

BIMBINGAN KONSELING INDIVIDUAL UNTUK MENGURANGI PERILAKU PROKRASTINASI MENGHAFAJ JUZ'AMMA PADA SANTRI

Ilham Nur Yahya¹ dan Alief Budiyo²

¹IAIN Purwokerto, Mahasiswa Fakultas Dakwah, Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam

²IAIN Purwokerto, Dosen Fakultas Dakwah

Ihannuya610@gmail.com dan alief@iainpurwokerto.ac.id

ABSTRAK

Penundaan dalam keilmuan psikologi dikenal dengan prokrastinasi. Penelitian ini bertujuan mengetahui kondisi perilaku prokrastinasi menghafal Juz'amma pada santri putra. Mengetahui proses pelaksanaan bimbingan konseling individual. Mengetahui kondisi perilaku prokrastinasi menghafal setelah diberikan bimbingan konseling individual. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif, dengan pengumpulan data berupa observasi, wawancara. Analisis data lebih difokuskan pada analisis data secara kualitatif. Hasil penelitian selama di lapangan Kondisi santri putra melakukan penundaan menghafal Juz'amma. Bimbingan konseling individual dipilih untuk mengatasi permasalahan tersebut. Proses bimbingan melalui beberapa tahapan yaitu 1) Tahap Awal 2) Tahap Pertengahan 3) Tahap Akhir. Bimbingan konseling individual membuat santri memahami potensi dirinya, mampu membuat jadwal kegiatan dan konsisten dalam melaksanakannya. Dapat disimpulkan bahwa bimbingan konseling individual mengurangi perilaku prokrastinasi menghafal Juz'amma pada santri. Ini dibuktikan perubahan perilaku santri berupa pemahaman akan potensi diri, pengendalian diri, peningkatan kemampuan manajemen waktu.

Kata Kunci: Bimbingan Konseling Individual; Perilaku Prokrastinasi

ABSTRACT

Delay in psychology is known as procrastination. This study aims to determine the condition of the procrastination behavior to memorize Jua'amma male students. Knowing the process of implementing individual counseling guidance. Knowing the condition of memorizing procrastination behavior after being given individual counseling guidance. This study uses a qualitative method, with data collection in the form of observations, interviews. Data analysis is more focused on qualitative data analysis. The results of the research while in the field were that the male students did delay memorizing Juz'amma. Individual counseling guidance is chosen to overcome these problems. The guidance process goes through several stages, namely 1) Initial Stage 2) Mid Stage 3) Final Stage. Individual counseling guidance enables students to understand their potential, be able to schedule activities and be consistent in implementing them. It can be concluded that individual counseling reduces the behavior of procrastinating memorizing Juz'amma in students. This is evidenced by changes in the behavior of students in the form of understanding self-potential, self-control, increasing time management skills.

Keywords: Individual Counseling Guidance; Procrastination behavior

PENDAHULUAN

Al-Quran merupakan sumber dari segala sumber ilmu pengetahuan yang menyangkut masalah kehidupan manusia dari segala aspek dan sisi kehidupan, baik kehidupan di dunia maupun kehidupan di akhirat. Tuntutan agar Al-Qur'an dapat berperan dan berfungsi dengan baik sebagai pedoman dan petunjuk hidup untuk umat manusia, terutama di zaman kontemporer ini tidak akan pernah berhenti (Zuhdi, 2012).

Al-Qur'an mengandung pelajaran yang bermanfaat untuk dijadikan penuntun atau pedoman dalam beribadah kepada Allah, bergaul dengan sesama manusia, dan alam sekitar. Abdul Razzaq (dalam Herwani, 2014) mengatakan bahwa Al-Qur'an tersusun dalam 114 surat dengan 6.236 ayat, 74.437 kalimat dan 325.345 huruf semuanya adalah wahyu Allah yang dapat dihafal oleh orang-orang yang memang benar-benar mau menghafal Al-Qur'an. Al-Qur'an terdiri dari 30 juz, salah satunya adalah juz'amma yang merupakan bagian juz terakhir di dalam Al-Qur'an yang memiliki ciri utama pada surat-suratnya yaitu singkat, dengan bahasa yang indah, menyentuh hati, dan mudah untuk diingat serta juz'amma sering digunakan dalam kehidupan sehari-hari sebagai bacaan shalat atau hafalan (Khashinah, 2015).

Menghafal Al-Qur'an dapat dijadikan sebagai proses awal untuk memahami kandungan ayat-ayat Al-Qur'an, tentunya setelah melewati proses dasar membaca Al-Qur'an dengan baik dan benar. Belakangan ini menghafal Al-Qur'an mulai banyak diminati oleh masyarakat Indonesia, di beberapa universitas islam, institut islam, sekolah, bahkan pondok pesantren juga mewajibkan santri untuk dapat menghafalkan Al-Qur'an minimal menghafal juz 30 atau juz'amma.

Pondok pesantren merupakan bentuk pendidikan nonformal yang menekankan pada pembelajaran ilmu keagamaan. Ilmu keagamaan yang dipelajari beraneka ragam seperti belajar ilmu fiqh, ilmu tauhid, ilmu syariat, ilmu yang menunjang praktek ibadah, ilmu membaca tulis al-qur'an dan lain sebagainya. Pondok pesantren al hidayah merupakan Salah satu pondok pesantren yang berada di kota purwokerto memiliki program menghafal juz 'amma pada setiap santri yang mempunyai niat untuk belajar ilmu di tempat tersebut. Alasan diadakannya program ini selain karena tradisi pihak pesantren juga menginginkan para santri menghafal, memahami jus 'amma karena jus 'amma sebutan untuk juz 30 pada

al qur'an yang mana menjadi petunjuk dan pedoman hidup bagi orang islam.

Dalam kegiatan hafalan ini ada yang disebut dengan istilah "setoran", yaitu proses dimana santri harus mengaji, bermuroja'a atau membaca hafalan di depan ustadz atau pengampu. Waktu setoran ini dilakukan setiap empat hari sekali dalam satu minggu yaitu pada pagi hari sesudah shalat subuh. Selain setoran empat hari sekali dalam satu minggu, ada yang disebut lalaran masal yang dilakukan dalam tenggang waktu satu minggu satu kali. Dalam proses lalaran masal ini santri diwajibkan bermuroja'ah di depan para santri dengan hafalan surat yang sudah diacak atau ditentukan ditempat oleh seksi pendidikan. Selain itu, santri tidak hanya bermuroja'a dengan hafalan saat ini namun hafalan-hafalan yang sebelumnya juga harus dimuroja'a kembali. Para pengampu biasanya akan mengetes secara acak tiap-tiap surat yang harus mereka bacakan.

Santri sebagai insan sosial tidak pernah terlepas dari permasalahan-permasalahan yang menimpa hidupnya, baik yang berkaitan dengan permasalahan pribadi maupun sosial. Beberapa santri merasa tertekan, tidak mampu mengikuti tuntutan banyaknya tugas pesantren yang diantaranya adalah menghafal juz'amma. Banyak santri yang menunjukkan perilaku menghindar, seperti bermalasan, menunda hafalan, tidak hadir dalam kegiatan setoran dengan alasan sakit, mengalami masalah dengan teman diasrama sehingga mengganggu proses hafalan, rendahnya kesadaran santri untuk mengulang hafalan, ada juga yang meminta izin pulang dengan alasan kepentingan keluarga. Perilaku penundaan dari para santri ini dalam dunia psikologi dikenal dengan istilah prokrastinasi.

Penundaan dalam kajian psikologi disebut dengan prokrastinasi yang menunjukkan suatu perilaku tidak disiplin dalam penggunaan waktu, yang tidak peduli apakah penundaan tersebut mempunyai alasan atau tidak. Seorang prokrastinator memiliki pandangan bahwa suatu tugas harus diselesaikan dengan sempurna, sehingga individu merasa lebih aman untuk tidak melakukannya dengan segera. Ferrari, dkk (1995) menyimpulkan bahwa pengertian prokrastinasi dapat dipandang dari berbagai batasan tertentu, antara lain prokrastinasi hanya sebagai perilaku penundaan, yaitu setiap perbuatan untuk menunda dalam mengerjakan suatu tugas disebut sebagai prokrastinasi, tanpa mempermasalahkan tujuan serta alasan penundaan. Penundaan yang telah menjadi respon tetap atau kebiasaan dapat dipandang sebagai suatu perilaku prokrastinasi. Artinya,

Dipublikasikan Oleh :

UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal

Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin

penundaan yang dikategorikan sebagai prokrastinasi adalah apabila penundaan tersebut merupakan suatu kebiasaan atau pola yang menetap dan selalu dilakukan seseorang ketika menghadapi suatu tugas serta penundaan tersebut disebabkan oleh adanya keyakinan-keyakinan yang irasional dalam memandang suatu tugas (Ghufron dan Rini, 2012).

Sebelumnya, ada penelitian yang bertitik tolak pada teori pendapat fibrianti bahwa penentu prokrastinasi tidak hanya faktor internal atau diri procrastinator melainkan juga factor eksternal seperti dukungan dari orang lain. Ini dibuktikan dengan hasil penelitian gambaran umum perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa Jurusan Bimbingan Konseling Islam berada pada kategori sedang. Sedangkan, respon mahasiswa terhadap metode bimbingan dosen pembimbing akademik menunjukkan hasil bahwa 37,5% cukup puas, 22,5% kurang puas, 2,5% puas, 5% sangat puas, 30% kecewa, dan 2,5% sangat kecewa. Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa pengaruh antara metode bimbingan dosen dapat dilihat dengan nilai P 0,011 dengan presentas sebesar 16%. Berdasarkan temuan ini dapat disimpulkan bahwa bimbingan dosen pembimbing akademik dapat dikatakan kurang efektif dalam meminimalisir prokrastinasi akademik, meskipun begitu bimbingan dosen pembimbing akademik tetap diperlukan karena merupakan pondasi bagi mahasiswa itu sendiri (Desi, 2012).

Penelitian lainnya menunjukkan bahwa layanan konseling individual dengan pendekatan behavior akan maksimal dengan menekankan pada keterampilan dasar konseling sebagai usaha dalam mengurangi perilaku membolos (Erlina & Fitri, 2016). Kemudian konseling individual dengan pendekatan behaviorisme bertujuan untuk mengubah perilaku remaja yang salah dalam penyesuaian dengan cara-cara memperkuat perilaku yang diharapkan dan meniadakan perilaku yang tidak diharapkan serta membantu menemukan cara-cara berperilaku yang tepat (Husni, 2017).

Permasalahan penundaan menghafal ini perlu diatasi agar tidak menjadi masalah lagi bagi santri yang mempunyai masalah dalam menghafalkan juz'amma. Untuk memecahkan masalah perilaku penundaan perlu adanya motivasi dan bimbingan terhadap santri. Adapun yang membedakan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah tindakan yang diambil berupa penekanan pada faktor penyebab prokrastinasi. Seperti yang kita ketahui bahwa faktor yang mempengaruhi prokrastinasi ada 2, yaitu; faktor internal dan faktor eksternal. Jika penelitian sebelumnya hanya berpusat pada faktor eksternal saja

yaitu metode bimbingan dosen pembimbing maka penelitian ini secara tidak langsung akan mencakup kedua faktor tersebut. Hal ini sesuai dengan tujuan bimbingan konseling individu yaitu (a) Mengadakan perubahan perilaku pada diri konseli sehingga memungkinkan hidupnya lebih produktif dan memuaskan; (b) Memelihara dan mencapai kesehatan mental yang positif; (c) Penyelesaian masalah; (d) Mencapai keefektifan pribadi; (e) Mendorong individu mampu mengambil keputusan yang penting bagi dirinya.

Dari latar belakang yang telah dipaparkan, maka dalam riset ini peneliti ingin mempelajari lebih dalam mengenai bimbingan konseling individual untuk mengurangi perilaku prokrastinasi menghafal juz'amma pada santri di Pondok Pesantren Al-Hidayah Karangsuci.

METODE

Penelitian ini adalah penelitian kualitatif, yaitu suatu pendekatan dalam melakukan penelitian yang berorientasi pada gejala-gejala yang bersifat alamiah, bersifat naturalistik dan mendasar, serta tidak bisa dilakukan di laboratorium melainkan harus terjun dilapangan. Sedangkan jenis penelitian ini adalah penelitian lapangan (*Field Research*). Dimana jenis penelitian ini adalah peneliti akan melakukan penelitian lapangan terhadap bimbingan konseling individual untuk mengurangi perilaku prokrastinasi menghafal juz'amma pada santri (Sugiono, 2010)

Subjek dalam penelitian ini adalah seorang santri putra yang mempunyai masalah dalam menghafalkan Juz'amma, sering menunda-nunda dalam menghafalkan juz'amma, karena malas, menunda karena banyaknya kegiatan jadi badan pikiran cape, tidak bisa mengambil keputusan, keasyikan mengobrol dengan teman, terus mengulang perilaku prokrastinasi, sering tidur, keterlambatan dalam menghafal, dan melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan. Oleh karena itu peneliti ingin mengetahui bagaimana proses memberikan bimbingan konseling individual untuk mengurangi perilaku prokrastinasi yang dialami oleh santri putra tersebut.

Dalam penyajian dan pemaparannya, peneliti menggunakan metode kualitatif deskriptif, sebab dari hasil yang diperoleh peneliti berupa kalimat tertulis atau lisan dari informan. Peneliti memilih studi deskriptif karena data yang nanti diperoleh oleh peneliti berasal dari wawancara, observasi, dan dideskripsikan dengan bahasa yang jelas dan tersusun secara sistematis. Dalam menggali data peneliti lakukan secara mendalam yaitu datang langsung

Dipublikasikan Oleh :

UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal

Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin

kepada informan dan lokasi penelitian (Sugiono, 2010).

Metode pengumpulan data yang dilakukan adalah dengan wawancara, yaitu merupakan suatu teknik pengumpulan data untuk mendapatkan informasi yang digali dari sumber data langsung melalui percakapan atau tanya jawab. Selain wawancara, peneliti juga menggunakan metode observasi, yaitu pengamatan langsung terhadap objek untuk mengetahui keberadaan objek, situasi, konteks, dan maknanya dalam upaya mengumpulkan data penelitian. Data yang telah diperoleh berdasarkan observasi dan wawancara kemudian dibuat narasi untuk mengetahui gambaran dari masalah yang terjadi pada saat dilakukan penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pondok pesantren Al Hidayah karangsuci (No. Statistik: 510033020143) adalah sebuah lembaga pendidikan islam tradisional yang berhaluan *Ahlussunah wal Jama'ah*. Sebuah lembaga pendidikan islam yang berada di Jl. Let Jend. Pol. Soemarto, kelurahan purwanegara, kecamatan purwokerto utara, kabupaten banyumas, provinsi Jawa Tengah. Pondok pesantren Al Hidayah merupakan kawah candradimuka bagi para santri untuk mempelajari dan memahami ilmu agama melalui berbagai literatur islam klasik atau yang lebih dikenal dengan sebutan kitab kuning. Tidak berhenti sampai disitu, para santri juga diharapkan dapat menjadi penggerak dan inisiator dalam masyarakat yang tidak hanya cerdas secara intelektual tetapi juga memiliki karakter yang sesuai dengan akhlak Al-Qur'an diantaranya yaitu santri harus memiliki kepribadian yang utuh dengan mengedepankan akhlaqul karimah yang dilandasi akhlak tawasuth, tawazun, tasamuh, dan i'tidal serta memiliki keunggulan dalam bidang keislaman. Sebagaimana telah diajarkan oleh Nabi Muhammad SAW karena Nabi Muhammad SAW diutus untuk menyempurnaka akhlak.

Pondok pesantren al Hidayah Karangsuci memulai kegiatannya secara resmi pada bulan Ramadhan 1986 dan pada tahun ini juga pondok pesantren al hidayah karangsuci di didirikan. Pondok pesantren alhidayah karangsuci didirikan dan dibawah asuhan (Alm) KH. Dr. Noer Iskandar Al Barsani, M.A., dan Nyai Dra. Hj. Nadhiroh Noeris. Hingga pada saat ini Pondok Pesantren Al Hidayah Karangsuci di bawah asuhan Nyai Dra. Hj. Nadhiroh Noeris memiliki santri yang berjumlah kurang lebih 700 santri putra dan santri putri yang terdiri dari santri jenjang Pendidikan Kesetaraan Tingkat Wustho,

SMP/MTs, SMA/MA, SMK Al-Kutsar, Mahasiswa (IAIN Purwokerto, UNSOED, UNIVERSITAS AMIKOM, UNU, IT TELKOM, POLTEKES HARAPAN BANGSA) serta ribuan orang alumni yang tersebar diberbagai pelosok nusantara.

Pondok pesantren Al Hidayah Karangsuci memiliki berbagai lembaga dan organisasi yang ada di dalamnya. Salah satu fungsi dan tujuannya yaitu untuk menunjang kegiatan agar berhasil secara baik dan sesuai yang diharapkan. Lembaga dan organisasi tersebut meliputi : Madrasah Diniyah Salafiyah Al-Hidayah (MDSA), Madrasah Diniyah Al-Kautsar (MDA), Madrasah Qur'aniyyah Al-Hadi (MQA), Lembaga Pendidikan Bahasa Asing (LPBA), As Syahid, dan Kasyful Qulub.

Madrasah Qur'aniyyah Al-Hadi (MQA) adalah lembaga pendidikan di Pondok Pesantren Al-Hidayah Karangsuci yang bergerak dan fokus terhadap pendidikan dan pengajaran ilmu Al-Qur'an yang didirikan pada tahun 2010 serta memiliki beberapa program yaitu program tahfidzul qur'an, bta dan ppi, murojaah, pelatihan tilawah dan khotmil qur'an. Didirikannya mqa adalah untuk meningkatkan mutu pembelajaran Al-quran bagi para santri agar diperoleh pemahaman yang baik tentang ilmutajwid dan penerapannya, serta memperluas wawasan keilmuan santri dalam bidang ilmu Al-Qur'an.

Prokrastinasi berasal dari bahasa Latin *procrastination* dengan awalan *pro* yang berarti mendorong maju atau bergerak maju dan akhiran *crastinus* yang berarti keputusan hari esok. Jika digabungkan menjadi menanggukhan atau menunda sampai hari berikutnya (Ghufron dan Rini, 2012). Sedangkan menurut Ferrari, dkk (dalam menyatakan bahwa pengertian prokrastinasi merupakan suatu perilaku penundaan pada saat akan memulai atau menyelesaikan suatu tugas.

Steel mengatakan bahwa prokrastinasi adalah menunda kegiatan yang diinginkan secara sengaja walaupun individu tersebut mengetahui bahwa perilaku penundaannya dapat menghasilkan dampak yang buruk (Steel, 2007). Maka dari itu, dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi adalah perilaku individu yang bersifat menunda yang dilakukan secara sengaja hingga melewati batas waktu yang telah ditentukan.

Prokrastinasi merupakan suatu kecenderungan untuk menunda atau sepenuhnya menghindari sebuah aktivitas dibawah kendali individu tersebut. Selanjutnya menurut Alexander & Onwuegbuzie (dalam Hendrianur, 2015) prokrastinasi merupakan

Dipublikasikan Oleh :

UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal

Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin

suatu kecenderungan untuk menunda dalam memulai maupun menyelesaikan kinerja secara keseluruhan untuk melakukan aktivitas lain yang tidak berguna, sehingga kinerja menjadi terhambat dan tidak tepat waktu, serta sering terlambat dalam menghadiri pertemuan-pertemuan.

Berdasarkan teori (Ferrari dkk., 1995) menekankan bahwa prokrastinasi memiliki empat ciri-ciri yang perlu diperhatikan apabila hendak mengukur prokrastinasi seseorang, yaitu:

a. Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas

Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas yang dihadapi harus segera diselesaikan. Akan tetapi, individu yang menunda-nunda untuk mulai mengerjakan atau menunda-nunda untuk menyelesaikan sampai tuntas jika individu tersebut sudah mulai mengerjakan sebelumnya.

b. Keterlambatan mengerjakan tugas

Individu yang melakukan prokrastinasi memerlukan waktu yang lebih lama daripada waktu yang dibutuhkan pada umumnya dalam mengerjakan suatu tugas. Seseorang prokrastinator akan menghabiskan waktu yang ada untuk mempersiapkan diri secara berlebihan. Selain itu, individu tersebut juga melakukan hal-hal yang tidak dibutuhkan dalam menyelesaikan suatu tugas, tanpa memperhitungkan keterbatasan waktu yang ada. Terkadang tindakan tersebut mengakibatkan individu tidak berhasil menyelesaikan tugasnya dengan baik.

c. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual

Seseorang prokrastinator dalam hal ini mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan sebelumnya. Seseorang prokrastinator sering mengalami keterlambatan dalam memenuhi batas waktu yang telah ditentukan, baik oleh orang lain maupun rencana yang telah ditentukan sendiri. Individu mungkin telah merencanakan mulai mengerjakan tugas pada waktu yang telah tentukan sendiri. Akan tetapi, ketika saatnya tiba individu tersebut tidak segera melakukan sesuai dengan rencana sehingga menyebabkan keterlambatan dalam menyelesaikan tugas.

d. Melakukan aktifitas yang lebih menyenangkan

Melakukan aktifitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan. Seorang prokrastinator dengan sengaja tidak segera mengerjakan tugasnya. Akan tetapi, menggunakan waktu yang dimiliki untuk melakukan

aktifitas lain yang dipandang lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan, sehingga menyita waktu yang dimiliki untuk mengerjakan tugas yang harus diselesaikan.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri prokrastiansi dalam menghafal juz'amma pada santri yaitu penundaan untuk memulai dan menyelesaikan hafalan juz 'amma, keterlambatan dalam menghafal juz 'amma, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, melakukan aktifitas yang lebih menyenangkan daripada menghafal juz'amma. (Ferrari dkk.,1995) mengemukakan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi prokrastinasi pada diri individu antara lain :

1. Faktor Internal

Merupakan faktor-faktor yang terdapat dalam diri individu yang mempengaruhi prokrastinasi. Faktor-faktor internal yang mempengaruhi yaitu

- a. Kondisi kodrati, yang terdiri dari jenis kelamin anak, umur, dan urutan kelahiran. Dalam hal ini anak sulung cenderung diperhatikan, dilindungi, dibantu, dan untuk orangtua yang belum berpengalaman dalam mendidik anak. Anak bungsu cenderung dimanja, apalagi bila selisih usianya cukup jauh dari sang kakak. Hal ini akan mempengaruhi perilaku prokrastinasi dalam kehidupan seseorang.
- b. Kondisi fisik dan kondisi kesehatan juga merupakan faktor yang mempengaruhi munculnya prokrastinasi.
- c. Kondisi psikologis, karakter kepribadian yang dimiliki individu turut mempengaruhi munculnya perilaku prokrastinasi.
- d. Faktor internal lain yang mempengaruhi, antara lain adalah perasaan takut gagal, ketidaksukaan terhadap tugas, dan adanya ketergantungan kuat terhadap orang lain.

2. Faktor Eksternal

Selain faktor internal, beberapa faktor eksternal juga ikut menyebabkan kecenderungan munculnya prokrastinasi menghafal juz'amma pada santri yaitu pola asuh orangtua, lingkungan keluarga, teman, masyarakat dan sekolah (Ferrari dkk., 1995).

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor mempengaruhi prokrastinasi adalah faktor internal (kondisi kodrati, fisik, kesehatan, psikologis, kepribadian, dsb) dan eksternal (pola asuh orangtua, lingkungan keluarga, teman, masyarakat dan sekolah).

Dipublikasikan Oleh :

UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal

Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti selama kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL), pada subjek seorang santri putra yang bernama Tofa melakukan penundaan menghafal juz'amma faktor penyebabnya antara lain sulitnya menghafal setiap ayat-ayat yang ada di juz'amma, keasyikan mengobrol dengan teman-teman di asrama, sering menunda karena malas, ketiduran, mengantuk pada saat membuka Juz'amma sehingga merasa malas untuk menghafal. Hasil wawancara dengan seorang prokrastinator seorang yang menunda hafalan Juz'amma bahwa Tofa melakukan penundaan karena merasa malas, ketiduran, keasyikan mengobrol dengan teman-temannya, sering melakukan hal disukai daripada menghafalkan juz'amma. Tofa merasa melakukan penundaan ini adalah sebuah masalah karena nanti akan ketinggalan dengan teman-temannya yang sudah banyak menghafalkan juz'amma, teritinggal hafalannya. Namun Tofa sering melakukan penundaan dalam menghafal.

Jika dilihat dari teori ciri-ciri prokrastinasi Burka & Yuen (dalam Desi, 2015) ciri-ciri seorang pelaku prokrastinasi antara lain: prokrastinator lebih suka untuk menunda pekerjaan atau tugas-tugasnya, berpendapat lebih baik mengerjakan nanti dari pada sekarang, dan menunda pekerjaan adalah bukan suatu masalah, terus mengulang perilaku prokrastinasi, pelaku prokrastinasi akan kesulitan dalam mengambil keputusan, dapat disimpulkan santri diatas telah memenuhi ciri-ciri prokrastinasi tersebut. Sesuai dengan observasi dan wawancara di atas jika dilihat berdasarkan tujuan penundaan, Ferrari (dalam Indra, 2015) bahwa mereka telah melakukan dysfunctional procrastination karena melakukan penundaan menghafal juz'amma tersebut tanpa tujuan, mengakibatkan hal buruk dan menimbulkan masalah dengan tidak tercapainya target dalam menghafal juz'amma.

Proses bimbingan konseling individual sebagai berikut:

1. Tahap awal dengan kegiatan mempersiapkan media, pemanggilan, memperjelas permasalahan, Santri memahami permasalahan yang didalamnya berisi keterangan menyiapkan ruangan, santri yang bermasalah dipanggil ke ruangan, pengampu mendorong santri mengakui bahwa menunda pekerjaan bukanlah hal yang baik.
2. Tahap kerja dengan kegiatan pengarahan pengambilan keputusan yang didalamnya berisi santri diarahkan pada keputusan yang nantinya

akan diambil untuk mengurangi prorastinasi menghafal juz'amma.

3. Tahap akhir dengan kegiatan penegasan yang didalamnya berisi pembimbing mengingatkan kembali santri tentang keputusan yang sudah dipilihnya dan menekankan untuk santri konsisten terhadap keputusannya tersebut Menurut (Sofyan Willis, 2014).

Dalam permasalahan prokrastinasi ini santri tersebut mengalami rasa cemas dan merasa tidak yakin terhadap diri sendiri. Dia juga tertinggal target hafalan karena kebiasaan menundanya itu. Akhirnya dia bersedia melakukan bimbingan konseling dengan konselor atau pembimbingnya di pesantren gunanya untuk serta menceritakan permasalahan yang sedang dialami.

Metode bimbingan konseling individual dalam melaksanakan bimbingan konseling dengan santrinya yaitu dengan tatap muka atau face to face. Metode ini dipilih karena pembimbing dapat berinteraksi langsung dengan santri sehingga dapat mengetahui bahasa nonverbal yang ditunjukkan santri selama proses bimbingan konseling tersebut berlangsung Tosari Musnamar (dalam Aulia, 2016).

Dalam memberikan materi bimbingan konseling kepada santri, pembimbing atau konselor memberikan materi sesuai dengan apa yang dibutuhkan oleh konseli atau santri. Menurut pembimbing bahwa santri harus mendapatkan layanan tatap muka dengan pembimbing untuk pemecahan masalah. Materi yang diberikan antara lain yaitu:

1. Hak dan kewajiban santri selama mondok di pesantren
2. Motivasi dan tujuan belajar
3. Sikap dan kebiasaan belajar
4. Penguasaan materi pembelajaran
5. Masalah pribadi sosial

Dalam permasalahan yang ditangani oleh pembimbing mengenai prokrastinasi ini, pembimbing memberikan pemahaman tentang pentingnya waktu kepada santri yang bermasalah tersebut, bahwa semakin banyak kegiatan kita maka kita harus semakin pintar membagi-bagi waktu karena waktu itu bagaikan uang yang penting dan sifatnya tidak akan pernah bisa kembali lagi secara pasti. Selain itu, untuk mencegah ini terjadi kembali pembimbing mengantisipasi dengan membebaskan para santri untuk memilih pengasuh agar ia merasa nyaman selama setor hafalan. Dengan metode ini biasanya santri lebih bersemangat menghafal dan setoran karena mereka akan memilih pengampu yang dirasa sudah dekat dengan dirinya sehingga jika terjadi lupa

selama proses setoran dia tidak merasa takut.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang peneliti lakukan kebanyakan faktor penyebab melakukan prokrastinasi menghafal juz'amma adalah karena rasa malas, lelah, tidak mood. Pada dasarnya semua itu adalah faktor internal dari dalam diri individu itu sendiri. Prokrastinasi menghafal Juz'amma ini tidak bisa dibiarkan begitu saja. Bahwa dampak prokrastinasi ini dibagi menjadi dua, yaitu dampak internal dan dampak eksternal. Diantara dampak internal dari perilaku prokrastinasi diantaranya adalah perasaan cemas jika batas waktu telah tiba. Perasaan takut gagal yang pada akhirnya membuat santri pelaku prokrastinasi akan selalu merasa tidak yakin pada kemampuan yang ia miliki. Selain itu, dampak eksternal yang akan ditimbulkan bagi lingkungannya adalah kecenderungan menularkan perilaku prokrastinasi tersebut. Santri pelaku prokrastinasi dapat mempengaruhi orang-orang disekitarnya dengan mengatakan tugas tersebut sulit, kurang jelas dan lainnya sehingga membuat orang tersebut tertarik untuk menunda juga.

Bimbingan konseling individual yang dilaksanakan di Pondok Pesantren Al-Hidayah Karangasuci tentu saja bukan tanpa tujuan, sejalan dengan pendapat Lilis (dalam Nurlaela dkk., 2020) tujuan bimbingan konseling ialah agar individu dapat merencanakan kegiatan penyelesaian studi, perkembangan karir, serta kehidupannya pada masa yang akan datang, mengembangkan seluruh potensi dan kekuatan yang dimilikinya seoptimal mungkin, menyesuaikan diri dengan lingkungan pendidikan, lingkungan masyarakat, serta lingkungan kerjanya, mengatasi hambatan serta kesulitan yang dihadapinya dalam studi, penyesuaian dengan lingkungan pendidikan, masyarakat ataupun lingkungan kerja.

Kondisi Tofa sebagai santri pelaku prokrastinasi setelah mendapatkan bimbingan konseling individual berdasarkan hasil wawancara mengalaih perubahan ke arah yang lebih baik. Diantara perubahan itu adalah dalam bidang perencanaan kegiatan studi khususnya menghafal juz'amma Tofa mulai membuat jadwal untuk menghafal. Dalam hal pengembangan potensi, kini Tofa memahami potensi dirinya atau kapasitasnya dalam menghafal. Misalnya paham betul bahwa Tofa tidak mampu menghafal seorang diri maka Tofa mengubah metode menghafalnya dari menghafal sendiri menjadi menghafal bersama dengan teman-temannya.

Hal penyesuaian diri dan lingkungan, santri mulai membiasakan lingkungannya di pondok yang sangat berbeda dengan rumah. Mereka mulai mandiri

dan terbiasa melakukan kegiatan yang sebelumnya tidak pernah mereka lakukan seperti mencuci dan menyetrika. Dalam hal mengatasi hambatan kesulitan studi atau pembelajaran, santri yang merasa sulit menghafal Juz'amma karena merasa kalimatnya asing dan rumit mulai mendapatkan penyelesaian berupa mengulang beberapa kata sulit tersebut.

Santri yang sudah mendapatkan bimbingan konseling individual pada akhirnya mampu memahami akar permasalahannya melakukan prokrastinasi menghafal Juz'amma dan mampu mengambil pilihan tindakan dan sikap dalam rangka mengurangi perilaku prokrastinasinya tersebut. Santri yang semula melakukan prokrastinasi juz'amma ini berubah menjadi lebih baik. Santri ini menjadi lebih rajin dalam menghafal Juz'amma, lebih memahami lingkungannya sehingga lebih pandai mengatur waktu, serta hafalan terus meningkat dan tidak ketinggalan lagi.

Sehingga dari hasil penelitian bahwa layanan bimbingan konseling individual dalam mengurangi perilaku prokrastinasi menghafal Juz'amma terdapat perubahan dari diri individu santri kearah yang lebih baik lagi. Karena pada dasarnya santri yang hidup satu atap dengan santri lain memiliki tingkat emosional yang tinggi terhadap lingkungannya. Dan keputusan-keputusannya sedikit besar dipengaruhi lingkungan tersebut.

Sedangkan pelaksanaan dari layanan bimbingan konseling individual terkait dalam mengurangi perilaku prokrastinasi menghafal juz'amma yang dilakukan oleh santri putra. Bisa dikatakan berhasil sesuai dengan harapan awalnya yaitu mengurangi perilaku prokrastinasi menghafal Juz'amma.

Ini dikuatkan dengan hasil wawancara dengan santri prokrastinator bahwa setelah melakukan bimbingan Tofa menjadi tahu bahwa menunda itu bukan hal yang baik. Sehingga membuat niki lebih giat menghafal Juz'amma. Dengan bantuan pembimbing setelah melakukan bimbingan konseling individu bertatap muka langsung dengan pembimbing, Tofa diberikan dorongan motivasi bahwa dia mampu seperti santri-santri yang lain yang sudah menyelesaikan hafalan Juz'amma akhirnya Tofa meningkatkan kegiatan hafalannya. Sehingga Kamal bisa menemukan jalan keluar dari masalahnya tersebut. Menurut hasil bimbingan konseling individual ini adalah sebagai berikut:

1. Santri nyaman ketika menceritakan masalah atau kendala selama proses menghafal juz'amma kepada pembimbing atau konselor.

Dipublikasikan Oleh :

UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal

Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin

2. Santri memahami hak dan kewajibannya sebagai seorang santri di pondok pesantren yang memiliki banyak kegiatan dan tuntutan.
3. Santri menjadi lebih giat menghafal Juz'amma ini dapat dilihat dari kurangnya kegiatan malas-malasan, tidur dan mengobrol.
4. Progress hafalannya meningkat dalam setor hafalan, jika biasanya setor hafalan hanya setengah halaman setelah melakukan layanan bimbingan konseling individual bisa menjadi 1-2 surat.
5. Santri lebih cekatan dalam mengerjakan tugas bahkan mampu mengingatkan temannya yang lain apabila melihat temannya malas mengerjakan tugas.

Maka dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan konseling individual dalam mengurangi perilaku prokrastinasi menghafal Juz'amma bisa dikatakan berhasil. Hal ini dibuktikan dengan adanya perubahan-perubahan ke arah yang lebih baik dari para santri pelaku prokrastinasi sesudah diberi layanan bimbingan konseling individual oleh pembimbing tersebut.

PENUTUP

a. Kesimpulan

Penundaan dalam keilmuan psikologi dikenal dengan prokrastinasi. Penelitian ini bertujuan mengetahui kondisi perilaku prokrastinasi menghafal Juz'amma pada santri putra. Mengetahui proses pelaksanaan bimbingan konseling individual. Mengetahui kondisi perilaku prokrastinasi menghafal setelah diberikan bimbingan konseling individual. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif, dengan pengumpulan data berupa observasi, wawancara. Analisis data lebih difokuskan pada analisis data secara kualitatif. Hasil penelitian selama di lapangan Kondisi santri putra melakukan penundaan menghafal Juz'amma. Bimbingan konseling individual dipilih untuk mengatasi permasalahan tersebut. Proses bimbingan melalui beberapa tahapan yaitu 1) Tahap Awal 2) Tahap Pertengahan 3) Tahap Akhir. Bimbingan konseling individual membuat santri memahami potensi dirinya, mampu membuat jadwal kegiatan dan konsisten dalam melaksanakannya. Dapat disimpulkan bahwa bimbingan konseling individual mengurangi perilaku prokrastinasi menghafal Juz'amma pada santri. Ini dibuktikan perubahan perilaku santri berupa pemahaman akan potensi diri, pengendalian diri, peningkatan kemampuan manajemen waktu.

b. Saran

Saran yang direkomendasikan adalah bagi peneliti selanjutnya agar meneliti dari pendekatan kualitatif dan kuantitatif agar dapat memberikan pengetahuan yang lebih luas terhadap penelitian selanjutnya. Dalam proses bimbingan konseling individual peneliti menyarankan agar psoses bimbingan dilakukan secara berkelanjutan supaya yang diharapkan oleh konseli dapat tercapai dengan baik.

REFERENSI

- Chodijah, Siti. (2016). Model Bimbingan dan Konseling Komprehensif dalam Meningkatkan Akhlak Mahasiswa. *Ilmu Dakwah: Academic Journal for Homiletic Studies*, (133).
- Erlina, N. & Fitri, L.A. (2016). Penggunaan Layanan Konseling Individu dengan Pendekatan Behavioral untuk Mengurangi Perilaku Membolos Peserta Didik Kelas VIII MTs Miftahul Ulum Merabung III Kecamatan Pugung Kabupaten Tanggamus dalam *KONSELI: Jurnal Bimbingan dan Konseling (E- Journal)* (3)1
- Ferrari, J.R., Jhonson, J.L., & McCown, W.G. (1995). *Procrastination And Task Avoidance : Theory, Research and Treatment*. New York: Plenum Press
- Ghufron, M. N & Rini, R. S. (2012). *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzza Media.
- Gunawan, Indra. (2015). *Pengaruh Self-Control dan Self-Efficacy Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik*. Skripsi (tidak diterbitkan). Bandung: Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung.
- Herwani. (2014). Upaya Guru PAI dalam Membimbing Menghafal Juz 'Amma di Sekolah Dasar Islam Terpadu (SD-IT) Nurul Islam Singkawang. *Jurnal Kopertais Wilayah XI Kalimantan: Ittihad*, 12, 21, 1-25.
- Husni, M. (2017). Layanan Konseling Individual Remaja; Pendekatan Behaviorisme dalam *Al-Ibrah* 2(2).
- Khashinah, N. (2015). Pengaruh Terapi Murottal Juz 'Amma terhadap Tingkat Nyeri pada Pasien Post Open Reduction Internal Fixation (ORIF) di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta. *Skripsi*. Program Studi Ilmu Keperawatan

Dipublikasikan Oleh :

UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal

Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin

- Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan „Aisyiyah Yogyakarta.
- Matutu, Lukman. (2014). Peranan Khitabah Dr. K.H Muhammad Yusuf Sya'roni Dalam Meningkatkan Kualitas Akhlak Santri. Skripsi (tidak diterbitkan). Bandung: Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung.
- Nurjanah, Syifa Aulia. (2016). Layanan Konseling Individual Dalam Mengatasi Dampak Negatif Cyberbullying. Skripsi . Bandung: Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung.
- Nurlaela, Marlina, Elly., Mihanja, Sugandi., (2020). Layanan Bimbingan Konseling Individual dalam Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Menghafal Al-Barjanji Pada Santri
- Rohaeni, Desi. (2015). *Pengaruh Metode Bimbingan Dosen Pembimbing Akademik Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Mahasiswa*. Skripsi (tidak diterbitkan). Bandung: Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung.
- Steel, P. (2007). *The Nature of Procrastination : A Meta-Analytic and Theoretical Review of Quintessential Self-Regulatory Failure*. Journal: *Psychological Bulletin*, 133, 1, 65-94.
- Sugiono. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukardi, Dewa Ketut dan Desuk P.E Nila Kusmawati. (2008). *Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta Dzumhur.
- Willis, Sofyan. (2014). *Konseling Individual Teori dan Praktek*. Bandung : Alfabeta.
- Zuhdi, M. N. (2012). *Hermeneutika Al-Qur'an: Tipologi Tafsir sebagai Solusi dalam Memecahkan Isu-Isu Budaya Lokal Keindonesiaan*. Jurnal: *esensia*, 8, 2, 241-262.