

Bab 1 Pendahuluan

Latar Belakang Masalah

Dalam dunia Pendidikan, siswa adalah seorang peserta didik yang memiliki tanggung jawab dalam hal pendidikan. Berdasarkan undang undang No 20 Tahun 2003 Pasal 1 menyebutkan bahwa peserta didik adalah anggota masyarakat yang berusaha mengembangkan diri melalui proses pembelajaran. tugas utama siswa adalah belajar termasuk mengerjakan tugas akademiknya. Menurut Lainah, (2022) dalam Fadly & Islawati, (2024) menjelaskan bahwa remaja adalah fase krusial dalam siklus kehidupan manusia yang menentukan kualitas hidup di masa dewasa nanti, di era Pendidikan yang modern ini perkembangan remaja mengalami banyak tantangan yang semakin kompleks. Hal tersebut dijelaskan juga oleh Santrock, (2016) yang menyatakan bahwa siswa menghadapi berbagai tantangan, baik di bidang akademik maupun sosial, yang dapat memengaruhi perkembangan mereka secara menyeluruh. Tantangan akademik seperti beban tugas yang meningkat, persiapan ujian, dan tekanan untuk berprestasi sering kali menjadi sumber stres. Selain itu, siswa juga menghadapi tantangan sosial, seperti membangun hubungan dengan teman sebaya, guru, dan keluarga, yang berperan penting dalam pembentukan identitas diri mereka.

Tantangan-tantangan tersebut semakin terasa ketika siswa memasuki jenjang pendidikan SMA yang menjadi tahap penting para siswa dalam pembentukan karier dan pengembangan kepribadian mereka. Pada tahap ini, siswa diharapkan mulai mempersiapkan diri untuk menghadapi masa depan, baik dalam dunia kerja maupun pendidikan tinggi. Menurut *KBBI*, (2023) siswa adalah anak yang bersekolah, belajar, dan menjadi bagian dari proses pembelajaran yang berada pada usia 15-18 tahun. Berdasarkan definisi tersebut, dapat dikategorikan bahwa siswa sedang memasuki fase remaja sejalan dengan pernyataan Santrock, (2003) dalam Cahyani et al., (2020) yang menyatakan bahwa remaja merupakan sebuah fase perkembangan yang ditandai dengan berbagai perubahan signifikan, sehingga remaja sangat berpotensi menghadapi beragam persoalan dalam kehidupannya.

Menurut Hurlock dalam Nabilah & Rosalina, (2021) masa remaja adalah periode perkembangan manusia yang menarik untuk diperhatikan. Remaja mengalami masa transisi, yaitu perpindahan dari fase kanak-kanak menuju dewasa yang memerlukan penyelesaian tugas perkembangan agar remaja mampu menghadapi masa depan dengan baik. Namun, di tengah tuntutan tersebut, terdapat permasalahan yang umum dihadapi oleh siswa yaitu prokrastinasi akademik. Menurut Ferrari et al., (1995) perilaku ini ditandai dengan kecenderungan menunda pekerjaan atau tugas yang seharusnya segera diselesaikan. Perilaku ini dapat disebabkan oleh

kurangnya motivasi, manajemen waktu yang buruk, ketakutan akan kegagalan, atau gangguan dari lingkungan sekitar, seperti media sosial.

Fenomena prokrastinasi akademik bukan masalah yang baru muncul di dunia pendidikan, namun pada era yang serba mudah ini banyak gangguan serta tekanan yang harus dihadapi oleh siswa. Hal ini menjadi peluang yang besar seseorang melakukan penundaan pekerjaan dengan melakukan hal yang lebih menarik lainnya dimana, hal itu membuat pekerjaannya menjadi terbengkalai. Seperti yang dijelaskan oleh Rahayu dalam Tahrir et al., (2024) bahwa prokrastinasi akademik merupakan kebiasaan menunda pekerjaan yang berkaitan dengan tugas akademik hingga akhir batas waktu yang telah ditentukan. Prokrastinasi akademik memiliki dampak negatif yang signifikan terhadap perkembangan siswa. Perilaku ini sering kali berujung pada penurunan prestasi belajar, stres, kecemasan, dan kehilangan peluang untuk berkembang secara optimal (Steel, 2007). Oleh karena itu, diperlukan peran aktif dari guru, orang tua, dan lingkungan untuk membantu siswa mengatasi masalah ini. Dengan dukungan yang tepat, siswa dapat belajar untuk mengelola waktu, meningkatkan motivasi, dan mempersiapkan diri dengan lebih baik untuk masa depan mereka.

Fenomena prokrastinasi akademik ini juga telah didukung oleh beberapa hasil penelitian sebelumnya. Berdasarkan penelitian dari Permana, (2019) yang dilakukan kepada 317 sampel didapatkan hasil bahwa tingkat prokrastinasi di SMA Darul Falah memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang cukup tinggi. Pada jurusan IPA, tingkat prokrastinasi mencapai persentase akumulatif 144% dengan persentase diagram 38% dan volume 18. Sementara itu, jurusan IPS menunjukkan persentase akumulatif 147%, dengan persentase diagram 41% dan volume 20. Tingginya tingkat prokrastinasi akademik ini disebabkan oleh dua faktor utama, yaitu faktor internal dan eksternal.

Pada penelitian lain yang dilakukan oleh Gracelyta, (2021) dengan sampel 161 siswa kelas XI ditemukan bahwa kebanyakan responden menunjukkan pada tingkat prokrastinasi kategori sedang dengan persentase sebanyak 63,35%. Sejalan juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Ilyas & Suryadi, (2018) sebanyak 25% sampai 75% pelajar didapat bahwa prokrastinasi akademik terjadi dilingkungan mereka yang mana 80-95% siswa terlibat sebagai *procrastinator*.

Jurnal yang ditulis oleh Putri & Aviani, (2024) juga menunjukkan bahwa Perilaku prokrastinasi akademik pada siswa SMA Negeri X berada pada kategori sedang yaitu 38,6% dengan aspek penundaan sebagai aspek yang paling dominan (49,6%). Sementara itu, aspek keterlambatan berada pada kategori rendah yaitu 39,4% dan aspek lainnya seperti kesenjangan waktu sebesar 40,9% dan melakukan aktivitas lain sebesar 37% yang berada pada kategori

sedang. Selaras juga dengan penelitian dari Qomaruddin et al., (2024) yang dilakukan kepada 186 siswa kelas XI di SMAN 10 Semarang ditemukan bahwa Rata-rata tingkat prokrastinasi akademik berada pada kategori sedang dengan persentase 46,20%. Selain itu, terdapat siswa dengan tingkat prokrastinasi akademik yang tinggi sebesar 24,20% dan yang rendah sebesar 29,60%.

Menurut Steel, (2007) yang dikutip dalam jurnal Clara et al., (2018) menjelaskan bahwa prokrastinasi merujuk pada tindakan menunda pekerjaan atau tugas yang dilakukan dengan sengaja oleh individu meskipun individu tersebut mengetahui bahwa hal tersebut akan berdampak buruk bagi mereka. Hal ini sering terjadi pada banyak kalangan salah satu diantaranya adalah siswa yang mana dalam dunia pendidikan dikenal dengan istilah penundaan tugas yang disebut sebagai prokrastinasi akademik, dimana mereka lebih memilih untuk mengerjakan hal lain daripada menyelesaikan tugas akademik mereka.

Adapun faktor yang dapat menjadi salah satu pengaruh terjadinya prokrastinasi akademik pada siswa SMA yaitu kurangnya *self-management*. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Swara et al., (2020) dikatakan bahwa *self-management* berpengaruh menurunkan prokrastinasi akademik. Penelitian tersebut dilakukan dengan metode eksperimen kepada 20 siswa SMAN 11 Semarang. Sejalan juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurhidayatullah, (2019) yang dilakukan dengan metode eksperimen dan dilakukan kepada 20 sampel yang dibagi ke dalam dua kelompok eksperimen menunjukkan bahwa *self-management* dapat menurunkan prokrastinasi pada siswa di SMAN 12 Makassar. Sejalan juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Fitriani et al., (2023) menunjukkan bahwa *self-management* berpengaruh menurunkan prokrastinasi akademik. Penelitian tersebut dilakukan dengan metode eksperimen kepada 4 orang siswa kelas XII di SMAN 4 Pandeglang.

Menurut Ratna (2013) yang dikutip dari jurnal (Fitriani et al., 2023), *self-management* adalah kemampuan untuk mengendalikan pikiran, ucapan, dan tindakan sehingga mendorong seseorang untuk menghindari hal-hal negatif dan meningkatkan perbuatan yang baik dan benar. Sementara itu, Uno Asrianti, (2016) dalam Fitriani et al., (2023) mendefinisikan *self-management* secara konseptual sebagai perilaku siswa yang bertujuan untuk bertanggung jawab atas pengaturan perilaku mereka sendiri, melatih siswa agar lebih mandiri, independen, dan mampu memprediksi masa depan. Dalam konteks ini, siswa dapat mengontrol jadwal atau kegiatan belajar mereka, terutama dalam menyelesaikan tugas, sebagai salah satu cara untuk mengurangi prokrastinasi akademik.

Selain *self-management* terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik pada siswa SMA, yaitu motivasi belajar. Menurut Susanti dan Wahyudin, (2015)

yang dikutip dari jurnal Margareta & Wahyudin, (2019) dijelaskan bahwa motivasi belajar adalah rasa ketertarikan siswa padah hal tertentu yang memunculkan semangat untuk melakukan aktivitas tersebut. Sementara itu Uno (2011), yang dikutip dari (Margareta & Wahyudin, 2019) menjelaskan bahwa motivasi belajar adalah dorongan internal dan eksternal siswa untuk belajar melakukan suatu perilaku dan umumnya melibatkan beberapa indikator atau unsur pendukung. Walaupun motivasi dirangsang oleh faktor luar, namun motivasi tumbuh dalam diri seseorang.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh D. M. Putri & Dewi, (2021) kepada 190 siswa kelas X, memberikan bukti empiris bahwa terdapat hubungan signifikan antara prokrastinasi akademik dan motivasi belajar pada siswa disalah satu SMA di provinsi Jawa Timur, sejalan juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Munawwaroh et al., (2022) yang menunjukkan bahwa motivasi belajar memiliki hubungan negatif signifikan terhadap prokrastinasi akademik. penelitian terebut dilakukan kepada 130 orang siswa kelas XI dimana secara parsial motivasi belajar berpengaruh sebesar 45% terhadap prokrastinasi akademik.

Hal tersebut menunjukkan bahwa motivasi dapat menjadi salah satu faktor yang berkontribusi terhadap perilaku *academic procrastination* yang dilakukan oleh siswa. Sejalan juga dengan penelitian-penelitian sebelumnya yang menjelaskan bahwa motivasi dalam belajar memiliki pengaruh negatif, dimana jika siswa memiliki motivasi dalam belajar maka siswa tersebut tidak akan melakukan kegiatan prokrastinasi akademik. Oleh karena itu, penting untuk meneliti bagaimana *Self-management* dan motivasi belajar dapat menjadi prediktor terhadap prokrastinasi yang terjadi pada siswa SMA. Sehingga, dapat ditemukan upaya yang tepat untuk membantu siswa dalam mengatasi kebiasaan prokrastinasi akademik dan mencapai prestasi akademik yang optimal.

Selain merujuk pada hasil penelitian terdahulu, peneliti juga melakukan studi awal sebagai upaya memperkuat data yang telah ditemukan dalam penelitian terdahulu serta untuk mengetahui apakah fenomena prokrastinasi akademik terjadi pada siswa di SMA Y. Peneliti menyebarkan kuesioner berupa *google form* berupa beberapa pertanyaan tertutup dan pernyataan terbuka kepada para siswa. Berdasarkan dari studi awal yang dilakukan kepada responden yang berjumlah 152 siswa SMA sekolah Y, ditemukan bahwa 62,5% sampel tidak mengerjakan langsung tugasnya saat diberikan oleh guru dan juga 88,2% dari sampel pernah mengumpulkan tugasnya terlambat. Hal itu menunjukkan bahwa masalah yang akan diteliti berpotensi bisa terjadi disana.

Menurut jawaban yang telah didapat dari siswa sebanyak 91,4% siswa merasa terlalu banyak hal yang lebih menarik daripada mengerjakan tugas-tugas sekolah. Banyak dari mereka

lebih memilih untuk istirahat karena merasa kelelahan di sekolah, bermain bersama teman-temannya, dan juga lebih memilih untuk bermain sosial media. Aktivitas-aktivitas tersebut menjadi distraksi utama yang membuat siswa menunda untuk mengerjakan tugas akademiknya meskipun mereka menyadari bahwa penundaan tersebut dapat berpotensi menimbulkan dampak negatif seperti pengurangan nilai maupun penurunan prestasi belajar mereka.

Hasil studi awal yang telah dilakukan, didapat bahwa adanya peran serta *self-management* dalam perilaku menunda tugas pada siswa, didapatkan hasil sebesar 61,2% siswa sering mengalami kesulitan untuk mengatur waktu antara kegiatan sekolah dan kegiatan lainnya. Hal tersebut sejalan dengan penelitian dari Swara et al., (2020) yang menunjukkan *self-management* memiliki sumbangan dalam perilaku prokrastinasi dan juga Imitasi. Menurut hasil yang didapat sebanyak 61,4% dari responden merasa bahwa dirinya mengalami kesulitan dalam mengatur waktunya untuk mengerjakan tugas dan melakukan hal lainnya. Kebanyakan siswa merasa kesulitan dalam mengatur waktu karena mengaku sering kewalahan menghadapi banyak tugas sekolah sehingga merasa tertekan, lelah dan akhirnya memilih melakukan aktivitas lain yang dirasa menyenangkan.

Dalam studi awal juga, didapat bahwa rendahnya motivasi belajar menjadi salah satu alasan siswa menunda mengerjakan tugas akademiknya. rasa malas, kurangnya niat serta mudah terdistraksi membuat mereka lebih memilih menunda tugas mereka dengan memilih aktivitas yang lebih menarik lainnya. Temuan- temuan tersebut dapat menguatkan pendukung bahwa rendahnya motivasi belajar menjadi pengaruh terhadap tingginya tingkat prokrastinasi akademik pada siswa.

Berdasarkan dari hasil yang didapatkan dari penelitian terdahulu dan juga hasil studi awal yang telah dilakukan kepada para responden, menunjukkan adanya kecenderungan bahwa mereka melakukan prokrastinasi akademik, karena mereka melakukan penundaan tugas akademik mereka dengan memilih mengerjakan hal lain, padahal mereka tahu apa dampak yang akan didapat dari menunda tugas akademik. Dan untuk kedua faktor tersebut sejalan dengan penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa *self-management* dan motivasi belajar dapat menjadi faktor yang mempengaruhi terjadinya prokrastinasi pada siswa SMA.

Penelitian ini berupaya mengisi celah penelitian sebelumnya yang belum banyak mengkaji peran *self-management* dan dimensi motivasi belajar secara simultan dalam memprediksi prokrastinasi akademik pada siswa SMA, dengan data pada siswa SMA Y. Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan di atas, peneliti tertarik untuk meneliti apakah *self-management* dan motivasi belajar menjadi prediktor terhadap prokrastinasi akademik pada siswa SMA Y.

Rumusan Masalah

Penelitian ini dilakukan untuk menjawab pertanyaan:

1. Apakah *self-management* dan Motivasi belajar berperan sebagai *predictor* terhadap prokrastinasi akademik pada siswa SMA Y?
2. Apakah *self-management* berperan sebagai *predictor* terhadap prokrastinasi akademik pada siswa SMA Y?
3. Apakah Motivasi belajar berperan sebagai *predictor* terhadap prokrastinasi akademik pada siswa SMA Y?

Tujuan penelitian

Adapun tujuan dari dilakukannya penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui sejauh mana *self-management* dan Motivasi belajar berperan sebagai *predictor* terhadap prokrastinasi akademik pada siswa SMA Y?
2. Untuk mengetahui sejauh mana *self-management* berperan sebagai *predictor* terhadap prokrastinasi akademik pada siswa SMA Y?
3. Untuk mengetahui sejauh mana Motivasi belajar berperan sebagai *predictor* terhadap prokrastinasi akademik pada siswa SMA Y?

Kegunaan penelitian

Kegunaan Teoretis

1. Memberikan wawasan dalam bidang psikologi Pendidikan, khususnya mengenai prokrastinasi akademik untuk guru, siswa dan juga orang tua.
2. Memberikan wawasan yang lebih luas lagi tentang penyebabnya, dampaknya, dan cara mengatasinya, yang dapat menjadi dasar bagi pengembangan teori di bidang psikologi pendidikan.

Kegunaan Praktis

1. Meningkatkan kualitas pendidikan, dengan mengetahui masalah ini diharapkan dapat membantu perkembangan akademik dalam pembelajaran khususnya dalam psikologi Pendidikan.
2. Meningkatkan tingkat kesadaran bahwa dampak prokrastinasi akademik itu dapat berpengaruh buruk.