



OPTIMALISASI ROLE PLAY UNTUK MENGURANGI PROKRASTINASI AKDEMIK SISWA SMK

Mei Ayatus Sifa, Restu Dwi Ariyanto

Progran Studi Bimbingan dan Konseling
Universitas Nusantara PGRI Kediri
meisifa2@gmail.com, restudwiariyanto@unpkediri.ac.id

Abstrak

Perubahan kehidupan yang semakin global membuat siswa menjadi menunda untuk belajar karena malas, berbagai faktor yang memengaruhi salah satunya adalah prokrastinasi. Prokrastinasi yang terjadi pada area akademik disebut sebagai prokrastinasi akademik. Melihat fenomena tersebut maka di perlukan sebuah dinamika kelompok agar siswa mampu menjadi generasi emas. Setting kelompok tersebut dapat menggunakan salah satu teknik yaitu *role play*. Pengertian *role play* adalah suatu teknik yang digunakan oleh konselor dari beragam orientasi teoritis untuk klien-klien yang perlu mengembangkan pemahaman yang lebih mendalam tentang atau melakukan perubahan dalam dirinya sendiri. Kenyataan tersebut mendorong para pendidik, khususnya kepala sekolah dan guru-guru untuk berusaha menjalin komunikasi yang efektif dengan siswanya dan memberikan teknik *role play* kepada siswa. Hal ini diharapkan agar siswa tahu bagaimana dampak ketika tidak bertanggung jawab belajar dan menjadi generasi emas bangsa Indonesia yang lebih baik

Keywords: prokrastinasi akademik, *role play*

PENDAHULUAN

Pendidikan memegang peranan penting karena pendidikan adalah wahana dalam pembangunan dan pembaharuan kualitas sumber daya manusia. Menurut (Sugiyono, 2012: 1) "pembangunan dan pembaharuan pendidikan Indonesia harus mampu menjamin pemerataan kesempatan pendidikan, peningkatan mutu, relevansi, dan efisiensi pendidikan untuk menghadapi tuntutan perubahan kehidupan global. Tujuan adalah Untuk mengetahui optimal *role play* untuk mengurangi prokrastinasi akademik siswa. Penelitian Terdahulu Berdasarkan penelitian Adellia Shinta Dewi (2010) disimpulkan bahwa penerapan model *role playing* pada Pembelajaran IPS dapat meningkatkan aktivitas dan hasil belajar siswa kelas IV SDN Purwodadi 3 Kecamatan Blimbing Kota Malang. Disarankan untuk penelitian selanjutnya hendaknya dapat memperbaiki kelemahan-kelemahan yang ada sehingga pembelajaran diharapkan berjalan seoptimal mungkin. Sehingga dari penelitian ini disarankan agar para guru memilih dan menerapkan model pembelajaran yang lebih inovatif, menarik dan komunikatif agar siswa lebih aktif dan kreatif.

Berdasarkan hasil penelitian Angga Yuanita Ratna Sari (2009), disimpulkan bahwa penggunaan *role playing* dapat meningkatkan pemahaman konsep keanekaragaman suku bangsa siswa kelas V di SDN Langon 02 Kecamatan Ponggok Kabupaten Blitar yang ditandai dengan meningkatnya ketiga aspek 18 kognitif, afektif, dan psikomotor siswa. Selain itu, penggunaan *role playing* dapat meningkatkan penerapan konsep keanekaragaman suku bangsa siswa kelas V di SDN Langon 02 Kecamatan Ponggok

Kabupaten Blitar, hal ini terbukti bahwa keseharian siswa selama di lingkungan sekolah mendapat kualifikasi.

Berdasarkan penelitian Sandhi Sirna Prahara (2012) disimpulkan bahwa pemanfaatan metode pembelajaran *role playing* dapat meningkatkan aktifitas dan hasil belajar IPS siswa kelas 5 SDN Kemirisewu 2 Kecamatan Pandaan Kabupaten Pasuruan. Berdasarkan penelitian ini, disarankan kepada guru agar dalam kegiatan pembelajaran mampu mengaktifkan siswa dalam belajar yang salah satunya adalah *role playing*.

Dengan kata lain *role play* dapat meningkatkan aktivitas dan hasil belajar siswa meningkatkan pemahaman konsep keanekaragaman, *role playing* dapat meningkatkan aktifitas dan hasil belajar. Banyaknya siswa yang dirugikan disebabkan oleh berbagai faktor. Menurut Astrid (2015) dalam Jawa Pos tentunya berasal dari beragam faktor yang menyebabkan seseorang menunda mengerjakan tugas atau PR, ada yang berasal dari faktor internal dan eksternal," kata psikolog pendidikan, Rahma Hastuti, dalam perbincangan dengan detik Health dan ditulis pada Senin (23/2/2015). fenomena menunda-nunda dikenal sebagai prokrastinasi. Jika berkaitan dengan dunia pendidikan, maka disebut sebagai prokrastinasi akademik.

Penundaan dapat pula terjadi ketika seseorang memiliki preferensi atau lebih memilih mengerjakan tugas-tugas yang kurang mendesak padahal ada tugas lain yang lebih mendesak, atau melakukan hal-hal yang lebih menyenangkan kemudian menunda tugas yang akan datang ke waktu tertentu yang kadang-kadang bahkan mendekati 'menit terakhir' sebelum batas waktu," jelas menurut Rahma berita dalam media masa siswa melakukan menunda-nunda tugas di karenakan meremehkan tugas dan merasa waktu pengumpulan tugas masih lama. Dapat di simpulkan bahwa prokrastinasi dapat terjadi dari faktor internal dan eksternal. Dan siswa menunda-nunda tugas di karenakan meremehkan tugas dan merasa waktu pengumpulan tugas masih lama.

PEMBAHASAN

Definisi Role Play

Role Play (permainan peran) adalah sebuah teknik yang digunakan oleh konselor yangberkitaan dengan pendidikan di mana individu memernkaan situasi yang imajinatif dengan tujuan untuk membantu tercapainya pemahaman diri sendiri, menganalisis perilaku aatau menunjukkan pada orang lain bagaimana perilaku seseorang atau bagaimana seseorang harus bertingkah laku (dalam Romlah, 2013: 99).

Menurut James & Gilliland (dalam Erfroord : 358) Pengertian *role play* menurut ahli *role play* (bermain permainan) adalah suatu teknik yang digunakan oleh konselor dari beragam orientasi teoritis untuk klien-klien yang perlu mengembangkan pemahaman yang lebih mendalam tentang atau melakukan perubahan dalam dirinya sendiri. Jadi *role play* adalah suatu teknik permain peran untuk, membantu konselor dalam menangani masalah siswa/konseli sehingga siswa dapat mengembangkan pemahan dalam dirinya. Menurut James & Gilliland (dalam Erfroord : 358) Pengertian *role play* menurut ahli *role play* (bermain permainan) adalah suatu teknik yang digunakan oleh konselor dari beragam orientasi teoritis untuk klien-klien yang perlu mengembangkan pemahaman yang lebih mendalam tentang atau melakukan perubahan dalam dirinya sendiri. Jadi *role play* adalah suatu teknik permain peran untuk, membantu konselor dalam menangani masalah siswa/konseli sehingga siswa dapat mengembangkan pemahan dalam dirinya,

Langkah-langkah Role Play

Dalam pengimplementasikan *role play* ada beberapa cara (dalam Eford: 358-359)

1. *The Encounter* (pertemuan)
Bagian ini yang paling penting dalam teknik *role play* karena kadang-kadang klien akan berganti peran dan memainkan peran orang lain yang terlibat.
2. *The stage* (Panggung)
Ruangan dengan alat-alat bantu sederhana yang dapat memebrikan pengalaman realistis.
3. *Warm up* (pemanasan)
Adalah fase untuk medorong klien untuk menjadi tegubung dengan situasinya , termasuk emosi-emosi terkait yang akan dimain perankan.
4. *Sharing and analysis* (berbagai dan analisis)
Sharing and analysis (berbagai dan analisis) dalam fase ini konseor dan anggota kelompok (jika dilakukan dalam ranah kelompok) berbagi apayang mereka alami selama *role play*. Analisis sering terjadi dalam sesi tindak lanjut karena klien pada umumnya terbangkitkan secara emosional di akhir *role play*.

Prokrastinasi Akademik

Menurut silver dalam Ghufron &Risnawati 2016: 152) sesorang untuk menyelesaikan penundaan tersebut menyebabkan dia gagal menyelesaikan tugasnya tepat waktu. yang melakukan prokratinasi tidak bermaksud untuk menghindari tugas atau tidak mau tahu dengan tugas yang dihadapinya.

Prokrastinasi adalah kecenderungan untuk menunda dalam memulai,melaksanakan dan mengakhiri suatu aktivitas. Prokrastinasi akademik adalah prokrastinasi yang terjadi di lingkungan akademik.

Prokratinasi adalah suatu penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulng dengan melakukan aktivitaslain yang tidak diperlukan dalam pengerjaan tugas. Jadi prokrastinasi adalah kebiasaan dari siswa/seseorang untuk menunda-nunda tugas pekrjaan sehingga mengakibatkan dirinya rugi.

Prokrastinasi adalah kecenderungan untuk menunda dalam memulai, melaksanakan dan mengakhiri suatu aktivitas. Prokrastinasi akademik adalah prokrastinasi yang terjadi di lingkungan akademik. Ellis&Knaus (1977) menemukanbahwa hampir 70% mahasiswa melakukan prokrastinasi dalam makna luas Prokrastinasi yang dilakukan seseorang menjadi indikasi kurangnya.

Aspek-Aspek Prokrastinasi Akademik

1. Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas Penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas yang dihadapi.sesorang yang melakukan prokrastinasi tahu bahwa tugas yang dihapai harus segera di selesaikan. Akan tetapi, dia menunda-nunda menyelesaikan sampai tuntas jika dia sudah mulai mengerjakan sebeumnya. Jadi yag di maksud disini adalah siswa sudah mulai mengerjakan tugas tapi tidak langsung di selesai pada saat itu juga.
2. Keterlambatan dalam mengerjakan tugas
Orang yang melakukan prokrastinasi memerlukan waktub yang lebih lam adaripadawaktu yang dibutuhkan da umumnya dalam mengerjakan suatu tugasnya. Seorang prokrastinasi juamelakukan hal-hal yang tidk dibutuhkan dalam menyelesaikan suatu tugas, tanpa memperhitungkan keterbatasan waktu yang dimiliki.
3. Kesenjangan waktu anatara rencana dan kinerja actual

Seorang prokrastinator mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan sebelumnya.

4. Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan

Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan.

Jenis-Jenis Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi dapat dilakukan pada beberapa jenis pekerjaan. Ghufron & Risnawati, (2016: 151-156). Jenis-jenis tugas yang sering ditunda prokrastinator adalah pembuatan keputusan, tugas-tugas rumah tangga, aktivitas akademik, pekerjaan kantor, dll. Prokrastinasi akademik dan non akademik. Para ahli untuk membagi jenis-jenis tugas diatas.

a) Prokrastinasi Akademik adalah jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademiknya. Misalnya tugas sekolah/ tugas kursus.

b) Prokrastinasi non akademik penundaan yang dilakukan ada jenis tugas non formal atau yang berhubungan dengan kehidupan sehari-hari.

Macam-macam Permainan Peran

Ada beberapa istilah dalam permainan peran ada yang permainan peran yang terstruktur dan permainan peran yang tidak terstruktur ada pula istilah sosiodrama dan psikodrama. dalam (Romlah, 2013:104-117)

1. Sosiodrama

Sosiodrama adalah permainan peranan yang ditujukan untuk memecahkan masalah sosial yang timbul dalam hubungan antar manusia. Konflik-konflik sosial yang disosiodrama adalah konflik-konflik yang tidak mendalam yang tidak menyangkut gangguan kepribadian. Sosiodrama merupakan kegiatan yang bertujuan untuk mendidik kembali daripada kegiatan penyembuhan. Kegiatan sosiodrama dapat dilakukan bila sebagian besar anggota kelompok menghadapi masalah sosial yang hampir sama, atau bila ingin melatih atau mengubah sikap-sikap tertentu.

2. Psikodrama

Psikodrama merupakan permainan peranan yang dimaksudkan agar individu yang bersangkutan dapat memperoleh pengertian yang lebih baik tentang dirinya, dapat menemukan konsep dirinya menyatakan kebutuhan-kebutuhannya, dan menyatakan reaksinya terhadap tekanan-tekanan terhadap dirinya. Psikodrama dilaksanakan untuk tujuan terapi atau penyembuhan. Di dalam psikodrama klien memerankan situasi-situasi dramatis yang dialaminya pada waktu lalu, sekarang dan yang diantisipasi

3. Permainan peranan terstruktur

Permainan peranan terstruktur adalah permainan peranan dimana fasilitator menentukan struktur dan menjelaskannya pada peserta permainan.

4. Permainan peran Tidak terstruktur

Permainan peran Tidak Terstruktur atau yang bersifat pengembangan adalah permainan peran dimana hubungan antara pemeran utama dengan pemeran-pemeran lain dalam permainan tidak ditentukan oleh fasilitator tetapi oleh para anggota kelompok.

KESIMPULAN

Upaya menjalin komunikasi yang efektif dengan siswa diperlukan sebuah teknik yang aplikatif. Teknik *role play* dapat digunakan dalam membantu generasi emas Indonesia agar dapat bertanggung jawab dan tidak menunda-nunda pekerjaan. Berdasarkan teknik *role play* diharapkan prokrastinasi akademik akan dapat dikurangi atau bahkan dapat

dihilangkan. Maka dari itu proses optimalisasi *role play* untuk mengurangi prokrastinasi akademik siswa SMK akan menjadi sebuah solusi efektif dalam membentuk generasi emas Indonesia menjadi lebih baik dan produktif di masa depan.

DAFTAR PUSTAKA

- Astrid.2015. *Anak Suka Menunda-Nunda Mengerjakan Tugas Sekolah? Kenali*. Detikhealth. Jakarta: Ar-Ruzz. (Online), Tersedia : <https://health.detik.com/read/2015/02/23/122535/2839996/1301/anak-suka-menunda-nunda-mengerjakan-tugas-sekolah-kenali-sebabnya>. Online diakses 14 Januari 2018.
- Erfrod, thn *40 Teknik Yang Harus Di Ketahui Setiap Konselor Edisi kedua* Terjemahan.2005. Jakarta: Pustaka pelajar.
- Ghufron, M. Nur dan Risnawita. 2016, hal 142. *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media. (Online) <https://health.detik.com/read/2015/02/23/122535/2839996/1301/anak-suka-menunda-nunda-mengerjakan-tugas-sekolah-kenali-sebabnya>, diakses 14 Januari 2018.
- Romlah, T. 2013. *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Rumiani. 2018. Prokrastinasi Akademik Ditinjau Dari Motivasi Berprestasi Dan Stres Mahasiswa Prodi Psikologi Universitas Islam Indonesia *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro Vol.3 No. 2, Desember 2006*.