

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Belajar merupakan kewajiban siswa yang sedang mengenyam pendidikan di institusi pendidikan, formal atau nonformal. Belajar adalah suatu aktivitas atau suatu proses untuk memperoleh pengetahuan, meningkatkan keterampilan, memperbaiki perilaku, sikap, dan mengkokohkan kepribadian (Suyono dan Haryanto, 2014). Menurut Crow and Crow (dalam Suyono dan Haryanto, 2014), belajar merupakan diperolehnya kebiasaan-kebiasaan, pengetahuan dan sikap baru.

Keberhasilan belajar siswa di sekolah merupakan suatu prestasi belajar yang tergantung pada perilaku belajar siswa dan lingkungan keluarga, teman, dan sekolah. Prestasi belajar adalah kecakapan nyata yang dapat diukur yang berupa pengetahuan, sikap dan keterampilan sebagai interaksi aktif antara subjek belajar dengan objek belajar selama berlangsungnya proses belajar mengajar untuk mencapai hasil belajar (Triyono dan Khairi, 2018). Menurut Winkel (1996) prestasi belajar merupakan suatu bukti keberhasilan belajar atau kemampuan seorang siswa dalam melakukan kegiatan belajarnya sesuai dengan bobot yang dicapainya.

Strategi belajar atau cara dan metode belajar, merupakan faktor yang berpengaruh terhadap pencapaian prestasi belajar siswa di sekolah (Triyono dan Khairi, 2018). Menurut Hamalik (1983), salah satu faktor yang bersumber dari dalam diri sendiri adalah kebiasaan belajar, atau tepatnya perilaku belajar. Perilaku belajar merupakan kebiasaan belajar yang dilakukan oleh individu secara berulang-ulang sehingga menjadi otomatis

atau berlangsung secara spontan. Perilaku belajar dikatakan baik apabila siswa mempunyai kesadaran dan tanggung jawabnya, sehingga mampu membagi waktu antara belajar (mengerjakan tugas-tugas formal sekolah) dengan kegiatan yang lain di luar belajar. Terdapat beberapa tugas akademik dan nonakademik yang harus dilakukan siswa saat belajar di sekolah. Tugas akademik merupakan tugas-tugas yang berkaitan dengan kegiatan akademik siswa (bersifat formal), seperti hadir (masuk) kelas, mengerjakan tugas mata pelajaran atau praktikum, mengikuti dan mengerjakan ujian atau ulangan yang sudah ditentukan, seperti ulangan harian, ujian mid semester dan ujian semester, ujian kenaikan kelas, ujian akhir sekolah, dan lain-lain. Tugas nonakademik merupakan tugas di luar kegiatan akademik atau jam pelajaran, tetapi mendukung kegiatan akademik atau dapat mengembangkan potensi, minat bakat, dan hobi siswa, seperti tugas-tugas ekstrakurikuler (Arsa, 2015).

Tugas-tugas akademik dan nonakademik yang diberikan guru harus dikerjakan sesuai aturan (arahan guru) dan dalam durasi waktu yang telah ditentukan (disepakati). Siswa dalam menghadapi dan menyelesaikan tugas-tugas tersebut memiliki sikap yang beragam. Terdapat siswa yang memiliki *self regulation* baik sehingga mampu mengatur waktu pengerjaan dan penyelesaian tugas dengan baik, dengan tetap memperhatikan jenis tugas dan durasi waktu yang telah ditentukan guru. Namun terdapat juga siswa yang memilih menunda mengerjakan tugas, misalnya karena sebab kesulitan mengerjakan tugas, ada kegiatan yang lebih penting, atau menunggu waktu yang tepat di akhir tugas (*deadline*). Dalam istilah psikologi, menunda-nunda pekerjaan atau mengulur waktu mengerjakan tugas disebut prokrastinasi (Triyono dan Khairi, 2018). Ferrari, dkk (1995) menyebut

prokrastinasi yang berhubungan dengan kegiatan atau tugas akademik disebut dengan prokrastinasi akademik.

Wolter (2003) menyatakan bahwa prokrastinasi akademik merupakan kegagalan dalam mengerjakan tugas akademik dalam kerangka waktu yang diinginkan atau menunda mengerjakan tugas sampai saat-saat terakhir. Prokrastinasi akademik adalah kecenderungan untuk menunda-nunda mengerjakan ataupun menyelesaikan suatu tugas akademik tanpa didasari alasan yang masuk akal (Ferrari dkk, 1995). Menurut Ferrari, dkk (1995), menjelaskan bahwa terdapat 4 aspek prokrastinasi yang diantaranya: a) penundaan pada tugas yang dihadapi, b) keterlambatan dalam mengerjakan tugas, c) kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, d) melakukan aktivitas lain.

Prokrastinasi akademik sebagai penundaan terhadap tugas-tugas akademik seperti menulis makalah, mempersiapkan ujian, membaca untuk menyelesaikan tugas, melakukan administrasi terhadap tugas-tugas, kehadiran dalam kelas, dan menyelesaikan tugas akademik (Solomon dan Rothblum dalam Munawaroh, Alhadi dan Saputra, 2017). Terdapat beberapa penelitian tentang prokrastinasi akademik sudah pernah dilakukan sebelumnya. Sekitar 25% sampai 75% pelajar memiliki masalah prokrastinasi akademik (Ferrari, Keane, Wolfe dan Beck dalam Munawaroh, Alhadi dan Saputra, 2017). Penelitian di salah satu Sekolah Menengah Atas Kota Tangerang menunjukkan bahwa 43,70% memiliki tingkat prokrastinasi tinggi dan 56,30% lainnya memiliki prokrastinasi akademik rendah (Utaminingsih dan Setyabudi, 2012). Berdasarkan hasil penelitian Permana (2019) yang dilakukan di SMA Darul Falah bahwa tingkat prokrastinasi akademik jurusan IPA SMA Darul Falah adalah dalam kategori sedang dengan peringkat persentase tertinggi yakni berjumlah 144 %, hal ini dapat terjadi karena kebiasaan yang telah terjadi dan

mayoritas dari seluruh siswa/siswi jurusan IPA dari 3 tingkatan yang hanya beberapa kelas tertentu telah diteliti bahwa masih banyak peserta didik yang menunda-nunda tugas sekolah dikarenakan malas belajar ataupun kurang memahami tugas yang akan dikerjakan sehingga terjadilah prokrastinasi akademik. Pada Tingkat prokrastinasi akademik jurusan IPS SMA Darul Falah adalah dalam kategori sedang, dengan peringkat persentase tertinggi yakni berjumlah 147 %. Berbanding terbalik dengan tingkat prokrastinasi tinggi dan rendah karena persentase yang kecil dan hampir sama. Namun kesimpulan yang dapat ditarik adalah mayoritas dari jurusan IPS yang bersumber dari beberapa kelas memiliki persentase yang sangat tinggi sehingga di jurusan IPS yang terdiri dari 4 kelas 3 tingkatan ini mengalami prokrastinasi yang lebih tinggi dibandingkan jurusan IPA. Triyono (2014) dalam penelitiannya tentang prokrastinasi akademik di salah satu SMA N di Sukoharjo menyebutkan bahwa kebiasaan menunda-nunda mengerjakan tugas atau prokrastinasi akademik merupakan hal yang biasa dilakukan oleh siswa. Sebab-sebab siswa melakukan prokrastinasi di antaranya sibuk atau mengerjakan tugas lain yang lebih penting, malas, tidak memahami tugas, dan menunggu batas akhir pengumpulan (*deadline*). Kecenderungan prokrastinasi akademik siswa di sekolah ini rata-rata adalah 29% (kategori rendah), 63% (kategori sedang), dan 8% (kategori tinggi).

Hal ini diperkuat dengan hasil wawancara yang dilakukan peneliti pada bulan april 2021 kepada 10 siswa SMA. Berdasarkan hasil wawancara diperoleh data sebanyak 9 dari 10 siswa terindikasi mengalami prokrastinasi akademik.. Berdasarkan wawancara tersebut, diperoleh beberapa hasil wawancara seperti subjek merasa terkadang tidak mengetahui apa penyebab perubahan *mood* dan emosi hingga ada kecenderungan tidak bisa berkonsentrasi

pada saat menyelesaikan tugas akademik, terkadang merasa malas dalam menyelesaikan tugas akademik, lamban dan lebih memilih jalan-jalan daripada menyelesaikan tugas.

Dari hasil wawancara tersebut mengacu dengan aspek-aspek prokrastinasi akademik yaitu penundaan pada tugas yang dihadapi, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual serta aspek melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan. Aspek penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, siswa mengaku terkadang tidak bisa berkonsentrasi pada saat menyelesaikan tugas akademik, malas dalam menyelesaikan tugas akademik dikarenakan kurang memahami apa yang dijelaskan oleh gurunya. Aspek keterlambatan dalam mengerjakan tugas, siswa mengakui merasa takut apabila akan tugasnya salah dan juga takut jika tugas akademiknya terlambat dikumpulkan kepada guru. Aspek kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, siswa mengakui jika sebenarnya lamban dalam menyelesaikan tugas akademik karena belum menemukan referensi yang tepat sehingga membutuhkan waktu lama untuk menyelesaikan tugas akademik. Aspek melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan, siswa mengakui apabila sedang menemui kerumitan dan jalan buntu, cenderung akan lebih senang melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan atau mencari kesenangan sesaat seperti bermain *game* dan menonton drama korea. Berdasarkan hasil wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa mahasiswa terindikasi mengalami aspek-aspek prokrastinasi akademik. Menurut Ferrari (dalam Ghufroon 2003), prokrastinasi akademik banyak berakibat negatif, dengan melakukan penundaan, banyak waktu yang terbuang sia-sia. Tugas menjadi terbengkalai, bahkan bila diselesaikan hasilnya tidak maksimal. Penundaan juga bisa mengakibatkan seseorang kehilangan kesempatan dan peluang yang akan datang ketika perilaku ini terus di ulang.

Seharusnya siswa dituntut untuk mampu menyelesaikan tugas atau pekerjaan rumahnya. Individu yang mampu menyelesaikan tugas sekolahnya dapat meningkatkan prestasi belajarnya (Novritalia dan Maimunah, 2014). Pada kenyataannya, menunjukkan bahwa penundaan pekerjaan rumah dan tugas sekolah merupakan kebiasaan dari siswa dan penundaan juga menyebabkan siswa sering mengalami keterlambatan dalam mempelajari akademiknya serta terlambat untuk menyusun suatu karya atau laporan, mengumpulkan tugas-tugas menjelang tenggat waktu yang telah di tentukan, mengembalikan buku-buku perpustakaan, terlambat mendaftar ujian, dan sebagainya, selanjutnya seringkali melewati kelas itu juga salah satu penyebab siswa yang suka menunda-nunda (Rosario, et al, 2009). Maka, penundaan tersebut dapat menimbulkan konflik dengan orang tua atau teman-teman (Rosario, et al, 2009). Dalam hal ini siswa yang sering menunda-nunda segala sesuatunya lebih sering muncul perselisihan dengan orang tua karena siswa tersebut tidak dapat mengerjakan tugas rumah dengan baik dan tepat waktu. Siswa yang sering melakukan penundaan dapat menimbulkan kesalahfahaman antar teman-temannya karena jika mengerjakan tugas secara kelompok biasanya individu tersebut tidak dapat memaksimalkan hasil pengerjaannya secara sempurna dan tepat waktu (Novritalia dan Maimunah, 2014).

Menurut Ursia (2013) prokrastinasi akademik memberikan dampak yang negatif bagi para siswa, yaitu banyaknya waktu yang terbuang tanpa menghasilkan sesuatu yang berguna. Selain itu, Tice dan Baumeister (1997) mengatakan bahwa prokrastinasi dapat menyebabkan stres dan memberikan pengaruh pada disfungsi psikologis individu. Individu yang melakukan prokrastinasi akan menghadapi *deadline* dan hal ini dapat menjadi tekanan bagi individu sehingga menimbulkan stres.

Prokrastinasi dapat dipandang dari berbagai segi. Hal ini dikarenakan prokrastinasi melibatkan berbagai unsur masalah yang kompleks, yang saling terkait satu denganlainnya. Prokrastinasi dapat dikatakan hanya sebagai suatu penundaan atau kecenderungan menunda-nunda memulai suatu pekerjaan. Namun, prokrastinasi juga dapat dikatakan penghindaran tugas yang diakibatkan karena perasaan tidak senang terhadap tugas dan takut gagal dalam mengerjakan tugas. Prokrastinasi juga bisa sebagai suatu *trait* atau kebiasaan seseorang terhadap respon dalam mengerjakan tugas (Naafesa, 2018).

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi adalah konsep diri, efikasi diri akademik, dukungan sosial orangtua dan *locus of control*. Peneliti memilih konsep diri sebagai salah satu faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik karena konsep diri memberikan kerangka acuan yang mempengaruhi manajemen diri terhadap situasi dan terhadap orang lain. Konsep diri berpengaruh terhadap proses berpikir, perasaan, keinginan, nilai maupun tujuan hidup seseorang. Tinggi rendahnya konsep diri mengacu pada cara menilai diri sendiri tentang seberapa besar penghargaan terhadap diri sendiri. Individu dengan konsep diri positif akan mampu menghargai dirinya dan melihat hal-hal positif yang dapat dilakukannya demi keberhasilan dan prestasi. Sebaliknya individu yang memiliki konsep diri negatif meyakini dan memandang bahwa dirinya lemah, tidak dapat berbuat, tidak kompeten, gagal, tidak menarik, tidak disukai dan kehilangan daya tarik terhadap hidup (Ferrary dalam Handayani dan Suharnan, 2012).

Rakhmat (2001) mengatakan bahwa konsep diri adalah cara individu tersebut memandang atau melakukan penilaian terhadap dirinya sendiri. Konsep diri merupakan hal penting yang akan menentukan bagaimana seseorang memandang dirinya sendiri. Wrightsman (dalam Sarwono dan Meinarno, 2009) konsep diri adalah sekumpulan

keyakinan dan perasaan seseorang mengenai dirinya. Aspek konsep diri menurut Berzonsky (1981) yaitu diri fisik (*physical self*), diri sosial (*social self*), diri moral (*moral self*) dan diri psikis (*psychological self*).

Acocella (2008) menyatakan bahwa seseorang yang memiliki konsep diri positif salah satunya adalah dapat menerima dan mengenal dirinya dengan baik, seseorang yang mampu mengenal dirinya dengan baik akan senantiasa yakin terhadap potensi yang dimilikinya sehingga menimbulkan sikap percaya akan apa yang akan dilakukan dan merasa bahwa dirinya memiliki potensi tersebut. Adapun menurut Ghufron dan Risnawati (2011) konsep diri adalah suatu penilaian terhadap diri adalah cara bagaimana individu menilai diri sendiri, sedangkan prokrastinasi akademik adalah suatu penundaan atau kecenderungan menunda-nunda memulai suatu pekerjaan, namun prokrastinasi juga bisa dikatakan sebagai penghindaran tugas yang diakibatkan perasaan yang tidak senang dan takut untuk gagal dalam mengerjakan tugas.

Seseorang memiliki konsep diri positif maka akan mampu atau memiliki kemampuan untuk mengatasi masalahnya sendiri. Perlu ditelusuri mengapa seseorang melakukan penundaan, atau mengapa seseorang memiliki prestasi baik dalam bekerja maupun akademik. Konsep diri menjadi sebuah gaya kepribadian yang penting untuk ditelaah lebih jauh dalam penelitian dibidang ini karena seseorang cenderung bertindak sejalan dengan konsep diri yang ia miliki, sementara hasil dari tindakannya juga mempengaruhi konsep diri awal orang itu (Shavelson dkk., dalam Marsh dan Hattie, 1996).

Seseorang dengan konsep diri positif maka tidak memiliki rasa takut buat menghadapi kegagalan. Pada awalnya, ketika seseorang tidak berhasil dalam mencapai sesuatu yang diinginkan, akan mencoba cara yang baru, dan bekerja lebih keras. Ketika

masalah timbul, seseorang dengan konsep diri positif tetap tenang dalam menghadapi masalah dan mencari solusi, bukan memikirkan kekurangan dari dirinya. Konsep diri positif maka tidak akan menghalangi usaha meskipun individu permasalahan dan membuatnya putus asa. Hal tersebut menunjukkan bahwa konsep diri positif dapat membuat siswa lebih yakin akan kemampuan yang dimiliki untuk menyelesaikan tugas-tugas akademik yang menjadi tanggung jawabnya, tidak membuang waktu dalam mengerjakan tugas yang diberikan dan segera menyelesaikan tugas-tugas tersebut (Ragil dan Ariyanto, 2017). Ketika seseorang memiliki konsep diri positif maka individu akan merespon dengan sangat baik terhadap suatu hal tersebut.

Ketika seseorang memiliki konsep diri negatif maka individu tersebut tidak mampu mengapai apa yang diinginkannya. Hal ini dikarenakan bahwa seseorang yang memiliki konsep diri negatif sering kali akan ditemukan banyak keasalahan dalam merespon setiap yang datang atau yang ada dalam dirinya. Seseorang memiliki konsep diri negatif maka individu tidak dapat mengenal dirinya secara utuh. Hal ini menunjukkan bahwa individu kurang menerima semua yang ada dalam dirinya dengan baik, kurang bersyukur, kurang menjaga diri dan juga kurang memperbaiki dalam pencapaian akademiknya (Apriani, Rahman dan Hamdani, 2018).

Salah satu tujuan penting dalam penelitian - penelitian mengenai konsep diri dan prokrastinasi akademik pada siswa adalah melakukan analisis terhadap gaya kepribadian (*personality style*) orang-orang yang diketahui kerap menunda-nunda tugasnya (Ferrari dan Diaz Morales dalam Handayani dan Suharnan, 2012). Konsep diri menjadi sebuah gaya kepribadian yang penting untuk ditelaah lebih jauh dalam penelitian dibidang ini karena seseorang cenderung bertindak sejalan dengan konsep diri yang di miliki, sementara hasil

dari tindakannya juga mempengaruhi konsep diri awal orang itu sendiri (Shavelson dkk., dalam Marsh dan Hattie, 1996). Dalam konteks prokrastinasi akademik, kecenderungan penundaan tugas yang dilakukan seorang pelajar bisa dilihat dari kepercayaan, persepsi, atau perasaan tertentu yang dimiliki pelajar itu mengenai dirinya sendiri dalam ranah akademik. (Andreas dalam Handayani dan Suharnan, 2012).

Berdasarkan uraian diatas, maka dapat ditarik rumusan masalah dalam penelitian yaitu : Apakah ada hubungan antara konsep diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMA. Sehubungan dengan rumusan masalah tersebut, maka penulis tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul “Hubungan antara Konsep Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA.

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Berdasarkan uraian latar belakang dan penarikan rumusan masalah, maka adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara konsep diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMA.

2. Manfaat Penelitian

a. Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah sumbangan keilmuan dalam bidang psikologi dan pada bidang keilmuan lain, khususnya dibidang psikologi pendidikan yang menjelaskan tentang konsep diri dan prokrastinasi akademik.

b. Secara Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat membantu mengurangi permasalahan prokrastinasi akademik pada siswa SMA melalui konsep diri

