji <i>Repeated Measure Academic Dishonesty</i>	140
Tabel 4.9	Hasil <i>Post Hoc Test</i> Prokrastinasi Akademik	141
Tabel 4.10	Hasil <i>Post Hoc Test</i> Variabel <i>Academic Dishonesty</i>	141

DAFTAR GAMBAR

Halaman

Gambar 2.1	Kerangka Berpikir	102
Gambar 3.1	Desain Penelitian.....	105
Gambar 3.2	Hubungan Antar Variabel	110
Gambar 4.1	Visualisasi <i>Pretest-Posttest-Posttest 2</i> Variabel Prokrastinasi Akademik	129
Gambar 4.2	Grafik <i>Pretest-Posttest-Posttest 2</i> Variabel Prokrastinasi Akademik	129
Gambar 4.3	Visualisasi <i>Pretest-Posttest-Posttest 2</i> Variabel <i>Academic Dishonesty</i>	134
Gambar 4.4	Grafik <i>Pretest-Posttest-Posttest 2</i> Variabel <i>Academic Dishonesty</i>	134
Gambar 4.5	Visualisasi <i>Repeated Measure</i> Prokrastinasi akademik dan <i>Academic Dishonesty</i>	142

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 SK Pembimbing.....	158
Lampiran 2 Surat izin penelitian dari PPS UNNES	159
Lampiran 3 Surat balasan dari Universitas Tadulako	160
Lampiran 4 Surat pengantar validator ahli dari PPS UNNES	161
Lampiran 5 Hasil validator ahli.....	137
Lampiran 6 Panduan Wawancara.....	167
Lampiran 7 Rencana Pelaksanaan Layanan	169
Lampiran 8 Laiseg	193
Lampiran 9 Daftar Hadir Konseling Kelompok.....	194
Lampiran 10 Skala Prokrastinasi Akademik.....	196
Lampiran 11 Skala <i>Academic Dishonesty</i>	199
Lampiran 12 Hasil Uji Normalitas	202
Lampiran 13 Hasil analisis <i>repeated measures</i>	206
Lampiran 14 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas	211
Lampiran 15 Dokumentasi Pelaksanaan Konseling Kelompok.....	212

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan merupakan salah satu sarana utama dalam mengoptimalkan potensi yang dimiliki oleh manusia. Tujuan pendidikan yaitu membentuk sumber daya manusia yang memiliki pengetahuan, keterampilan, dan akhlak yang baik. SDM manusia berperan penting dalam pertumbuhan berbagai bidang. Oleh karena itu peningkatan dan pengembangan SDM sangat ditekankan agar setiap individu mampu melaksanakan pekerjaannya secara profesional dan mampu menghasilkan karya-karya unggul yang dapat bersaing di dunia.

Kualitas SDM suatu negara dan kesuksesan pembangunan nasional ditentukan oleh faktor pendidikan. Tidak bisa dipungkiri lagi bahwa pendidikan merupakan salah satu faktor untuk meningkatkan sumber daya manusia. Peningkatan dari SDM ini dapat dilihat dari segi pendidikan formal yang dapat diperoleh melalui jenjang sekolah dasar sampai dengan tingkat Perguruan tinggi. Pendidikan di perguruan tinggi menuntut mahasiswa untuk lebih mandiri, bertanggung jawab terhadap dirinya sendiri dan berprestasi. Hal ini karena sistem pendidikan yang berlaku di perguruan tinggi sangat berbeda dengan sistem pendidikan di sekolah.

Mahasiswa sebagai subjek yang menuntut ilmu di perguruan tinggi tidak akan pernah terlepas dari aktivitas belajar dan keharusan mengerjakan tugas-tugas studi. Salah satu kriteria mahasiswa yang berhasil adalah mahasiswa yang memiliki kemampuan mengatur waktu yang tepat dan memiliki batas waktu untuk setiap

pengerjaan tugasnya (Obsebard, 2006), tetapi pada kenyataannya, kemampuan mengatur waktu secara tepat ini tidak dimiliki oleh semua mahasiswa, banyak mahasiswa yang mengeluh karena tidak dapat membagi waktu kapan harus memulai dan mengejar sesuatu sehingga waktu yang seharusnya dapat bermanfaat terbuang dengan percuma, (Steel, 2007).

Steel (2007) mengemukakan bahwa individu akan menghindari stimulus yang dianggap tidak menyenangkan, semakin stimulus tersebut dianggap tidak menyenangkan maka semakin besar pula kemungkinan seseorang tersebut untuk menghindarinya (dalam hal ini, penundaan tugas). Apabila hal ini terjadi maka proses penyelesaian tugas menjadi terlambat sehingga tidak dapat menyelesaikan tugas tepat waktu.

Kecenderungan untuk tidak segera memulai ketika menghadapi suatu tugas yang dilakukan oleh mahasiswa merupakan indikasi dari prokrastinasi (Holmes, 2000). Menurut Holmes (2000), penundaan dalam mengerjakan tugas-tugas yang diberikan oleh fakultas digolongkan ke dalam bentuk prokrastinasi akademik. LaForge (2005), prokrastinasi berarti menunda dalam memulai atau menyelesaikan tugas penting yang dapat menyebabkan keterlambatan dalam menyelesaikan tugas dan menimbulkan gangguan psikologis berupa rasa bersalah, stress dan frustrasi. Dalam kaitannya dengan lingkup akademik, prokrastinasi dijelaskan sebagai perilaku menunda tugas-tugas akademis, seperti: mengerjakan PR, mempersiapkan diri untuk ujian, atau mengerjakan tugas makalah, sampai batas akhir waktu yang tersedia. (Balkis, 2009).

Menurut Solomon dan Rothblum (Burka & Yuen, 2008) Prokrastinasi bukanlah suatu bentuk penghindaran biasa, karena didalamnya melibatkan persepsi dan keyakinan (komponen kognitif), emosi dan sensasi (komponen afektif) serta tindakan (komponen perilaku) yang saling berhubungan. Selanjutnya Solomon dan Rothblum mengemukakan prokrastinasi akademik adalah jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik seperti tugas kuliah. Adapun area akademik yang sering ditunda pengerjaannya oleh mahasiswa yaitu tugas menulis, tugas membaca, tugas belajar untuk ujian, tugas dalam menghandiri pertemuan, tugas kinerja akademik dan memenuhi tugas administratif.

Tugas menulis yang sering ditunda antara lain menulis laporan penelitian ,skripsi dan membuat makalah atau *papper*. Tugas membaca mencakup penundaan untuk membaca referensi yang berkaitan dengan tugas kuliah. Tugas belajar seperti persiapan dalam menghadapi ujian semester atau kuis. Tugas menghandiri pertemuan seperti penundaan atau keterlambatan menemui dosen pembimbing. Tugas administratif seperti membayar SPP dan mengembalikan buku perpustakaan. Tugas kinerja akademik yaitu menunda mengejar atau menyelesaikan tugas-tugas akademik secara keseluruhan. Prokrastinasi akademik dapat menimbulkan sejumlah konsekuensi negatif baik bagi mahasiswa maupun lingkungan sekitarnya.

Fiore (2009) prokrastinasi adalah suatu mekanisme untuk mengatasi kecemasan yang berhubungan dengan bagaimana cara memulai atau menyelesaikan

pekerjaan dan dalam hal membuat keputusan. Selanjutnya menurut Fiore (2009) prokrastinasi dapat menjadi salah satu rendahnya prestasi atau nilai pada mahasiswa.

Menurut Sia (2006), mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik akan kehilangan banyak waktu, kesempatan dan dapat menurunkan produktivitas. Selain itu prokrastinasi yang dilakukan mahasiswa juga akan membebani orang tua secara materi, membuat beban kinerja dosen semakin menumpuk dan dapat menurunkan angka akreditasi bagi fakultas dan atau universitas. Knaus (2010) menjelaskan bahwa beberapa penyebab prokrastinasi bersifat lingkungan sosial, sebagian terkait dengan proses otak dan keyakinan-keyakinan. Prokratinasi juga berhubungan dengan kecemasan, perasaan tidak nyaman saat dihakimi dan dinilai oleh orang lain.

Young & Fritzsche (2002) meneliti terhadap 291 mahasiswa Amerika dengan mendapatkan hasil yang lebih spesifik yang lebih dari 40% partisipan selalu melakukan prokrastinasi, yang terbanyak adalah dalam tugas menulis. Pada penelitian lain yang dilakukan oleh Chow (2011) Menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik yang terjadi Regina University tergolong tinggi, karena hasil penelitian menunjukkan 19,8% dari 242 mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik.

Perilaku-perilaku prokrastinasi yang muncul pada mahasiswa menggambarkan bahwa betapa riskan perilaku prokrastinasi akademik tersebut terjadi pada kalangan mahasiswa. Paparan tersebut menjadikan bahwa fenomena prokrastinasi akademik perlu perhatian dan evaluasi dari pemimpin baik universitas

maupun fakultas dan dosen khususnya konselor di perguruan tinggi untuk meminimalisir atau mencegah perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

Hasil penelitian-penelitian di atas, mengenai prokrastinasi akademik menunjukkan bahwa fenomena tersebut hampir terjadi pada kalangan mahasiswa, setidaknya hal ini memberikan gambaran bahwa mahasiswa di Program Studi Bimbingan dan Konseling tempat penelitian penulis kemungkinan juga melakukan tindakan prokrastinasi akademik. Sasaran penelitian ini dilakukan pada mahasiswa di Program Studi Bimbingan dan Konseling di Universitas Tadulako (UNTAD) Palu, berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa mahasiswa, ada yang menyebutkan jika banyaknya tugas dari dosen yang membuat mereka menunda-nunda mengerjakan tugas yang diberikan, tingkat kepercayaan diri yang rendah akan kemampuan yang dimiliki untuk mengerjakan tugas-tugas yang diberikan dosen, menyebabkan mahasiswa merasa malas dan menjadi pesimis mengerjakan tugas, selain itu keyakinan tak rasional, misalnya sebagai sesuatu yang berat dan tidak menyenangkan.

Penyebab terbanyak yang dikemukakan oleh mahasiswa adalah rendahnya tingkat keyakinan akan kemampuan yang dimiliki. Prokrastinasi hampir terjadi pada seluruh angkatan, bentuk penundaan yang sering dilakukan adalah menunda mengerjakan tugas *papper* atau makalah dan tugas belajar.

Penyebab yang disebutkan mahasiswa tersebut sama halnya dengan yang dikemukakan oleh Steel (2007), terdapat beberapa penyebab yang berhubungan dengan prokrastinasi akademik diantaranya keyakinan akan kemampuan yang dimiliki atau yang disebut *self efficacy*. Beban berat tugas yang dirasa berat bahkan

jika menurutnya melampaui batas kemampuannya, mahasiswa akan melakukan tugas-tugasnya dalam tekanan dan perasaan malas. Pada akhirnya mahasiswa akan terbiasa menunda pekerjaannya. Steel (2007) mengatakan bahwa ketika individu memiliki keyakinan akan kemampuan diri yang negatif dan tidak memiliki harapan akan keberhasilan (*expectancy*) maka seseorang cenderung melakukan prokrastinasi. Sebaliknya semakin positif keyakinan akan kemampuan diri, harapan akan keberhasilan dan merasa bahwa tugas itu sangat menyenangkan dan memiliki tantangan untuk bisa menyelesaikan maka kecenderungan tidak melakukan prokrastinasi, pernyataan ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Robert dan Lindsey (2008), menemukan *self regulation* dan *self efficacy* merupakan faktor yang mengakibatkan seseorang cenderung melakukan prokrastinasi akademik.

Penelitian yang dilakukan Kiamarsi dan Abholghasemi (2014), juga menemukan bahwa individu dengan prokrastinasi yang tinggi mengalami lebih banyak efek negatif, keyakinan akan kemampuan dan kepercayaan diri yang negatif mengarah pada keraguan tentang kemampuan diri sendiri dan berpengaruh negatif terhadap motivasi, hal ini meningkatkan penundaan. Hajloo (2014) dalam penelitiannya juga menunjukkan ketidak yakinan yang rendah akan kemampuan diri sendiri yang menghasilkan kecenderungan umum untuk terlibat dalam perilaku, seperti penundaan dan penghindaran tugas, yang melindungi presentasi diri dengan memberikan alasan, kinerja buruk dan hasil negative, Membantu siswa memperkuat *self-efficacy* dapat menurunkan kecenderungan menunda-nunda.

Steel, (2007) menyatakan bahwa mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik memiliki kecenderungan mendapat nilai rendah pada setiap mata kuliah dan nilai ujian akhir karena dikerjakan dalam keadaan tergesa-gesa. Perilaku prokrastinasi ini memiliki dampak negatif, menurut pendapat Robert, Lindsey, Rajani (2008), bahwa prokrastinasi memiliki dampak negatif yaitu menambah beban pikiran, mudah tertekan, tidak percaya diri, cemas, dan kurang maksimal saat mengerjakan tugas.

Carola & Lena (2015) dalam penelitiannya menyarankan agar dibuat intervensi khusus untuk membantu mahasiswa yang dapat mengatasi prokrastinasi akademik yang disebabkan pikiran-pikiran irasional, hal serupa juga disarankan oleh Maria & Vincenzo (2015) dalam penelitiannya pada mahasiswa Italia, sangat tinggi tingkat prokrastinasi dan menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik adalah prediktor kuat dari rendahnya prestasi pendidikan mahasiswa, sehingga dibutuhkan kebijakan dan intervensi terutama membantu mahasiswa yang cenderung menunda-nunda.

Selain fenomena prokrastinasi akademik yang menjadi masalah yang sudah berkembang luas sekitar 20% -70% di kalangan mahasiswa, fenomena kecurangan akademik juga sangat marak dikalangan mahasiswa yang di sebut dengan istilah *academic dishonesty* (Lambert dkk, 2003). Mahasiswa adalah salah satu bagian dari civitas akademika pada perguruan tinggi yang merupakan calon pemimpin bangsa di masa yang akan datang, untuk itu diharapkan mahasiswa perlu memiliki cara pandang yang baik, kepribadian serta mental yang sehat dan kuat.

Selayaknya pula seorang mahasiswa mampu menguasai permasalahan sesulit apapun, mempunyai cara berpikir positif terhadap dirinya, orang lain, mampu mengatasi hambatan maupun tantangan yang dihadapi dan tentunya pantang menyerah pada keadaan yang ada, agar dapat berprestasi dalam bidang akademik, (Obsebard, 2006).

Tujuan pendidikan nasional bukan sekedar membentuk peserta didik yang pintar dengan memperoleh nilai tinggi disetiap mata pelajaran atau mata kuliah. Namun, seperti dalam Undang-undang RI No.20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pasal 3, bahwa “Pendidikan Nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Namun realita yang terjadi yaitu seringnya terjadi kecurangan dalam pendidikan yang disebut *academic dishonesty*. Aktivitas *academic dishonesty* dalam pendidikan sebenarnya merupakan masalah serius karena bertentangan dengan tujuan dari pendidikan nasional. Hasil penelitian yang dilakukan Underwood & Szabo(2003) terhadap 4.500 siswa SMU juga berhasil menemukan presentase keterlibatan yang tinggi dalam *academic dishonesty*. 74% siswa dalam penelitian tersebut telah melakukan *academic dishonesty* yang serius dalam ujian.

Ternyata kasus *academic dishonesty* tidak hanya ditemukan dalam kalangan siswa menengah atas, akan tetapi juga ditemukan pada perguruan tinggi. Kasus yang

sangat memprihatinkan dimana mahasiswa selain mencontek pada saat ujian, *copy paste* tugas makalah/*papper*, ternyata hilangnya rasa malu yaitu berkembangnya tindak plagiat, (Samani & Hartanto, 2012).

Hasis survey yang dilakukan McCabe (2011) terhadap mahasiswa diberbagai bidang yang terkait tentang *academic dishonesty*, menghasilkan data 56% mahasiswa bidang bisnis, 54% mahasiswa bidang teknik, 48% mahasiswa bidang pendidikan, dan 45% mahasiswa hukum. Kasus lain Survei yang dilakukan terhadap 298 mahasiswa kependidikan di salah satu LPTK (Lembaga Pendidikan Tenaga Kependidikan) menggambarkan kondisi tersebut, (Rangkuti & Deasyanti, 2010). Hasil survei menunjukkan kecurangan akademik yang dilakukan mahasiswa saat ujian dan tergolong sering (lebih dari dua kali) selama setahun terakhir antara lain: 1) Menyalin hasil jawaban dari mahasiswa yang posisinya berdekatan selama ujian tanpa disadari mahasiswa lain (16,8%); 2) Membawa dan menggunakan bahan yang tidak diijinkan/contekan ke dalam ruang ujian (14,1%); dan 3) Kolusi yang terencana antara dua atau lebih mahasiswa untuk mengkomunikasikan jawabannya selama ujian berlangsung (24,5%). Sementara itu, kecurangan akademik yang dilakukan saat mengerjakan tugas antara lain: 1) Menyajikan data palsu (2,7%); 2) Mengijinkan karyanya dijiplak orang lain (10,1%); 3) Menyalin bahan untuk karya tulis dari buku atau terbitan lain tanpa mencantumkan sumbernya (10,4%); dan 4) Mengubah/memanipulasi data penelitian (4%), (kompasiana, 2015).

Bentuk-bentuk *academic dishonesty* yang muncul dapat merugikan berbagai pihak, diantaranya adalah institusi, dosen, teman bahkan dirinya sendiri. Mereka yang

melakukan *academic dishonesty* tidak menyadari bahwa dampak yang akan terjadi jika perilaku ini terus dilakukan. Penelitian yang dilakukan oleh Noris dan Swift (2001) mengenai hubungan antara *academic dishonesty* dengan kecurangan ditempat kerja menunjukkan bahwa mahasiswa yang melakukan *academic dishonesty* ini cenderung akan melakukan hal yang sama dimasa depan. Maka perlu adanya tindakan preventif untuk mencegah terjadinya *academic dishonesty* agar dunia pendidikan melahirkan generasi generasi penerus yang berkualitas.

Langkah awal untuk mencegah terjadinya dampak negatif dari *academic dishonesty* adalah dengan memahami faktor penyebab individu melakukan *academic dishonesty*. Beberapa faktor penyebab *academic dishonesty* bersifat eksternal, internal, dan lingkungan. Salah satu penyebab yang bersifat internal adalah kecemasan akan kegagalan yang berlebihan (Martin dan Marsh, 2003).

Hendricks (2004), mengutarakan bahwa *academic dishonesty* merupakan bentuk perilaku yang menguntungkan bagi siswa, mahasiswa atau seseorang yang berhubungan dengan hal akademis secara tidak jujur, seperti hanya mencontek, plagiarisme, mencuri dan memalsukan sesuatu yang berhubungan dengan akademik. *academic dishonesty* merupakan suatu fenomena yang telah menjadi epidemi pada dunia pendidikan. Sama halnya juga dikemukakan oleh Bukist (2006) yang menyatakan bahwa perilaku *academic dishonesty* merupakan segala aktifitas ataupun perilaku yang dilakukan secara sengaja yang melanggar aturan yang ditetapkan sebelumnya berhubungan dengan penyelesaian suatu tugas ataupun tes yang

memberikan keuntungan yang tidak adil terhadap siswa lain, dan mengurangi keakuratan dalam pengambilan kesimpulan terhadap prestasi siswa.

Kasus yang ditemukan menunjukkan bahwa perilaku *academic dishonesty* di Indonesia terjadi pada berbagai tingkat pendidikan dan terjadi secara luas di Indonesia. Kasus *academic dishonesty* diindikasikan terjadi pula pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Tadulako, dari wawancara dengan mahasiswa di temukan beberapa alasan mereka melakukan kecurangan. Diantaranya stress akademik, karena banyak nya tugas dan bahan yang harus dipelajari sehingga membuat mereka malas belajar dan *copy paste* tugas dari internet, dan pada ujian menyontek. Selain itu keinginan untuk menghasilkan nilai yang tinggi dalam ujian disertai kecemasan akan kegagalan yang berlebihan (*fear of failure*) menjadi salah satu faktor yang mendorong individu untuk melakukan segala cara bahkan mengambil jalan pintas, dengan banyak melakukan *dishonesty academic*.

Kecemasan akan kegagalan yang berlebihan salah satu penyebab *academic dishonesty* sejalan dengan penelitian Abida & Rabia (2013), dalam penelitiannya menjelaskan Sebuah survei lapangan berbasis kuesioner dilakukan dengan 500 siswa di empat universitas di Pakistan. ditemukan bahwa faktor individu, situasional dan etika mempengaruhi rasionalisasi *academic dishonesty*. Ketika individu lebih banyak memiliki kecemasan yang berlebihan akan kegagalan hal inilah yang membentuk perilaku *academic dishonesty*. penelitian ini juga menyarankan, bagi akademisi untuk mengecilkan perilaku seperti itu, dengan mencari intervensi yang efektif.

Hasil wawancara dari beberapa dosen bimbingan dan konseling UNTAD, ditemukan bahwa hal yang paling sering mereka dapatkan selain menyalin jawaban ujian, membawa contekan saat ujian, juga menyalin tugas teman ataupun *copy paste* dari internet sehingga tugas mereka hampir semua sama, selain itu dalam tugas-tugas yang dikumpulkan biasanya mereka mengutip karya orang lain tanpa mencantumkan sumber (*plagiat*) Temuan ini merupakan suatu hal yang perlu mendapat perhatian karena sebagai calon sarjana pendidikan mereka dituntut memiliki pribadi yang jujur.

Berbagai alasan yang yang disebutkan mahasiswa mengenai mengapa mereka melakukan *Academic dishonesty*, dan alasan terbanyak adalah karena tuntutan dari pihak luar untuk harus mendapatkan nilai tinggi, tuntutan tersebut pada akhirnya membentuk mahasiswa yang mempunyai keyakinan bahwa nilai adalah segalanya, sehingga akan melakukan segala cara untuk mendapatkan target nilai tersebut agar tidak mengalami kegagalan, Alasan ini sejalan dengan pernyataan Newstead, Franklyn-Stokes dan Armstead (1996) dalam penelitiannya terhadap 943 mahasiswa juga menyebutkan bahwa salah satu alasan terbanyak mengapa mahasiswa melakukan *academic dishonesty* adalah kecemasan akan kegagalan yang berlebihan, pada situasi tersebut individu menjadi khawatir tentang konsekuensi dari kegagalan yaitu mengecewakan diri sendiri atau orang lain. mahasiswa yang mengalami kecemasan akan kegagalan yang berlebihan (*Fear of Failure*) memberi stimulus pada otak untuk bekerja tidak sesuai dengan kemampuan sebenarnya. Keadaan inilah yang mendorong mahasiswa melakukan *academic dishonesty* untuk memberikan ketenangan pada dirinya. (Anderman & Murdock, 2007).

Menurut Roig (2006: 121), para pendidik memiliki kewajiban moral untuk mengurangi kecurangan. Dengan demikian, adalah penting bahwa pendidik hadir untuk mengurangi faktor yang dikenal untuk menangani kecurangan akademik. Para pendidik tidak harus fokus pada faktor eksternal dengan mengorbankan faktor internal, karena untuk mengurangi kecurangan, apalagi menghilangkannya, pendidik harus fokus pada faktor-faktor internal. Untuk melawan epidemi kecurangan, pendidik perlu pendidik perlu menemukan cara yang efektif

Tantangan bagi dosen khususnya konselor perguruan tinggi dalam proses perkuliahan salah satunya adalah menumbuhkan kepercayaan diri dan mengurangi kecemasan kegagalan yang berlebihan pada mahasiswa dan dampak negatif dari *academic dishonesty* sehingga tidak melakukan tindakan *academic dishonesty*. Treatment ini sangat diperlukan untuk menyadarkan mahasiswa bahwa *academic dishonesty* merupakan perilaku yang tidak baik dalam dunia pendidikan. Hingga pada akhirnya mahasiswa yang masih memiliki pemikiran bahwa *academic dishonesty* merupakan salah satu cara mereka untuk mendapatkan nilai bagus akan terus terkikis dan cenderung menurun atau bahkan hilang sama sekali. Jika perilaku *dishonesty academic* ini dibiarkan terus menerus, bahkan dianggap hal yang biasa-biasa saja, maka akan mengakibatkan kemerosotan moral dan karakter mahasiswa di masa yang akan datang. Bisa jadi jika hal tersebut tidak segera ditangani, maka bangsa ini akan melahirkan para koruptor, penipu, bahkan menjadi *plagiator* dan penjahat yang menghalalkan segala cara untuk suatu tujuan tertentu.

Guna mengatasi *academic dishonesty* dan prokrastinasi akademik maka peran konselor perlu ditingkatkan untuk menumbuhkan kesadaran mahasiswa tentang dampak dari keduanya dan merubah pikiran yang irasional melalui layanan konseling kelompok. Pikiran yang irasional dan pandangan negatif yang dapat menimbulkan perilaku maladaptif dikarenakan adanya penyimpangan fungsi kognitif. Blachnio & Weremko (2011) dalam penelitiannya menemukan, kecemasan yang berlebihan (*fear of failure*) akan berpengaruh besar dengan kesuksesan individu dan mereka cenderung untuk melihat karya/tulisan orang lain.

Prokrastinasi akademik tidak terjadi dengan sendirinya, namun karena faktor-faktor tertentu. Chow (2011) menyimpulkan bahwa penundaan akademik terjadi pada mahasiswa yang memiliki evaluasi diri negatif, pikiran disfungsional. Flett dkk. (2012) menyimpulkan bahwa prokrastinasi akademik berkorelasi dengan pikiran otomatis negatif. Pemikiran disfungsional juga membuat mahasiswa menjadi pribadi menjadi mudah menyerah sebelum mengerjakan tugas. Pemikiran ini yang mendorong mahasiswa menunda tugas akademik mereka

Binder (2000), menyebutkan beberapa intervensi yang dapat dilakukan untuk mengurangi gejala prokrastinasi akademik yaitu konseling psikodinamik, konseling behavioral, dan konseling kognitif. Ellis dan Knaus (2002) memberikan penjelasan tentang prokrastinasi akademik dari sudut pandang *cognitive behavioral*. Menurutnya, prokrastinasi akademik terjadi karena adanya pikiran irrasional yang dimiliki seseorang. Pikiran irasional tersebut dapat disebabkan oleh suatu kesalahan dalam mempersepsikan tugas sekolah, seperti : memandang tugas sebagai beban yang

berat dan tidak menyenangkan (*aversiveness of the task*), tidak dapat mengerjakan tugas yang sulit, tugas yang dikerjakan tidak akan sebaik orang lain. Akibatnya, ia merasa tidak mampu untuk menyelesaikan tugasnya secara memadai, sehingga ia menunda penyelesaian tugas tersebut. (Solomon dan Rothblum, 1984).

Solomon dan Rothblum (1984) dalam penelitiannya mengemukakan bahwa tidak cukup hanya disebabkan oleh pengelolaan waktu yang buruk ataupun kebiasaan belajar yang tidak baik, prokrastinasi lebih didasari oleh penyebab yang lebih kompleks yaitu interaksi antara tiga komponen yang saling berhubungan yaitu komponen kognitif, afektif dan aspek perilaku berdasarkan pernyataan ini, peneliti menggunakan intervensi dengan pendekatan kognitif behavioral.

Kata kognisi merujuk kepada cara orang memproses informasi, seperti melalui keyakinan, pikiran, ekspektasi, persepsi, interpretasi, dan pengetahuan. *cognitive restructuring* merupakan teknik yang sering digunakan untuk mengubah pola pikir yang kurang adaptif pada individu (Maag,2004). Dalam *cognitive restructuring*, seseorang diajarkan untuk mengubah kesalahan pikiran sehingga menjadi pikiran yang realistis.

Menurut McKay dan Fanning (2000), proses *cognitive restructuring* dapat dilakukan dengan cara mengidentifikasi kesalahan berpikir yang berupa kritik diri. Kemudian dilanjutkan dengan menata ulang pikiran seseorang dengan menyangkal kritik diri tersebut. Yahav dan Colen (2008) mengungkapkan bahwa perilaku atau emosi seseorang yang maladaptive dipengaruhi oleh proses berpikir yang salah. Pikiran ini yang membuat individu kesulitan menghadapi situasi tertentu sehingga

perilakunya menjadi mudah menyerah, ragu-ragu dan tidak berdaya untuk menghadapi masalah seorang diri.

McKay dan Fanning (2000) menjelaskan adanya pikiran negative berupa kritik dalam diri membuat individu mudah mengingat kegagalannya daripada keberhasilan atau kelebihan yang dimilikinya. Individu juga mudah menyalahkan diri atas sebuah kesalahan yang terjadi serta membandingkan kemampuan atau prestasi diri dengan orang lain. Pikiran negatif sulit diketahui karena pikiran tersebut erat dengan cara seseorang memandang suatu realitas. Bila individu terus berpikir negatif maka pikiran tersebut akan mengontrol pikiran individu sehingga konsekuensinya individu akan merasa cemas, takut, tidak aman, dan sulit menghadapi permasalahannya.

Bila individu yang sudah mengetahui kesalahan yang ada dalam pikirannya, maka individu perlu melawan pikiran tersebut agar tidak muncul kembali. Kunci utama dari *cognitive restructuring* adalah seseorang mencari bukti-bukti obyektif yang menantang pikiran negatif, lalu secara aktif dilakukan serangan dan tantangan terhadap pikiran negatif yang diyakininya. Seseorang diajarkan untuk menyerang dan menantang pikiran-pikirannya yang negatif, supaya kemudian dapat diganti dengan pikiran yang positif. Oleh karena itu, saat pikiran negatif muncul, individu perlu diajak untuk mencari alternatif pikiran.

Penelitian ini akan menggunakan salah satu layanan bimbingan dan konseling yaitu konseling kelompok. Wibowo (2005: 32), menjelaskan konseling kelompok adalah suatu proses pribadi yang dinamis yang terpusat pada pemikiran dan perilaku

yang disadari dan dalam proses konseling kelompok itu mengandung ciri-ciri terapeutik. Selanjutnya, Wibowo (2005) juga menjelaskan bahwa konseling kelompok merupakan cara yang amat baik untuk menangani konflik-konflik antar pribadi dan membantu individu dalam pengembangan kemampuan pribadi mereka. Pendapat lain disampaikan Winkel dan Hastuti (2004:255) menjelaskan bahwa konseling kelompok adalah bentuk khusus dari layanan konseling yaitu dengan wawancara antara konselor dengan beberapa orang sekaligus yang tergantung pada kelompok kecil. Menurut Nurihsan (2006:24), konseling kelompok adalah suatu bantuan kepada individu dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, serta diarahkan pada pemberian kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhannya. Selain itu, menurut Wibowo (2005:43), dalam konseling kelompok anggota bisa saling memberi bantuan, menerima bantuan dan berempati dengan tulus didalam konseling kelompok

Penggunaan layanan konseling kelompok dalam penelitian ini didasari pada sifat konseling kelompok selain bersifat pencegahan, tetapi konseling kelompok dapat pula bersifat penyembuhan. Konseling kelompok bersifat penyembuhan sesuai dengan usaha mereduksi prokrasinasi akademik dan *academic dishonesty*, yaitu memberikan solusi untuk mengurangi tingkat kedua perilaku tersebut. Selain itu konseling kelompok bersifat pencegahan artinya jika suatu saat nanti siswa melakukan prokrastinasi akademik dan *academic dishonesty* lagi, siswa tersebut mempunyai pengetahuan bagaimana cara untuk mencegah agar tidak melakukan perilaku-perilaku tersebut kembali, dan juga anggota kelompok dapat saling memberi

dan menerima bantuan, sehingga mereka akan merasa diterima, dimengerti dan menambah rasa positif di dalam diri mereka (Wibowo, 2005).

Menurut Cormier et al (2009), teknik *cognitive restructuring* memusatkan perhatian pada upaya mengidentifikasi dan mengubah pikiran-pikiran atau pernyataan diri negative dan keyakinan-keyakinan konseling tidak rasional. Teknik CR menggunakan asumsi bahwa respon-respon perilaku dan emosional yang tidak adaptif dipengaruhi oleh kognitif konseli, Di mana proses kognitif menjadi faktor penentu dalam menjelaskan bagaimana manusia berpikir, merasa dan bertindak. Sementara dengan adanya keyakinan bahwa manusia memiliki potensi untuk menyerap pemikiran yang rasional dan irasional, di mana pemikiran yang irasional dapat menimbulkan gangguan emosi dan tingkah laku yang menyimpang.

Menurut beberapa ahli di atas dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik dan *academic dishonesty* terjadi karena adanya keyakinan irasional yang dimiliki seseorang, seperti ketidakpercayaan diri akan kemampuan yang dimiliki keyakinan ini muncul karena kesalahan mempersepsikan tugas, serta kecemasan yang berlebihan akan kegagalan (*fear of failure*) sehingga cenderung melakukan hal tersebut.

Tempat penulis akan mengadakan penelitian adalah Universitas Tadulako, di Universitas Tadulako sudah berdiri Unit Pelayanan Psikologi dan Bimbingan dan Konseling (UPP-BK) yang berdiri pada bulan maret tahun 2014. Berdasarkan fakta yang diperoleh dari wawancara dengan konselor, pelaksanaan konseling kelompok masih bersifat umum belum dikhususkan untuk menangani masalah perilaku

prokrastinasi akademik dan perilaku *academic dishonesty* selain itu pelaksanaan konseling kelompok masih bersifat insidental.

Jadi inilah alasan mengapa peneliti akan menerapkan konseling kelompok dengan teknik *cognitive restructuring* yang akan digunakan dalam mereduksi perilaku prokrastinasi akademik dan *academic dishonesty* pada mahasiswa bimbingan dan konseling di Universitas Tadulako.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas dapat diidentifikasi permasalahan penelitian sebagai berikut:

- 1.2.1 Masih banyak Mahasiswa Bimbingan dan Konseling yang mempunyai perilaku prokrastinasi akademik dan *academic dishonesty* dan bisa mempengaruhi prestasi akademik di Universitas Tadulako.
- 1.2.2 Ketidakyakinan akan kemampuan diri sendiri dalam mengerjakan tugas atau ujian
- 1.2.3 Kecemasan yang berlebihan akan kegagalan tidak akan mendapatkan nilai yang bagus
- 1.2.4 Terdapat perilaku prokrastinasi akademik dikalangan mahasiswa berupa penundaan tugas *papper* atau makalah dan tugas membaca
- 1.2.5 Terdapat perilaku *academic dishonesty* di kalangan mahasiswa berupa menyontek ketika ujian, menyalin tugas teman, hanya *copy paste* dari internet atau mengutip karya orang lain tanpa mencantumkan sumber (plagiat),

pemalsuan daftar pustaka.

- 1.2.6 Pelaksanaan konseling kelompok masih bersifat umum belum dikhususkan untuk mengurangi perilaku prokrastinasi akademik dan *academic dishonesty*

1.3. Cakupan Masalah

Berdasarkan pada identifikasi masalah di atas, agar pembahasannya lebih terfokus atau tidak meluas. Adapun cakupan masalah dalam penelitian ini yaitu konseling kelompok, teknik *Cognitive restructuring*, prokrastinasi akademik dan perilaku *academic dishonesty* mahasiswa BK FKIP Universitas Tadulako.

1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Sejauh mana tingkat perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa bimbingan dan konseling Universitas Tadulako

- 1.4.1 Bagaimana perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Tadulako ?
- 1.4.2 Bagaimana perilaku *academic dishonesty* pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Tadulako ?
- 1.4.3 Bagaimana tingkat keefektifan konseling kelompok dengan teknik *Cognitive restructuring* untuk mereduksi prokrastinasi akademik pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Tadulako ?
- 1.4.4 Bagaimana tingkat keefektifan konseling kelompok dengan teknik *Cognitive restructuring* efektif untuk mereduksi perilaku *academic dishonesty* pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Tadulako ?

1.4.5 Bagaimana tingkat perbedaan keefektifan antara konseling kelompok dengan teknik *cognitive restructuring* untuk mereduksi prokrastinasi akademik dan konseling kelompok dengan teknik *cognitive restructuring* untuk mereduksi perilaku *academic dishonesty* pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling UNTAD ?

1.5 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah yang telah dipaparkan, maka tujuan penelitian ini adalah:

1.5.1 Menganalisis tingkat perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa bimbingan dan konseling Universitas Tadulako

1.5.2 Menganalisis tingkat perilaku *academic dishonesty* pada mahasiswa bimbingan dan konseling Universitas Tadulako

1.5.3 Menganalisis tingkat keefektifan konseling kelompok dengan teknik *Cognitive Restructuring* untuk mereduksi prokrastinasi pada mahasiswa bimbingan dan konseling di Universitas Tadulako

1.5.4 Menganalisis tingkat keefektifan konseling kelompok dengan teknik *Cognitive restructuring* untuk mereduksi *academic dishonesty* pada mahasiswa bimbingan dan konseling di Universitas Tadulako ?

1.5.5 Menganalisis tingkat perbedaan keefektifan antara konseling kelompok dengan teknik *cognitive restructuring* untuk mereduksi prokrastinasi akademik dan konseling kelompok dengan teknik *cognitive restructuring* untuk mereduksi *academic dishonesty* pada mahasiswa bimbingan dan konseling

1.6 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan sumbangan kepada pihak Hasil penelitian ini diharapkan memiliki manfaat secara teoritis dan praktis pada Bimbingan dan Konseling

1.6.1 Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat menghasilkan tesis yang dapat dipertanggung jawabkan yang dapat dijadikan acuan bagi peneliti selanjutnya. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat menambah khasanah ilmu pengetahuan khususnya keilmuan bimbingan dan konseling dalam bidang konseling kelompok untuk membantu mahasiswa dalam mereduksi perilaku prokrastinasi akademik dan perilaku *academic dishonesty*.

Secara teoritis dapat diketahui bahwa konselor dapat menggunakan teknik-teknik yang lebih kreatif dan inovatif dalam penyelenggaraan layanan BK selain dari teknik yang sudah ada sebelumnya. Seperti halnya dengan menggunakan teknik *cognitive restructuring* teknik ini merupakan teknik dari pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT). teknik ini membantu konseli untuk mengubah perilakunya dengan cara mengubah pola pikirnya atau ranah kognitifnya terlebih dahulu. Teknik ini pada akhirnya mengharapkan perubahan pada pola pikir konseli yang mana akan memberikan dampak yang signifikan pada perilaku konseli.

1.6.2 Manfaat Praktis

1.6.2.1 Bagi Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Bagi Dekan Fakultas sebagai pimpinan diharapkan dapat mendukung dengan memfasilitasi pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling menggunakan *cognitive restructuring* untuk mereduksi prokrastinasi akademik dan *academic dishonesty* , serta masalah-masalah mahasiswa lainnya

1.6.2.2 Bagi konselor perguruan tinggi, terkait hasil pelaksanaan konseling kelompok dengan tehnik *Cognitif Restructuring* untuk mereduksi perilaku prokrastinasi akademik dan *academic dishonesty*. Dengan adanya penelitian ini, konselor dapat menentukan langka yang perlu diterapkan dalam menghadapi perilaku prokrastinasi akademik dan *academic dishonesty* .

1.6.2.3 Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat dijadikan referensi dalam melakukan penelitian yang berkaitan dengan prokrastinasi akademik dan *academic dishonesty*