

**FAKTOR – FAKTOR PENYEBAB PROKRASTINASI AKADEMIK PADA
SISWA KELAS XI SMA NEGERI KABUPATEN TEMANGGUNG****Ujang Candra[✉], Mungin Eddy Wibowo, Ninik Setyowani**Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang,
Indonesia**Info Artikel**

Sejarah Artikel:
Diterima April 2014
Disetujui Mei 2014
Dipublikasikan
September 2014

Keywords:
academic procrastination;
cause factor.

Abstrak

Prokrastinasi akademik adalah jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik. Salah satunya yang sering menjadi prokrastinator adalah siswa. Jika prokrastinasi ini tidak segera dibenahi, akan merugikan siswa itu sendiri. Perkembangan siswa dalam meraih prestasi akademik menjadi terganggu. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor-faktor penyebab prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMA Negeri Kabupaten Temanggung. Angket diberikan kepada 221 siswa SMA Negeri Kabupaten Temanggung, serta 6 orang responden untuk diwawancarai. Analisis data menggunakan analisis kuantitatif yang mencakup deskriptif presentase, dan analisis kualitatif hasil wawancara. Hasil penelitian menemukan bahwa faktor internal penyebab prokrastinasi akademik dilihat dari kondisi fisik (69%), kondisi psikologis (73%). Kemudian faktor eksternal penyebab prokrastinasi akademik dilihat dari kondisi keluarga (75%), lingkungan sekolah (67%), lingkungan masyarakat (66%). Simpulan penelitian ini bahwa faktor internal utama penyebab prokrastinasi akademik pada siswa adalah kondisi fisik dan faktor eksternal yang paling utama penyebab prokrastinasi akademik pada siswa adalah lingkungan sekolah. Bagi konselor sekolah, dapat memberikan layanan penguasaan konten mengenai manajemen waktu sebagai upaya mencegah munculnya perilaku prokrastinasi akademik.

Abstract

Academic procrastination is the kind of delay that made the tasks associated with the assignment of formal academic. One of them is that often a student prokrastinator. If procrastination is not immediately addressed, it would be detrimental to the students themselves. The development of students academic achievement become impaired. The purpose of this study is to determine the internal factors and external factors that cause students academic procrastination.. Questionnaire given to 221 students of High School in Temanggung, and 6 respondents to be interviewed. Data analysis using quantitative analysis that includes percentages descriptive, and qualitative analysis of the interview result. The study found that internal factors cause students academic procrastination viewed of physical conditions (69%), psychological condition (73%), Then the external factors cause akademik procrastination viewed from the families conditions (75%), school environment (67%), environment society (66%). The conclusions that the main cause of internal factors on students akademik prokrastination is the physical condition and the most important external factor causes procrastination on students academic is the school environment. For school counselor to provide services regarding content mastery of time management as an effort to prevent the emergence of academic procrastination.

© 2014 Universitas Negeri Semarang

[✉] Alamat korespondensi:
Gedung A2 Lantai 2 FIP Unnes
Kampus Sekaran, Gunungpati, Semarang, 50229
E-mail: candraaditya09@gmail.com

PENDAHULUAN

Belajar merupakan tugas utama seorang siswa, namun tidak semua siswa memiliki pengelolaan waktu belajar yang baik. Pengelolaan waktu belajar yang kurang baik menyebabkan siswa melakukan penundaan dalam tugas-tugas akademiknya, perilaku menunda tugas-tugas akademik disebut dengan prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik merupakan suatu kecenderungan menunda untuk memulai maupun menyelesaikan tugas-tugas secara keseluruhan untuk melakukan aktivitas lain yang berguna, sehingga tugas-tugas menjadi terhambat, tidak pernah menyelesaikan tugas tepat waktu, serta sering terlambat dalam mengikuti pertemuan kelas (Solomon & Rothblum, 1984).

Prokrastinasi merupakan suatu respon tetap dalam mengantisipasi tugas-tugas yang tidak disukai dan dipandang bisa diselesaikan dengan mudah. Ferrari, Johnson dan McCown (1995) mendefinisikan prokrastinasi akademik sebagai kecenderungan untuk selalu atau hampir selalu menunda pengerjaan tugas-tugas akademik dan selalu atau hampir selalu mengalami kecemasan yang mengganggu terkait prokrastinasi. Prokrastinasi akademik merupakan suatu kegagalan dalam mengerjakan tugas dalam kerangka waktu yang diinginkan atau menunda mengerjakan tugas sampai saat-saat terakhir. Prokrastinasi akademik merupakan penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik.

Penundaan dalam melakukan tugas-tugas akademik merupakan akibat dari pengaturan waktu yang kurang efisien, akibatnya tidak ada kepastian untuk mengerjakan tugas, tidak ada prioritas apa yang harus dikerjakan lebih dahulu dan akhirnya tugas-tugas tersebut menumpuk dan membuat siswa berat untuk mengerjakan. Karakteristik siswa yang melakukan prokrastinasi menurut Ferrari adalah suka menunda-nunda mengerjakan tugas sampai batas waktu pengumpulan *deadline*, tidak menepati janji segera mengumpulkan tugas dengan memberi alasan untuk memperoleh tambahan waktu dan memilih untuk melakukan kegiatan

lain yang lebih menyenangkan (Ghufron dan Risnawita, 2011).

Sekolah sebagai lembaga pendidikan formal, diharapkan mampu menjadi salah satu lembaga pemantau perkembangan siswa salah satunya dalam bidang akademik. Akibat dari perilaku prokrastinasi yang ditunjukkan oleh siswa, tentu berhubungan dengan prestasi akademiknya. Siswa dengan prestasi yang baik besar kemungkinan mempunyai tingkat prokrastinasi akademik yang rendah, begitu juga sebaliknya, siswa yang dengan prestasi rendah besar kemungkinan tingkat prokrastinasi akademiknya tinggi. Prokrastinasi akademik yang tinggi pada siswa, dapat menjadi salah satu penghambat perkembangan siswa dalam meraih prestasi yang lebih baik. Jika keadaan ini tidak segera dibenahi, pada akhirnya akan merugikan bagi siswa itu sendiri. Siswa menjadi kurang kompetitif dalam persaingan sumber daya manusia yang berkualitas, yang akan digunakan sebagai bekal kehidupan kedepan.

Keadaan siswa dengan prokrastinasi akademik tersebut tentunya dilatarbelakangi oleh beberapa faktor penyebabnya. Perilaku prokrastinasi akademik terbentuk dan berkembang dalam proses sosialisasi yang bisa dimulai dari keluarga, akan diperkuat lingkungan sekolah dan lingkungan masyarakat. Dengan kata lain, seseorang melakukan prokrastinasi akademik tidak terlepas dari faktor-faktor yang mendasari terbentuknya perilaku prokrastinasi itu sendiri. Tinggi rendahnya perilaku prokrastinasi akademik siswa diduga banyak dipengaruhi oleh faktor-faktor pembentuknya. Faktor-faktor penyebab prokrastinasi akademik tersebut antara lain terbagi atas faktor internal dan faktor eksternal siswa itu sendiri.

Hasil observasi dan wawancara awal penulis, pada siswa SMA Negeri 1 Candirotro, dapat disimpulkan bahwa penundaan merupakan salah satu kebiasaan yang sering dilakukan siswa dalam menghadapi tugas-tugas mereka. Banyak siswa yang menunda pekerjaan rumah, maupun menunda belajar untuk menghadapi ulangan, terlambat mengumpulkan tugas yang diberikan guru, meminta perpanjangan waktu yang lebih untuk mengerjakan tugas, mengumpulkan tugas

dengan hasil seadanya, bahkan tidak mengumpulkan tugas dengan alasan lupa. Siswa cenderung melakukan aktivitas lain yang dianggap lebih menyenangkan daripada mengerjakan tugas. Hal tersebut menandakan bahwa siswa juga kurang memahami tujuan dan manfaat dari tugas yang diberikan oleh guru. Kesadaran siswa tentang tugasnya sebagai seorang pelajar juga perlu dipertanyakan.

Selain dari pengamatan, peneliti juga mendapat informasi dari beberapa Guru bidang studi, bahwa siswa sering menunda tugas dalam bentuk *take home* atau pekerjaan rumah pada mata pelajaran tertentu. Permasalahan seperti ini tidak hanya sesekali terjadi melainkan menjadi kebiasaan siswa. Kendati sudah mengantisipasi dengan memberikan informasi pada pertemuan sebelumnya tetapi masih ada beberapa siswa yang beralasan tidak tahu. Fenomena tersebut paling dominan terjadi pada siswa kelas sebelas. Hasil observasi awal yang dilakukan peneliti tersebut, maka menandakan perilaku prokrastinasi akademik siswa di SMA Negeri 1 Candiroti masih tinggi. Hal serupa juga terjadi pada sekolah lain dengan permasalahan siswa yang mengalami prokrastinasi akademik.

Untuk menjawab faktor apa saja yang sebenarnya menyebabkan prokrastinasi akademik pada siswa kelas dua di SMA Negeri Kabupaten Temanggung, perlu dilaksanakan penelitian yang empiris. Berdasarkan permasalahan inilah yang mendorong peneliti untuk mengadakan penelitian mengenai “Faktor – Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri Kabupaten Temanggung”. Pentingnya penelitian ini dilakukan dalam layanan bimbingan dan konseling agar Guru BK dapat membantu kelompok individu yang mempunyai permasalahan sesuai dengan masalah yang dihadapi. Melalui penelitian ini diharapkan guru BK dapat mengetahui faktor-faktor apa saja yang menyebabkan prokrastinasi akademik pada siswa dan guru BK dapat mencegah terjadinya prokrastinasi akademik siswa.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Berdasarkan metodenya maka penelitian yang digunakan yaitu penelitian survei. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 221 orang siswa kelas XI SMA Negeri Kabupaten Temanggung yang diperoleh dengan teknik pengambilan *cluster random sampling* dan *purposive sampling*. Untuk mengungkap variabel yang diteliti, yaitu faktor penyebab prokrastinasi akademik siswa, maka digunakan angket prokrastinasi akademik dan wawancara untuk memperkuat data. Validitas instrumen penelitian menggunakan validitas konstruk dan dengan perhitungan *product moment*, sedangkan reliabilitas instrumen dengan menggunakan perhitungan *Alpha*.

Teknik analisis data menggunakan analisis kuantitatif yang mencakup deskriptif presentase, dan analisis kualitatif dari hasil wawancara. Analisis deskriptif presentase digunakan untuk mengetahui faktor-faktor apa saja yang menyebabkan prokrastinasi akademik pada siswa, dan analisis kualitatif hasil wawancara digunakan sebagai data pendukung dalam menemukan faktor-faktor penyebab prokrastinasi akademik pada siswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan data kuantitatif hasil penelitian faktor-faktor penyebab prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMA Negeri Kabupaten Temanggung, diperoleh data bahwa faktor internal yaitu kondisi fisik mempunyai presentase sebesar 69%, dan kondisi psikologis mempunyai presentase sebesar 73%. Sedangkan dalam faktor eksternal yaitu kondisi keluarga sebesar 75%, faktor lingkungan sekolah mempunyai presentase sebanyak 67%, dan faktor lingkungan masyarakat mempunyai presentase sebesar 66%.

Dari tabel analisis deskriptif presentase di atas, maka dapat disimpulkan jika dilihat dari data secara keseluruhan menunjukkan bahwa semua indikator dalam faktor – faktor penyebab prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMA Negeri Kabupaten Temanggung yaitu Kondisi fisik, kondisi psikologis, kondisi keluarga,

lingkungan sekolah dan lingkungan masyarakat tergolong dalam kriteria tinggi.

Faktor penyebab internal

Berdasarkan data hasil penelitian, faktor internal yang menjadi penyebab prokrastinasi

akademik siswa adalah faktor kondisi fisik dan kondisi psikologis. Faktor penyebab pada indikator kondisi fisik disajikan dalam tabel sebagai berikut.

Tabel 1. Deskriptor Faktor Kondisi Fisik

No.	Deskriptor	Persentase	Kategori
1.	Mempunyai kemampuan fisik meliputi keuletan dan ketekunan dalam menghadapi tugas (fatigue)	68%	Tinggi
2.	Penilaian gender dalam menyikapi tugas	56%	Rendah
3.	Urutan kelahiran (perbandingan dengan kakak/adik)	71%	Tinggi
4.	Umur mempengaruhi cara bersikap	84%	Tinggi

Salah satu faktor yang menjadi penyebab terjadinya prokrastinasi akademik adalah sikap dan kebiasaan suatu gender dalam memandang tugas dengan persentase 56%. Sugiyo (2006) sikap merupakan sistem yang berlangsung terus dalam tiga komponen yang dipusatkan pada suatu objek tunggal. Keyakinan terhadap objek merupakan komponen kognitif, perasaan terhadap objek merupakan komponen afektif, dan kesiapan bertindak terhadap objek merupakan komponen kecenderungan bertindak.

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan, menunjukkan bahwa siswa perempuan lebih rajin dari siswa laki-laki dan siswa laki-laki sudah terbiasa menunda tugas. Hal tersebut menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik lebih banyak terjadi pada siswa laki-laki. Fenomena ini terjadi karena adanya persepsi dasar bahwa siswa laki-laki kurang rajin dibandingkan siswa perempuan, dan persepsi tersebut terjadi berulang-ulang hingga

membentuk suatu kebiasaan yang membuat siswa laki-laki nyaman dengan kondisi tersebut, walaupun memang tidak semua siswa laki-laki bersikap seperti itu.

Davidoff dan Orgel dalam (Sugiyo, 2006) menyebutkan bahwa persepsi merupakan proses pengorganisasian, penginterpretasian terhadap stimulus yang diterima oleh organisme sehingga merupakan sesuatu yang berarti dan merupakan aktivitas yang integrated dalam diri individu.

Oleh karena itu persepsi inilah yang seharusnya dapat dirubah baik menggunakan modifikasi perilaku maupun metode lain guna menumbuhkan persepsi baru tentang siswa laki-laki yang mempunyai sikap rajin dan disiplin terhadap suatu tugas, sehingga siswa laki-laki mampu terlepas dari persepsi lamanya dan mampu mengembangkan dirinya ke arah yang lebih positif.

Faktor penyebab pada indikator kondisi psikologis disajikan dalam tabel sebagai berikut.

Tabel 2. Deskriptor Faktor Kondisi Psikologis

No.	Deskriptor	Persentase	Kategori
1.	Mempunyai tanggung jawab terhadap tugas	73%	Tinggi
2.	Mampu memahami konsep dirinya terhadap suatu tugas	70%	Tinggi
3.	Mempunyai motivasi yang tinggi	77%	Tinggi
4.	Mempunyai rasa percaya diri serta sikap optimis dalam mengerjakan suatu tugas	80%	Tinggi
5.	Adanya inisiatif untuk mengerjakan tugas	74%	Tinggi

Konsep diri dapat menjadi salah satu faktor penyebab prokrastinasi akademik pada

siswa. Hal tersebut ditunjukkan dari hasil penelitian, dalam deskriptor mampu memahami

konsep dirinya terhadap suatu tugas dengan persentase 70%. Konsep diri adalah gambaran mengenai dirinya sendiri baik yang berhubungan dengan aspek fisik, sosial dan psikologis, (Sugiyono, 2005). Jika dihubungkan dengan siswa yang mengalami prokrastinasi akademik, dapat dikatakan bahwa siswa tersebut mempunyai konsep diri yang kurang baik dalam menghadapi suatu tugas. Sugiyono (2005) menyebutkan bahwa konsep diri negatif adalah pengetahuan yang tidak tepat tentang dirinya sendiri, penghargaan yang tidak tepat tentang diri sendiri, penghargaan diri yang tidak realistis, dan harga diri yang rendah.

Dari hasil analisis tersebut menggambarkan bahwa peningkatan konsep diri masih sangat diperlukan. Hal ini akan membantu

siswa dalam mengembangkan konsep dirinya secara matang karena akan sangat bermanfaat bagi dirinya, salah satunya dalam hal akademik yang berhubungan dengan tugas. Dengan demikian siswa tidak lagi mempunyai permasalahan dengan kondisi psikisnya sehingga dapat menekan prokrastinasi akademik.

Faktor penyebab eksternal

Berdasarkan hasil penelitian, faktor eksternal yang menjadi penyebab prokrastinasi akademik pada siswa adalah faktor kondisi keluarga, lingkungan sekolah dan lingkungan masyarakat. Faktor penyebab pada indikator kondisi keluarga disajikan dalam tabel sebagai berikut.

Tabel 3. Deskriptor Faktor Kondisi Keluarga

No.	Deskriptor	Persentase	Kategori
1.	Pola asuh orang tua	77%	Tinggi
2.	Perlakuan orang tua	74%	Tinggi
3.	Komunikasi dalam keluarga .	81%	Tinggi

Faktor penyebab prokrastinasi akademik dapat berasal dari faktor keluarga yaitu dari perlakuan orang tua. Bagaimana orang tua memberikan reward atau punishment terhadap anaknya akan mempengaruhi sikap siswa dalam menyelesaikan tugas sekolahnya. Santrock (2002) menjelaskan bahwa pada masa remaja, orang tua lebih sedikit meluangkan waktu dengan anak-anak mereka daripada pada masa anak-anak. Disiplin melibatkan suatu peningkatan penggunaan penalaran dan pengurangan hak-hak pribadi, ada suatu peralihan pengendalian secara berangsur-angsur dari orang tua terhadap anak tetapi masih dalam batas koregulasi, dan orang tua serta anak-anak semakin tanggap terhadap satu sama lain atas dasar label yang dikenakan pada mereka. Dalam kondisi ini, kemampuan siswa atau remaja untuk

memperoleh otonomi dan memperoleh kendali atas perilakunya dicapai melalui reaksi-reaksi orang dewasa yang tepat terhadap keinginan remaja untuk memperoleh kendali (Santrock, 2002).

Dari uraian tersebut, dapat dilihat bahwa sebenarnya siswa membutuhkan suatu reward yang lebih dari orang tua dalam memotivasi dirinya untuk mampu berkembang sesuai dengan tahap perkembangannya. Salah satunya adalah dalam bidang akademik. Siswa memerlukan dukungan dalam bentuk pujian ataupun dukungan lain yang berupa fasilitas sebagai penunjang kompetensi akademiknya.

Faktor penyebab pada indikator lingkungan sekolah disajikan dalam tabel sebagai berikut.

Tabel 4. Deskriptor Faktor Lingkungan Sekolah

No.	Deskriptor	Persentase	Kategori
1.	Pengaruh teman sebaya	61%	Rendah
2.	Sarana dan prasarana sekolah	74%	Tinggi
3.	Kinerja guru mapel	66%	Tinggi

Dari data kuantitatif hasil penelitian menunjukkan bahwa pengaruh teman sebaya dapat menjadi salah satu penyebab prokrastinasi akademik pada siswa dengan persentase 61%. Perkembangan kehidupan sosial remaja juga ditandai dengan gejala meningkatnya pengaruh teman sebaya dalam kehidupan mereka. Sebagian besar waktunya dihabiskan untuk berhubungan atau bergaul dengan teman-teman sebaya mereka (Desmita, 2008). Tetapi yang terjadi adalah siswa lebih memilih untuk bermain

atau sekedar mengobrol dengan temannya ketika ada tugas kelompok daripada mengerjakannya. Dari hal tersebut, pengendalian diri pada siswa sangatlah penting. Siswa belum sepenuhnya mampu membedakan apa yang sedang dilakukan dan apa yang seharusnya dilakukan.

Faktor penyebab pada indikator lingkungan masyarakat disajikan dalam tabel sebagai berikut.

Tabel 5. Deskriptor Faktor Lingkungan Masyarakat

No.	Deskriptor	Persentase	Kategori
1.	Berada pada lingkungan yang kondusif	63%	Rendah
2.	Dukungan orang lain	73%	Tinggi

Dari hasil penelitian, menunjukkan bahwa faktor lingkungan dapat menjadi faktor penyebab prokrastinasi akademik pada siswa. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa siswa membutuhkan lingkungan yang kondusif untuk belajar dan mengerjakan tugas sementara siswa berada pada lingkungan masyarakat yang terdiri dari individu dengan berbagai karakternya.

Koentjaraningrat dalam (Basrowi, 2005) merumuskan definisi masyarakat sebagai kesatuan hidup manusia yang berinteraksi menurut suatu sistem adat istiadat tertentu yang bersifat kontinu dan yang terikat oleh suatu rasa identitas bersama. Dalam faktor penyebab ini adalah siswa tidak mampu menyelesaikan tugas pada kondisi yang tidak kondusif.

Lingkungan yang rendah pengawasan menjadi faktor penyebab siswa menunda tugasnya. Lingkungan rendah pengawasan diartikan sebagai suatu kondisi lingkungan dimana norma–norma dan aturan kurang begitu ditegakkan. Hal tersebut membuat kesempatan siswa untuk berada pada lingkungan yang kondusif yang dibutuhkan untuk belajar dan mengerjakan tugas menjadi semakin berkurang. Dengan demikian jelas bahwa faktor lingkungan yang kurang kondusif menjadi salah satu faktor penyebab prokrastinasi akademik pada siswa.

SIMPULAN

Faktor-faktor yang menjadi penyebab prokrastinasi akademik pada siswa adalah (1) kondisi fisik yaitu jenis kelamin dan ketahanan tubuh (*fatigue*), (2) kondisi psikologis yaitu kurangnya tanggung jawab dan rasa percaya diri (3) kondisi keluarga yaitu fasilitas dari orang tua (4) lingkungan sekolah yaitu pengaruh teman sebaya, cara guru dalam mengajar dan pengalaman kurang menyenangkan dengan guru (*punishment*) (5) lingkungan masyarakat yaitu berada pada lingkungan kurang kondusif .

Faktor internal utama penyebab prokrastinasi akademik pada siswa adalah kondisi fisik dan faktor eksternal yang paling utama penyebab prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMA Negeri Kabupaten Temanggung adalah lingkungan sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Burka and Yuen. 2008. Procrastination, why you do it, what to do about it now. U.S: Da Capo Press.
- Ferrari, J.R, dkk. 1995. Procrastination and Task Avoidance. New York : Plenum Press .
- Knaus, William. 2010. End Procrastination Now. United States: McGraw-Hill Companis .
- M.S. Basrowi. 2005. Pengantar Sosiologi. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Risnawita, Ghufron. 2010. Teori – Teori Psikologi. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media Group.

- Santrock, J.W. 2002. Life Span Development: Perkembangan Masa Hidup. Alih bahasa Achmad Chusairi dan Wisnu Chandra Kristiaji. Jakarta: Erlangga.
- Sugiyono. 2005. Komunikasi Antar Pribadi. Semarang: UNNES Press.
- Supriyo. 2008. Studi Kasus Bimbingan dan Konseling. Semarang: CV. Nieuw Setapak.