

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan yang berkualitas akan menghasilkan individu-individu unggul dan berpotensi tinggi. Pendidikan menurut (Aslamiyah dkk, 2019) merupakan indikator kejayaan bangsa. Salah satu unsur penting dalam pendidikan adalah pembelajaran. Kecenderungan pembelajaran di era sekarang adalah belajar dapat dilakukan dimana saja, kapan saja, dengan siapa saja, dan melalui sumber belajar apa saja.

Perkembangan peserta didik di sekolah pada hakikatnya bertujuan untuk mengembangkan sikap partisipasi dalam kegiatan pembelajaran di sekolah. Siswa menurut (Blegur, 2020) merupakan bagian dari mata pelajaran dalam dunia pendidikan dan tidak dapat dipisahkan dari kegiatan pembelajaran. Sejalan dengan teori menurut Hurlock (dalam Suryana dkk, 2022) masa remaja atau *adolescentia* adalah proses pendewasaan. Remaja merupakan individu yang sedang berada pada fase peralihan dari masa kanak-kanak menuju kedewasaan, di mana mereka mulai dianggap matang secara reproduksi. Pada tahap ini, terjadi berbagai perubahan signifikan, mencakup aspek hormonal, fisik, psikologis, maupun sosial.

Adapun menurut Hurlock (dalam Sutikasari, 2025) pada umumnya yang dimaksud dengan remaja adalah individu yang berada pada rentang usia 13 sampai usia 22 tahun. Sedangkan remaja SMK berusia 15 tahun sampai 18 tahun, awal masa remaja bermula dari usia 13 tahun sampai 19 tahun dan akhir masa remaja dari 20 tahun sampai 22 tahun. Pada periode ini, menurut (Haidar & Apsari, 2020)

terjadi perubahan yang sangat signifikan dalam berbagai aspek perkembangan, seperti pertumbuhan fisik, kemampuan berpikir (kognitif), hubungan sosial, serta pembentukan karakter dan kepribadian.

Masa remaja sering kali menjadi periode pencarian jati diri yang dapat memengaruhi proses belajar di sekolah menurut (Isoprilda & Anggraini, 2023) Sebagai pelajar, siswa memiliki tanggung jawab untuk mematuhi peraturan sekolah, menyelesaikan tugas, dan melaksanakan kewajiban yang diberikan oleh guru. Didalam proses belajar tidak sedikit siswa yang mengalami masalah-masalah akademik di sekolah menurut (Syafitri, 2017) seperti kesulitan dalam menyelesaikan tugas sekolah, kesulitan dalam menghadapi ujian, kesulitan dalam pengaturan waktu belajar dan penundaan mengerjakan tugas sekolah. Maka dari itu sering terlihat jelas fenomena-fenomena penundaan baik itu dilakukan dalam bentuk akademik, dunia pekerjaan, dan sebagainya dimana perilaku menunda-nunda dan tidak disiplin dalam waktu pada bidang psikologi dikenal dengan sebutan prokrastinasi.

Prokrastinasi menurut Lay (dalam Triyono, 2018) adalah sebagai sebuah penundaan atau menunda mengerjakan suatu tugas untuk beberapa waktu kedepan, sebab tugas tersebut dianggap berat, kurang menyenangkan dan menarik. Sejalan dengan teori diatas perilaku seperti menunda-nunda mengerjakan tugas, menunda-nunda sampai tenggat waktu yang telah ditetapkan oleh guru mata pelajaran, lalu menyalahkan orang lain atas kesalahan yang diperbuat oleh diri sendiri seperti menyalahkan teman karna tidak mau memberikan contekan tugas sekolah.

Menurut Pratama (2023), terdapat fenomena prokrastinasi akademik yang cukup tinggi pada siswa kelas X TM 1 di SMK Negeri 3 Yogyakarta, dan hal ini memberikan dampak serius terhadap kehidupan siswa. Prokrastinasi akademik dapat memengaruhi kesehatan mental seperti menimbulkan stres, kecemasan, serta menurunnya rasa percaya diri, yang pada akhirnya juga berdampak negatif terhadap pencapaian akademik. Oleh karena itu, penting bagi siswa untuk mengurangi kebiasaan menunda tugas agar tidak merugikan perkembangan belajar mereka.

Sebelum peneliti melakukan pra-penelitian, peneliti juga melakukan wawancara dengan pihak sekolah, yaitu guru bimbingan konseling (BK) di SMK Rosma. Guru tersebut menyatakan bahwa proses belajar di kelas terganggu karena siswa lebih memilih melakukan hal menyenangkan daripada mengerjakan tugas sekolah. Akibatnya, tugas sering ditunda, menunda terkadang karena pengaruh teman atau keinginan mencari kesenangan, itu semua terlihat saat guru tidak bisa hadir didalam kelas dan sengaja memberikan latihan kepada siswa, tetapi siswa seperti menunda untuk mengerjakan, atau mengumpulkan tugas tidak tepat waktu. Sejalan dengan Jenis-jenis tugas yang menjadi objek prokrastinasi akademik menurut Sulaiman dan Rothblum (dalam Purwanti & Lestari, 2016) adalah tugas menulis, belajar untuk ujian, membaca, kinerja administrasi, mengikuti pembelajaran di kelas, dan kinerja akademik secara keseluruhan. Prokrastinasi merupakan perilaku menunda, sengaja menunda, dan mengabaikan.

Fenomena prokrastinasi akademik juga terjadi disalah satu sekolah swasta di Karawang yaitu SMK Rosma Karawang. Peneliti melakukan wawancara tidak terstruktur kepada 5 orang siswa SMK Rosma Karawang, pada tanggal 15 Oktober

2024, partisipan menyatakan menunda-nunda mengerjakan tugas karna teman-temannya juga menunda mengerjakan. Siswa sadar untuk segera mengumpulkan tugas tetapi baru mengerjakan mendekati tenggat waktu yang sudah ditentukan oleh guru. Siswa tahu jika tugas terus ditunda untuk dikerjakan akan menumpuk tetapi siswa tetap menunda untuk mengerjakan atau sekaligus mengerjakan saat sudah menumpuk. Berdasarkan hasil pra-penelitian yang dilakukan oleh peneliti terhadap 29 siswa SMK Rosma berusia 15-19 tahun menunjukan bahwa 70% menunda tugas. melakukan hal menyenangkan, dan menyalahkan. Sejalan dengan teori menurut Steel (dalam Clara dkk, 2018) prokrastinasi adalah tindakan sengaja menunda tugas penting, menggantinya dengan pekerjaan yang sebenarnya kurang prioritas. Individu yang berprokrastinasi sadar bahwa penundaan tersebut dapat membawa dampak negatif, namun tetap melakukannya. Aspek-aspek prokrastinasi akademik menurut Tuckman (dalam Jamila, 2020) yaitu diantaranya adalah kecenderungan untuk menunda, kecenderungan melakukan hal-hal yang menyenangkan, dan kecenderungan menyalahkan.

Dalam bidang pendidikan terdapat istilah prokrastinasi akademik. Ferrari (dalam Husna & Suprihatin, 2021) menyebutkan bahwa prokrastinasi akademik merupakan perilaku individu yang malas mengerjakan tugas hingga pada jangka waktu yang telah ditentukan serta mendapat hasil yang tidak optimal. Begitu juga siswa yang terbiasa mengulur waktu saat mengerjakan tugas sehingga sering tidak memiliki waktu yang cukup untuk menyelesaikannya. Sedangkan Prokrastinasi akademik adalah kecenderungan seseorang dalam mengerjakan tugas, menunda-nunda tugas yang diberikan oleh dosen maupun guru, sejalan dengan teori Tuckman

(dalam Akerina, 2022) menjelaskan bahwa prokrastinasi akademik merupakan kecenderungan untuk meninggalkan atau menghindari tugas dan aktivitasnya di dalam dunia akademik secara sengaja. Aspek-aspek prokrastinasi akademik menurut Tuckman (dalam Jamila, 2020) yaitu diantaranya adalah kecenderungan untuk menunda, kecenderungan melakukan hal-hal yang menyenangkan, dan kecenderungan menyalahkan.

Faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik menurut Ferrari (dalam Lestari, 2022). dapat dikategorikan dua macam, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal, yaitu faktor-faktor yang terdapat dalam diri individu yang mempengaruhi prokrastinasi, faktor-faktor itu meliputi kondisi fisik dan kondisi psikologis individu. yaitu salah satunya adalah kontrol diri. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik ialah kontrol diri, ketika seseorang bisa mengontrol dirinya dengan baik ia tidak akan terpengaruh oleh lingkungan, mampu mengelola informasi yang ia dapatkan dengan baik, sejalan dengan teori dari Averil (dalam Rachmawan dkk, 2021) yaitu kontrol diri adalah kemampuan individu untuk memodifikasi perilaku, kemampuan individu dalam mengelola informasi yang diinginkan, dan kemampuan individu untuk memilih salah satu tindakan berdasarkan sesuatu yang diyakini.

Tangney dkk (dalam Sentana & Kumala, 2017) mendefinisikan kontrol diri sebagai keterampilan seseorang dalam menentukan tindakan berdasarkan standar tertentu yang ada di masyarakat yang meliputi nilai, moral, dan aturan tindakan positif yang mampu menguntungkan seseorang, menurut Tangney dkk (dalam

Masyita, 2016) terdapat lima aspek kontrol diri yaitu, kedisiplinan diri, bertindak dengan pertimbangan, pola hidup sehat, kehandalan, dan etika kerja.

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh (Purwanti & Lestari, 2016) menyatakan bahwa terdapat pengaruh yang negatif dan signifikan ‘kontrol diri terhadap prokrastinasi akademik peserta didik kelas X SMA 1 Sungai Ambawang’. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh (Artanti, 2019) juga menunjukkan bahwa terdapat pengaruh negatif signifikan ‘kontrol diri terhadap prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Gombong’. Sejalan dengan itu, penelitian yang dilakukan oleh (Kurniasih dkk, 2021) juga menyatakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan ‘kontrol diri terhadap prokrastinasi akademik pada peserta didik kelas XI IPS di SMA Negeri 2 Sungai Raya’.

Salah satu faktor eksternal dari prokrastinasi akademik adalah dukungan sosial, menurut Ferrari (dalam Lestari, 2022) faktor eksternal, yaitu faktor-faktor diluar individu yang ikut mempengaruhi kecenderungan timbulnya prokrastinasi pada seseorang. Yaitu salah satu faktornya adalah dukungan sosial. (Papalia dkk, 2015) mengungkapkan dukungan sosial menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi keputusan individu untuk segera menyelesaikan tugasnya.

Dukungan sosial menurut Bastaman (dalam Rif’ati dkk, 2018) merupakan hadirnya orang-orang tertentu yang secara pribadi memberikan nasehat, motivasi, arahan dan menunjukkan jalan keluar ketika individu mengalami masalah dan pada saat mengalami kendala dalam melakukan kegiatan secara terarah guna mencapai tujuan. Dukungan sosial menurut Zimet (dalam Apriana, 2024) adalah bantuan dari orang lain yang dirasakan seseorang sebagai bentuk dukungan. Hal ini memberi

rasa percaya diri dan motivasi pada individu bahwa ia diperhatikan, disayangi, dan dihargai. Dukungan sosial mempunyai tiga aspek menurut Zimet (dalam Apriana, 2024) yaitu: keluarga, teman. *significant other*.

Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan oleh (Kristy, 2019) menunjukkan bahwa antara ‘dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik terdapat hubungan yang signifikan pada siswa kelas XI SISWA SMA’. Penelitian yang dilakukan oleh (Waty & Agustina, 2022) memperlihatkan bahwa adanya pengaruh yang signifikan dari dukungan sosial terhadap prokrastinasi akademik siswa yang bermukim di pesantren madrasah MTs N 3 Bojonegoro. Penelitian yang dilakukan oleh (Utami & Duryati, 2023) Dari analisis data yang dilakukan, didapat hasil ‘dukungan sosial terhadap prokrastinasi akademik’ Analisis ini memperlihatkan bahwasanya ada hubungan berupa negatif dan signifikan pada dukungan sosial dan prokrastinasi akademik.

Dampak yang menjadi urgensi saat ini adalah perilaku prokrastinasi akademik pada siswa bisa menyebabkan siswa kurang bisa mengontrol dirinya dengan baik sehingga terjadi perilaku kurang disiplin, mempengaruhi proses belajar sehingga mengalami gangguan pada prestasi akademik siswa disekolah, rasa panik karna mendekati waktu mengumpulkan tugas, kualitas belajar yang buruk, dan rendahnya rasa kepercayaan diri siswa karena nilai bisa turun sehingga siswa memerlukan dukungan sosial positif dari keluarga, teman, atau orang spesial di hidupnya (pasangan). Hal tersebut didukung oleh pendapat dari (Chisan, 2021), beberapa alasan lain munculnya prokrastinasi akademik yaitu dengan adanya kecemasan

evaluasi, ketidakmampuan dalam mengambil atau membuat keputusan ketidakmampuan dalam mengontrol diri, dan adanya penolakan akan tugas.

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan diatas, serta pra-penelitian yang dilakukan oleh peneliti dan hasil penelitian sebelumnya, maka peneliti tertarik untuk melakukan sebuah penelitian dengan judul ‘Pengaruh Kontrol Diri Dan Dukungan Sosial Terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa Di SMK Rosma Karawang’ serta peneliti ingin melihat apakah kontrol diri dan dukungan sosial mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik pada siswa SMK Rosma Karawang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang permasalahan di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Apakah terdapat pengaruh kontrol diri terhadap prokrastinasi akademik di SMK Rosma Karawang?
2. Apakah terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap prokrastinasi akademik di SMK Rosma Karawang?
3. Apakah terdapat pengaruh kontrol diri dan dukungan sosial terhadap prokrastinasi akademik di SMK Rosma Karawang.

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah, maka tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui pengaruh kontrol diri terhadap prokrastinasi akademik di SMK Rosma Karawang.

2. Untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap prokrastinasi akademik di SMK Rosma Karawang.
3. Untuk mengetahui pengaruh kontrol diri dan dukungan sosial terhadap prokrastinasi akademik di SMK Rosma Karawang.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan bisa membantu perkembangan ilmu psikologi, terutama di bidang psikologi pendidikan. Diskusi dan pelaksanaan penelitian ini diharapkan bisa menjadi dasar untuk proses belajar-mengajar, maupun untuk penelitian berikutnya.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan untuk mengurangi atau mencegah prokrastinasi akademik pada siswa di SMK Rosma Karawang.

a. Bagi Siswa

Memberikan gambaran mengenai pengaruh prokrastinasi akademik terhadap dukungan sosial dan kontrol diri, sehingga siswa diharapkan mampu memilih dukungan social yang baik dan dapat mengontrol dirinya sebagai Upaya untuk mengurangi prokrastinasi akademik.

b. Bagi Sekolah

Memberikan informasi pada pihak sekolah sehingga dapat dijadikan acuan untuk berupaya mengurangi prokrastinasi akademik yang terjadi di instansi tersebut sehingga dapat meningkatkan prestasi siswa.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan referensi untuk peneliti selanjutnya baik segi teori yang ada didalamnya maupun metode penelitian yang digunakan



