Bab 1 Pendahuluan

Latar Belakang Masalah

Siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) berada pada tahap perkembangan remaja yang ditandai dengan meningkatnya tuntutan terhadap kemandirian dan tanggung jawab dalam proses belajar (Desmita, 2009). Pada jenjang ini, siswa menghadapi berbagai tuntutan akademik, seperti memahami materi pembelajaran, menyelesaikan tugas, mempersiapkan ujian, serta mencapai target akademik. Menurut Desmita (2009), selain tuntutan akademik, peserta didik SMA juga mulai dihadapkan pada tuntutan untuk menentukan pilihan pendidikan dan arah masa depan. Kondisi tersebut menuntut siswa untuk mampu mengatur waktu, menentukan prioritas, serta menyelesaikan tanggung jawab akademiknya secara efektif.

Berbagai tuntutan akademik yang dihadapi siswa SMA tidak selalu dapat dikelola dengan baik. Kesulitan dalam mengatur waktu, menentukan prioritas, maupun memulai dan menyelesaikan tugas dapat menyebabkan siswa menunda tanggung jawab akademiknya. Perilaku menunda pengerjaan atau penyelesaian tugas akademik tersebut dikenal sebagai prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik merupakan fenomena yang banyak ditemukan di kalangan pelajar, termasuk siswa sekolah menengah. Studi menunjukkan bahwa perilaku ini sangat umum, dengan perkiraan 80% hingga 95% siswa mengalami prokrastinasi pada berbagai tingkat keparahan (Rad et al., 2025). Sebuah tinjauan komprehensif pada tahun 2023 mengungkapkan bahwa sekitar 50% hingga 70% siswa di seluruh dunia menunjukkan perilaku prokrastinasi akademik (González-Brignardello et al., 2023). Data dari Magoosh juga melaporkan bahwa 86% siswa sekolah menengah menunda tugas-tugas akademik mereka (University, 2021). Prokrastinasi akademik melibatkan penundaan yang disengaja dalam memulai atau menyelesaikan tugas-tugas akademik meskipun individu menyadari konsekuensi negatif dari perilaku tersebut (Steel, 2007).

Fenomena prokrastinasi akademik juga ditemukan pada siswa sekolah menengah di Indonesia. Berdasarkan beberapa penelitian terdahulu, tingkat prokrastinasi akademik siswa menunjukkan variasi dari kategori sedang hingga tinggi, sebagaimana disajikan pada Tabel 1.1.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

Tabel 1. 1 Hasil Penelitian Terdahulu mengenai Prokrastinasi Akademik pada Siswa Sekolah Menengah Atas

No.	Peneliti (Tahun)	Subjek/Lokasi Penelitian	Hasil Penelitian
1.	Gracelyta & Harlina (2021)	Siswa kelas XI SMA Negeri 1 Martapura	Sebanyak 63.35% siswa berada pada kategori prokrastinasi akademik sedang, sedangkan 4.35% berada pada kategori tinggi.
2.	Irawan et al. (2023)	Siswa Madrasah Aliyah Negeri 1 Jember	Sebanyak 61% siswa menunjukkan perilaku prokrastinasi tugas pada kategori sedang.
3.	Nada et al. (2025)	Siswa kelas XI SMA Kesatrian 2 Semarang	Sebanyak 83.04% siswa memiliki kecenderungan prokrastinasi akademik pada kategori tinggi.

Berdasarkan Tabel 1.1, dapat diketahui bahwa prokrastinasi akademik masih menjadi fenomena yang ditemukan pada siswa sekolah menengah di berbagai daerah di Indonesia. Sebagian penelitian menunjukkan bahwa mayoritas siswa berada pada kategori sedang, sementara penelitian lainnya menunjukkan kecenderungan prokrastinasi akademik pada kategori tinggi. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik merupakan permasalahan yang perlu mendapat perhatian dalam konteks pendidikan. Apabila tidak ditangani, prokrastinasi akademik dapat menghambat efektivitas belajar, menurunkan produktivitas akademik, serta memperkuat kecenderungan siswa untuk menghindari tuntutan tugas yang seharusnya diselesaikan tepat waktu (Wang et al., 2021)

Fenomena prokrastinasi akademik juga terindikasi kuat pada siswa di SMAS Al Hikmah sebagai lokasi penelitian yang dalam penelitian ini identitas sekolahnya disamarkan menjadi SMA X. Berdasarkan hasil wawancara langsung dengan 19 siswa dari kelas X dan kelas XI, ditemukan bahwa kendala utama yang mereka alami meliputi prokrastinasi dalam memulai tugas karena merasa masih memiliki banyak waktu, menunggu hingga mendekati batas waktu pengumpulan, mengerjakan tugas secara terburu-buru, serta lebih memilih melakukan aktivitas lain yang dianggap lebih menyenangkan seperti bermain game online, scrolling media sosial, menonton, dan bermain bersama teman. Siswa juga mengungkapkan kesulitan dalam memulai tugas karena merasa tugas terlalu sulit, kurang memahami materi

yang diberikan, serta adanya rasa malas yang muncul secara berulang. Lebih lanjut, siswa sering menunda dalam menyelesaikan tugas yang sudah dimulai, seperti berhenti di tengah pengerjaan, kehilangan fokus, dan baru melanjutkan kembali saat mendekati tenggat waktu. Dari 19 siswa yang diwawancarai, 13 di antaranya mengaku pernah bahkan sering terlambat mengumpulkan tugas, hingga harus mengumpulkan di luar batas waktu yang telah ditentukan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa 684% siswa yang diwawancarai memiliki kecenderungan melakukan prokrastinasi akademik, sehingga mengindikasikan bahwa fenomena tersebut terjadi pada subjek penelitian di salah satu sekolah menengah atas swasta yang menjadi lokasi penelitian.

González-Brignardello et al. (2023) mendefinisikan prokrastinasi akademik sebagai perilaku terus-menerus yang terjadi dalam ruang lingkup akademik, dimana siswa menunda-nunda untuk menyelesaikan tugasnya dan hal tersebut berdampak negatif pada prestasi akademiknya. Perilaku ini merupakan bentuk kegagalan regulasi diri yang kompleks, melibatkan komponen kognitif, emosional, dan perilaku yang memengaruhi cara siswa merespons tuntutan akademik (Jami & Afzal, 2018). Perilaku prokrastinasi akademik yang dilakukan secara berulang dapat menyebabkan keterlambatan penyelesaian tugas, meningkatkan tekanan dalam menghadapi tuntutan akademik, serta berpotensi menurunkan kualitas hasil belajar siswa (Taqiyah & Syahputra, 2025). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik bukan sekadar kebiasaan menunda tugas, tetapi merupakan perilaku yang dapat menghambat siswa dalam memenuhi tuntutan dan mencapai tujuan akademiknya. Oleh karena itu, penting untuk meneliti prokrastinasi akademik pada siswa serta faktor-faktor yang berperan dalam munculnya perilaku tersebut agar dapat menjadi dasar dalam memahami dan mengupayakan pengurangannya.

Prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh berbagai faktor, yang secara umum dapat dikelompokkan menjadi faktor internal dan eksternal. Ghufron & Risnawati (2021) mengkategorikan faktor internal meliputi konsep diri, motivasi belajar, dan kondisi jasmani, sementara faktor eksternal mencakup gaya pengasuhan (*parenting style*) dan kondisi lingkungan. Dalam konteks penelitian ini, faktor internal menjadi fokus pembahasan karena berkaitan dengan variabel yang diteliti, yaitu konsep diri dan motivasi belajar (Azhar et al., 2023; Ghufron & Risnawati, 2021). Pemahaman mendalam terhadap faktor-faktor internal ini krusial untuk merancang intervensi yang efektif dalam mengatasi prokrastinasi akademik pada siswa.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

Hasil studi awal di SMA X menunjukkan adanya indikasi bahwa ketidakjelasan siswa dalam memandang dan memahami dirinya berkaitan dengan kecenderungan menunda atau menghindari tugas akademik. Sebanyak 10 siswa (52.6%) mengungkapkan bahwa mereka cenderung menunda atau menghindari tugas dalam kondisi ketika mereka merasa kurang memahami dirinya maupun kurang memiliki gambaran yang jelas mengenai dirinya. Ketika siswa diminta untuk menceritakan kelebihan dan kekurangannya selama di sekolah, beberapa siswa mengalami kesulitan dalam mendeskripsikan dirinya, seperti "*mmm... apa ya, gak tau deh*" dan "*kalo ditanya kekurangan gampang teh, yang susah di kelebihannya hehe*". Selain itu, beberapa siswa mengungkapkan bahwa pandangan terhadap dirinya dapat berubah tergantung pada situasi atau penilaian orang lain, seperti "*yaa kadang kalo dipuji aku ngerasa oke, tapi pas dikritik langsung drop gitu, jadi jelek lah, jadi minder gitu*". Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa sebagian siswa belum memiliki gambaran diri yang jelas dan relatif stabil. Beberapa siswa juga mengungkapkan pandangan negatif terhadap dirinya dalam bidang akademik tertentu sehingga cenderung menghindari atau menunda tugas yang berkaitan dengan bidang tersebut. Temuan awal tersebut memberikan gambaran bahwa ketidakjelasan dalam memahami dan memandang diri dapat menjadi salah satu kondisi yang berkaitan dengan kecenderungan prokrastinasi tugas akademik.

Analisis psikologis menunjukkan bahwa konsep diri, khususnya kejelasan konsep diri (*self-concept clarity*), berperan penting dalam memahami kecenderungan munculnya prokrastinasi akademik. Menurut Campbell et al. (1996), *self-concept clarity* merupakan sejauh mana keyakinan individu mengenai dirinya didefinisikan secara jelas dan penuh keyakinan, konsisten secara internal, serta stabil dari waktu ke waktu. Individu yang memiliki kejelasan konsep diri cenderung memiliki pemahaman yang lebih mantap mengenai dirinya, sedangkan individu dengan kejelasan konsep diri yang rendah cenderung mengalami keraguan dan ketidakpastian dalam memandang dirinya. Dalam konteks akademik, keraguan terhadap kemampuan diri sebagaimana yang muncul pada hasil studi awal dapat menjadi salah satu kondisi psikologis yang berkaitan dengan kecenderungan siswa menunda memulai maupun menyelesaikan tugas akademik.

Penelitian terdahulu secara konsisten menunjukkan hubungan negatif dan signifikan antara konsep diri dengan prokrastinasi akademik. Jaenuri et al. (2024) menemukan bahwa siswa dengan konsep diri positif cenderung memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang lebih rendah, dan sebaliknya. Studi lain oleh Sarijanah et al. (2025) juga menegaskan bahwa rendahnya persepsi diri melahirkan ketakutan akan kegagalan dan rasa tidak percaya diri, yang

mendorong siswa untuk menunda tugas yang dianggap menantang. Temuan ini konsisten dengan penelitian yang menunjukkan bahwa konsep diri akademik yang positif, di mana siswa memandang dirinya cakap dan cerdas, akan meningkatkan kepercayaan diri dalam menghadapi tugas dan mengurangi kecenderungan menunda (Triyono & Sunawan, 2021). Analisis ini menunjukkan bahwa konsep diri yang kuat merupakan prediktor penting dalam perilaku prokrastinasi akademik, di mana individu dengan konsep diri yang sehat lebih mampu mengelola tugas-tugas akademik secara efektif.

Selain konsep diri, hasil studi awal juga mengindikasikan adanya keterkaitan antara motivasi belajar dengan kecenderungan prokrastinasi tugas akademik pada siswa SMA X. Motivasi belajar digambarkan oleh Vallerand et al. (1992) minat kebutuhan atau keinginan yang dimiliki seorang siswa ketika menjalankan berbagai aktivitasnya dalam ruang lingkup akademik.. Dorongan tersebut dapat berasal dari dalam diri siswa maupun dari faktor eksternal yang mendorong keterlibatan dalam kegiatan belajar (Irawan et al., 2023). Sebanyak 7 dari 19 siswa yang diwawancarai (36.8%) mengungkapkan bahwa mereka cenderung menunda pengerjaan tugas karena kurang memiliki dorongan untuk segera memulai maupun menyelesaikan tugas akademiknya. Beberapa siswa mengungkapkan bahwa mereka tidak memiliki dorongan untuk belajar apabila tidak terdapat tuntutan dari pihak lain, seperti "kalau nggak ada yang nyuruh kayaknya aku nggak belajar". Siswa lainnya juga mengungkapkan bahwa kegiatan belajar dilakukan semata-mata karena kewajiban, seperti "aku belajar karena ya emang harus, bukan karena pengen". Selain itu, terdapat siswa yang menyatakan bahwa mereka hanya terdorong untuk belajar ketika terdapat tuntutan akademik tertentu, seperti "kalau ada ulangan aja baru kepikiran belajar". Pernyataan tersebut menunjukkan adanya kecenderungan siswa untuk kurang memiliki dorongan belajar secara mandiri serta lebih bergantung pada tuntutan eksternal untuk terlibat dalam kegiatan akademik. Kondisi tersebut dapat berkaitan dengan kecenderungan siswa untuk menunda pengerjaan tugas ketika dorongan untuk memulai dan menyelesaikan tugas belum terbentuk secara optimal (Irawan et al., 2024).

Hubungan antara motivasi belajar dan prokrastinasi akademik telah banyak diteliti dan menunjukkan konsistensi. Fijannati et al. (2024) menemukan bahwa individu dengan motivasi belajar tinggi cenderung lebih terdorong untuk memulai dan menyelesaikan tugas akademik secara tepat waktu, sedangkan motivasi belajar yang rendah meningkatkan kerentanan terhadap prokrastinasi. Penelitian oleh Irawan et al. (2023) juga menegaskan bahwa motivasi yang kuat bertindak sebagai bahan bakar psikologis yang menjaga konsistensi perilaku belajar, menumbuhkan ketekunan, dan meminimalkan pengalihan perhatian pada aktivitas tidak

produktif (Irawan et al., 2023). Sebaliknya, ketiadaan dorongan belajar menjadi pemicu utama siswa terjebak dalam kebiasaan menunda tugas akademis (Fauziah, 2016). Analisis ini menunjukkan bahwa motivasi belajar yang optimal, terutama motivasi intrinsik, merupakan faktor krusial dalam mengurangi prokrastinasi akademik dan mendorong siswa untuk lebih proaktif dalam menyelesaikan tugas.

Meskipun telah banyak penelitian yang mengkaji prokrastinasi akademik serta hubungannya dengan konsep diri dan motivasi belajar, masih terdapat *research gap* yang signifikan. Secara teoritis, sebagian besar studi cenderung membahas kedua variabel secara terpisah atau hanya berfokus pada salah satu prediktor. Namun, interaksi simultan antara konsep diri dan motivasi belajar dalam memprediksi prokrastinasi akademik pada konteks siswa SMA di Indonesia masih memerlukan eksplorasi lebih mendalam. Secara empiris, penelitian terdahulu seringkali dilakukan pada populasi mahasiswa atau siswa di luar Indonesia, sehingga generalisasi temuan pada siswa SMA di Indonesia, khususnya di SMA X, masih terbatas. *Research gap* lokasi penelitian dan karakteristik subjek ini menjadi penting mengingat dinamika pendidikan dan faktor sosio-kultural yang berbeda. Penelitian ini hadir untuk mengisi kekosongan tersebut dengan mengkaji secara komprehensif pengaruh konsep diri dan motivasi belajar secara bersama-sama terhadap prokrastinasi akademik pada siswa SMA Sederajat. Kebaruan (*novelty*) penelitian ini terletak pada analisis interaksi kedua variabel internal tersebut dalam konteks spesifik SMA X, serta memberikan pemahaman yang lebih holistik mengenai mekanisme psikologis yang mendasari prokrastinasi akademik pada populasi tersebut. Penelitian ini penting dilakukan untuk mengembangkan model intervensi yang lebih terarah dan efektif dalam mengatasi prokrastinasi akademik di lingkungan sekolah menengah di Indonesia.

Berdasarkan uraian fenomena lapangan yang menunjukkan tingginya prevalensi prokrastinasi tugas di SMA X, diperkuat oleh teori psikologi yang mengidentifikasi prokrastinasi akademik sebagai masalah regulasi diri yang kompleks, serta didukung oleh penelitian terdahulu yang mengindikasikan peran krusial konsep diri dan motivasi belajar, maka urgensi penelitian ini menjadi sangat jelas. Adanya *research gap* terkait studi simultan kedua variabel pada konteks siswa SMA di Indonesia semakin menegaskan kebutuhan akan penelitian ini. Penelitian ini tidak hanya akan memberikan kontribusi teoritis dalam memperkaya khazanah ilmu psikologi pendidikan, tetapi juga menawarkan implikasi praktis bagi pihak sekolah, guru, dan konselor dalam merancang program intervensi yang tepat guna untuk mengurangi prokrastinasi akademik. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat

memberikan pemahaman yang lebih mendalam dan solusi yang efektif untuk meningkatkan kualitas belajar dan kesejahteraan akademik siswa.

Berdasarkan fenomena di atas, pengujian kuantitatif lebih lanjut menjadi perlu untuk dilakukan. Penelitian ini bertujuan untuk menguji kontribusi simultan dari cara pandang terhadap diri serta dorongan belajar dalam memprediksi tingkat prokrastinasi akademis pada siswa jenjang sekolah menengah. Melalui pemahaman empiris yang utuh mengenai kontribusi kedua faktor internal ini, para pendidik dan konselor sekolah diharapkan dapat merancang program intervensi bimbingan yang tepat guna untuk mengikis epidemi prokrastinasi tugas dan meningkatkan mutu prestasi belajar siswa. Landasan pemikiran inilah yang mendasari pelaksanaan penelitian kuantitatif ini dengan judul "Pengaruh Konsep Diri dan Motivasi Belajar terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa SMA Sederajat".

Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah mengungkapkan apakah terdapat pengaruh antara konsep diri dan motivasi belajar terhadap perilaku prokrastinasi akademik siswa di SMA X, dengan rincian sebagai berikut:

1. Apakah terdapat pengaruh konsep diri dan motivasi belajar terhadap prokrastinasi akademik siswa SMA X?
2. Apakah terdapat pengaruh konsep diri terhadap prokrastinasi akademik siswa SMA X?
3. Apakah terdapat pengaruh motivasi belajar terhadap prokrastinasi akademik siswa SMA X?
4. Seberapa besar pengaruh konsep diri dan motivasi belajar secara simultan terhadap prorastinasi akademik siswa SMA X?

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

Tujuan Penelitian

Berdasarkan uraian rumusan masalah diatas, maka tujuan dari penelitian yang akan dilakukan adalah:

1. Untuk mengetahui pengaruh konsep diri dan motivasi belajar terhadap prokrastinasi akademik siswa SMA X.
2. Untuk mengetahui pengaruh konsep diri terhadap prokrastinasi akademik siswa SMA X.
3. Untuk mengetahui pengaruh motivasi belajar terhadap prokrastinasi akademik siswa SMA X.

4. Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh konsep diri dan motivasi belajar secara simultan terhadap prokrastinasi akademik siswa SMA X.

Kegunaan Penelitian

Berdasarkan penjabaran dari tujuan penelitian di atas, maka kegunaan yang akan diperoleh dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

Kegunaan teoritis.

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu psikologi pendidikan, khususnya dalam memperkaya kajian mengenai faktor-faktor psikologis yang memengaruhi prokrastinasi akademik pada siswa. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperluas pemahaman mengenai konsep diri dan motivasi belajar dengan prokrastinasi akademik, sehingga dapat menjadi referensi bagi penelitiain selanjutnya yang mengkaji perilaku akademik siswa pada jenjang pendidikan menengah.

Kegunaan praktis.

Bagi Instansi Pendidikan. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi pihak sekolah dalam memahami faktor psikologis yang berkaitan dengan prokrastinasi akademik siswa. Hasil penelitian dapat digunakan sebagai salah satu dasar dalam menyusun kegiatan pembinaan dan pendampingan siswa yang tidak hanya berfokus pada kedisiplinan akademik, tetapi juga mempertimbangkan pengembangan konsep diri dan motivasi belajar siswa.

Bagi Guru dan Guru Bimbingan dan Konseling. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai pentingnya memperhatikan aspek konsep diri dan motivasi belajar dalam memahami kecenderungan prokrastinasi akademik siswa. Hasil penelitian dapat menjadi bahan pertimbangan bagi guru dan guru bimbingan dan konseling dalam mengidentifikasi siswa yang mengalami kecenderungan prokrastinasi serta memberikan pendampingan yang sesuai dengan kondisi dan kebutuhan siswa.

Bagi Orang Tua. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan kepada orang tua mengenai pentingnya mendukung perkembangan konsep diri dan motivasi belajar anak dalam menjalankan tuntutan akademik. Informasi tersebut diharapkan dapat membantu orang tua dalam memberikan dukungan, perhatian, dan dorongan belajar yang sesuai sehingga anak dapat mengembangkan pandangan diri yang positif serta dorongan untuk terlibat dalam kegiatan akademik.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

Bagi Siswa. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan kepada siswa mengenai pentingnya mengenali dan memahami dirinya serta mengembangkan motivasi dalam belajar. Pemahaman tersebut diharapkan dapat membantu siswa menyadari faktor-faktor yang berkaitan dengan kecenderungan menunda tugas akademik dan mendorong siswa untuk lebih bertanggung jawab dalam menyelesaikan tuntutan akademiknya.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG