

GAMBARAN PROKRASTINASI AKADEMIK PESERTA DIDIK KELAS X DI SMA N 6 SEMARANG

¹Shafa Hasna Prastyaningrum, ²Heri Saptadi Ismanto, ³Ardiatma Rio Respati

¹Universitas PGRI Semarang

²SMA N 6 Semarang

shafahasnap28@gmail.com

Abstract: Procrastination is bad behavior or negative behavior, including: neglect in completing assignments, and lack of punctuality when starting school hours. This research aims to determine the picture of academic procrastination of class X students at SMA N 6 Semarang. The population in this study was 432 with a sample of 208 class X students with a sampling technique using simple random sampling. This research uses a descriptive quantitative type method which will produce a complete description of the results of this research. The results of this research show that the academic procrastination of class X students at SMA N 6 Semarang is in the High category with a score of 53.84%. Thus, it is hoped that this problem will be handled so that students can solve the problem. One way to handle this problem is by providing counseling services.

Keywords: Academic Procrastination, Students, High School

Abstrak : Prokrastinasi adalah suatu perilaku yang tidak baik atau perilaku yang negatif di antaranya; lalai dalam menyelesaikan tugas, dan kurangnya ketepatan waktu pada saat masuk jam sekolah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran prokrastinasi akademik peserta didik kelas X SMA N 6 Semarang. Populasi pada penelitian ini sebesar 432 dengan sampel sebanyak 208 peserta didik kelas X dengan teknik pengambilan sampel menggunakan simple random sampling. Penelitian ini menggunakan metode jenis kuantitatif deskriptif yang akan menghasilkan deskripsi lengkap dari hasil penelitian ini. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik peserta didik kelas X SMA N 6 Semarang berada pada kategori Tinggi dengan skor 53,84%. Dengan demikian diharapkan adanya penanganan terhadap masalah tersebut sehingga siswa dapat menyelesaikan masalahnya. Salah satu cara penanganan masalah tersebut adalah dengan memberikan layanan konseling.

Kata kunci: Prokrastinasi Akademik, Peserta Didik, Sekolah Menengah Atas

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan suatu hal yang tidak terlepas dari proses pembelajaran siswa. Dalam proses pembelajaran, siswa biasanya menerima tugas dari guru sebagai alat ukur hasil belajar. Mengukur proses pencapaian hasil belajar dengan menyelesaikan tugas berupa kuis, tugas project, PR (Pekerjaan Rumah), dll.

Menyelesaikan tugas tersebut seringkali berkaitan dengan permasalahan yang dibuat oleh siswa, seperti suka menunda-nunda tugas, kurang fokus saat belajar, kurang paham dengan materi yang diberikan oleh guru dll. Dari permasalahan tersebut tak jarang siswa menunda-nunda penyelesaian tugas, dan sebagian siswa tidak tepat waktu dalam

pengumpulan tugas tidak ini adalah dampak dari media sosial, tindakan ini disebut dengan prokrastinasi akademik.

Setiap guru memberikan tugas yang beragam sesuai dengan mata pelajaran yang disampaikan. Dengan memberikan peserta didik tugas yang beragam maka peserta didik harus mengerjakan secara langsung. Namun kenyataannya, karena banyaknya tugas yang diberikan, peserta didik kesulitan untuk menentukan tugas mana yang harus diprioritaskan. Bahkan peserta didik menunda dan mengulur-ulur waktu untuk memulai dan menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru. Keadaan ini dikenal sebagai prokrastinasi akademik.

Prokrastinasi akademik menurut (Smp et al., 2021) adalah suatu fenomena yang seharusnya dapat dikerjakan secara tepat waktu. Prokrastinasi juga merupakan perilaku yang disengaja, (Nurjan, 2020). Berdasarkan pernyataan diatas dapat disimpulkan Prokrastinasi akademik adalah suatu tindakan yang dilakukan dengan sengaja dalam menunda-nunda tugas secara berulang-ulang dan terus menerus.

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik yang disebutkan oleh Ferrari, dkk: 2010 (Aviani & Primanita, 2020) yaitu terdapat 2 faktor seperti faktor internal dan eksternal. Dimana faktor internal tersebut meliputi kondisi fisik dan psikologis individu seperti kesehatan, regulasi emosi, efikasi diri dan kontrol diri. Sedangkan faktor eksternal yaitu penyebabnya datang dari luar, seperti tugas yang terlalu sulit.

Penelitian yang dilakukan pada peserta didik kelas X SMA Darul Falah Cililin menemukan bahwa 95% siswa mengalami prokrastinasi akademik. Faktor internal seperti rasa malas yang berasal dari dalam diri individu dan faktor eksternal seperti tekanan dari luar individu mempengaruhi tingkat prokrastinasi akademik. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik pada siswa kelas X SMA Darul Falah Cililin memiliki tingkat yang sangat tinggi, dengan sebagian besar siswa mengalami kecenderungan menunda-nunda tugas dan tanggungjawab yang diberikan (Permana, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Ramadhani et al., 2020), maka dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik siswa SMA Negeri 1 Muara Sugihan kelas XII IPA 1 dengan rata-rata 96,18 pada kategori (Tinggi), kelas XII IPA 2 dengan rata-rata 93,74 pada kategori (Tinggi), kelas XII IPA 3 dengan rata-rata 82,86 pada kategori (Sedang). Sehingga dari ketiga kelas yang telah diberikan instrumen prokrastinasi akademik berada pada kategori (Tinggi) dengan rata-rata 90,92. Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan rata-rata skor 90,92 dengan kategori tinggi.

Prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh siswa dan siswi kelas XI IPS di SMA N 1 Rengat tergolong sedang. Dari 84 responden terdapat 9 orang yang tergolong rendah dengan presentase sebesar 10,7%, 39 orang tergolong sedang dengan presentase sebesar 46,4%, dan 36 orang tergolong tinggi

dengan presentase sebesar 42,9%, (Nuzulia, 1967).

Dalam sintesis, gambaran prokrastinasi akademik pada peserta didik kelas X menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik memiliki tingkat yang tinggi, dipengaruhi oleh faktor internal seperti rasa malas dan kecenderungan menunda-nunda pekerjaan, serta faktor eksternal seperti tekanan dari luar individu. Penelitian juga menunjukkan bahwa penggunaan game online dapat meningkatkan prokrastinasi akademik, sehingga perlu diawasi dan dikendalikan agar tidak berdampak negatif pada prestasi akademik siswa.

METODE

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode jenis kuantitatif deskriptif yang akan menghasilkan deskripsi lengkap dari hasil penelitian ini. Pendekatan penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan Tingkat Prokrastinasi Akademik siswa. Dalam penelitian ini menggunakan skala likert dengan empat kategori yaitu sangat Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS). Skala likert menurut Sugiyono (2018) (dalam Nurashiah et al., 2022 : 22) dapat digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi individu atau kelompok orang terkait fenomena sosial.

Populasi dari penelitian adalah siswa kelas X SMA N 6 Semarang yang berjumlah 432 siswa yang terdiri dari 9 kelas, dan penentuan sampel yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan rumus slovin dengan batas toleransi kesalahan 5% sehingga

mendapatkan 208 siswa untuk dijadikan sampel. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah teknik simple random sampling. Menurut Sugiyono (2017:82) teknik simple random sampling adalah teknik yang sederhana karena pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa melihat dan memperhatikan kesamaan atau strata yang ada dalam populasi. Jadi setiap siswa kelas X di SMA N 6 Semarang ini mendapatkan kesempatan yang sama untuk dipilih sebagai sampel penelitian. Dalam mengukur penelitian ini sendiri yaitu melalui kuisioner untuk pengambilan data penelitian yang berisi tentang pernyataan yang menyatakan objek yang hendak diungkap.

Perolehan hasil pengisian angket yang diisi oleh 208 peserta didik kelas X selanjutnya diolah dan dianalisis menggunakan SPSS. Jawaban dari setiap item pernyataan angket berupa penilaian skor 4 = Sangat Setuju, skor 3 = Setuju, skor 2 = Tidak Setuju, 1 = Sangat Tidak Setuju. Berdasarkan jawaban tersebut akan ditabulasikan berdasarkan kategorisasi interval yang sudah di tentukan, berikut adalah tabel :

Tabel 1. Kategori Penilaian

| Interval | Kategori |
|----------|----------|
| 27 – 53 | Rendah |
| 54 - 80 | Cukup |
| 81 - 108 | Tinggi |

HASIL

Penelitian ini dilakukan di SMA N 6 Semarang, di Kota Semarang, Provinsi Jawa

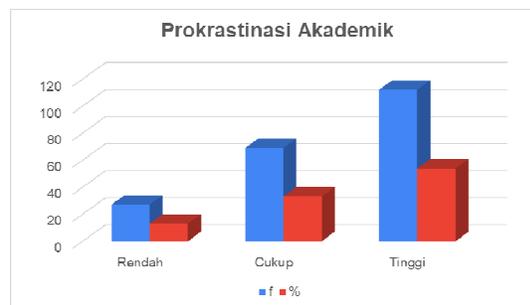
Tengah. Pada penelitian yang bertujuan mengetahui gambaran prokrastinasi akademik siswa kelas X SMA N 6 Semarang. Hasil dalam menggambarkan prokrastinasi akademik yang dimiliki oleh peserta didik pada subjek penelitian, disini menggunakan skala prokrastinasi akademik yang sebelumnya sudah di uji validitas dan reliabilitasnya. Instrumen skala prokrastinasi akademik meliputi 27 item pernyataan yang sudah diberikan kepada sampel penelitian sebanyak 208 responden. Diperoleh sebelumnya tolak ukur atau kategorisasi hasil pengumpulan data dan pengolahan data yang telah dilakukan terhadap 208 peserta didik kelas X SMA N 6 Semarang dapat terlihat di tabel berikut :

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Prokratinasi Akademik siswa kelas X

| Interval | Kategori | f | % |
|--------------|----------|------------|------------|
| 27% - 53% | Rendah | 27 | 12,98 |
| 54% - 80% | Cukup | 69 | 33,17 |
| 81% - 108% | Tinggi | 112 | 53,84 |
| Total | | 208 | 100 |

Data dalam tabel 1.2 di jelaskan bahwa sampel yang diambil peneliti berjumlah 208 peserta didik kelas X. Berdasarkan tabel diatas peserta didik yang mempunyai prokrastinasi akademik rendah sebanyak 27 peserta didik (12,98%), peserta didik yang mempunyai prokrastinasi akademik cukup sebanyak 69 peserta didik (33,17%), peserta didik yang mempunyai prokrastinasi akademik tinggi sebanyak 112 peserta didik (53,84%). Jadi dapat ditarik kesimpulan bahwa sebesar

53,8462% peserta didik kelas X di SMA N 6 Semarang memiliki prokrastinasi akademik tinggi.



Gambar 1. Grafik Tingkat Prokrastinasi Akademik Peserta Didik Kelas X

Selain dalam bentuk tabel tersebut, untuk lebih jelasnya peneliti juga menyediakan data dalam bentuk grafik diagram batang seperti yang ada di atas.

Hasil dari penghitungan skor skala prokrastinasi akademik dengan subjek penelitian berjumlah 208 peserta didik kelas X SMA N 6 Semarang. prokrastinasi akademik rendah sebanyak 27 peserta didik (12,98 %), peserta didik yang mempunyai prokrastinasi akademik cukup sebanyak 69 peserta didik (33,17%), peserta didik yang mempunyai prokrastinasi akademik tinggi sebanyak 112 peserta didik (53,84%). Jika dilihat dari data di atas, menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik yang dimiliki peserta didik kelas X SMA Negeri 10 Semarang, berada pada rata-rata di kategori “Tinggi”.

PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan maka 112 peserta didik tersebut

memiliki prokrastinasi akademik dalam kategori tinggi diperoleh rata-rata skor 53,84% sehingga hal ini mengarah pada negative. Peserta didik di sekolah ini mengalami prokrastinasi akademik, yang dimaksud dengan prokrastinasi akademik menurut Puswati (2014:14) adalah kebiasaan untuk menunda-nunda pekerjaan yang merupakan suatu perilaku yang tidak efektif dalam penggunaan waktu. Menunda-nunda pekerjaan dapat dilakukan dalam berbagai kegiatan seperti menunda-nunda dalam mengerjakan ataupun menyelesaikan tugas-tugas akademik. Menurut Ramadhani (2018:377) prokrastinasi akademik merupakan perilaku yang tidak efektif dan efisien dalam memanfaatkan waktu dan adanya kecenderungan untuk tidak segera memulai suatu tindakan atau menunda tugas yang ingin dikerjakan sampai waktu berikutnya, sehingga perilaku tersebut dapat menghambat kesuksesan akademik individu itu sendiri.

Berdasarkan teori di atas bahwa prokrastinasi akademik adalah hal yang negatif, apabila hal ini dibiarkan maka tidak baik bagi peserta didik. Selanjutnya berdasarkan hasil penelitian (Abdullah, Thalib 2016) bahwa di sekolah SMA Negeri 2 Palu ini terdapat juga prokrastinasi akademik di sekolah, sejalan dengan itu maka diperlukannya penurunan atau pelayanan untuk mengatasi masalah tersebut.

Berdasarkan penelitian Ramadhani (2019:19) kepada mahasiswa prodi bimbingan dan konseling di Universitas PGRI Palembang bahwa mengungkapkan

prokrastinasi akademik merupakan suatu tindakan menunda-nunda dalam mengerjakan sesuatu tugas, baik tugas perkuliahan ataupun tugas mengerjakan skripsi. Prokrastinasi juga merupakan perilaku yang negatif adapun beberapa komponen diantaranya; perilaku lalai, keragu-raguan, kurangnya ketepatan waktu, serta kurangnya perencanaan dalam melakukan sesuatu. Selanjutnya berdasarkan penelitian Ramadhani, Berdasarkan penelitian saya yang dapat dikaitkan dengan penelitian Ramadhani, dkk terungkap bahwa prokrastinasi akademik juga terjadi pada mahasiswa, sehingga dalam dunia pendidikan prokrastinasi akademik merupakan hal yang wajar akan tetapi dengan kewajiban tersebut perlunya mengatasi masalah tersebut.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik SMA N 6 Semarang kelas X dengan rata-rata 53,84% pada kategori (Tinggi) dengan peserta didik 112 dari subjek penelitian 208. Maka perlunya adanya peninjauan dan pemberian layanan atau cara mengatasi masalah ini sehingga prokrastinasi akademik tidak tidak berampak negative pada siswa tersebut, untuk itu perlunya guru bimbingan dan konseling, kepala sekolah, dan konselor untuk bekerjasama dalam mengatasi masalah tersebut.

Berdasarkan data tersebut maka perlunya diatasi masalah ini sehingga kita dapat membantu kesuksesan peserta didik, salah satu cara yang mengatasi adalah memberikan

layanan informasi, layanan bimbingan kelompok, dan layanan-layanan lainya yang berkaitan dengan bimbingan dan konseling

DAFTAR RUJUKAN

- Abdullaah, T., Mansyur, Munifah. 2016. Upaya mereduksi perilaku prokrastinasi akademik melalui konseling kelompok dengan teknik selfmanagement (Studi kasus di kelas XI SMA negeri 2 Palu). *Jurnal Konseling dan Psikoedukasi*. 1(2). (1-14)
- Aviani, Y. I., & Primanita, R. Y. (2020). Conflict Resolution Dan Subjective Well Being Pasangan Suami Istri Masa Awal Pernikahan di Kurai Limo Jorong Bukittinggi. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)*, 10(2), 193. <https://doi.org/10.24036/rapun.v10i2.106266>
- Nurjan, S. (2020). Analisis Teoritik Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Muaddib: Studi Kependidikan Dan Keislaman*, 1(1), 61. <https://doi.org/10.24269/muaddib.v1i1.2586>
- Nuzulia, A. (1967). 濟無 No Title No Title No Title. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 8(2), 5–24.
- Permana, B. (2019). Gambaran Prokrastinasi Akademik Siswa Sma Darul Falah Cililin. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 2(3), 87. <https://doi.org/10.22460/fokus.v2i3.4498>
- Puswanti, P. (2014). Upaya Mereduksi Prokrastinasi Akademik Melalui Konseling Kelompok dengan Pendekatan Behavioristik Pada Siswa SMK. *PSIKOPEDAGOGIA Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 3(1), 11-19.
- Ramadhani, E., Putri, R. D., & Istiqoma, V. A. (2018). Effectiveness Of Information Services To Reduce Student Academic Procrastination In Working Thesis (Experiment Study On Student Of Guidance And Counseling universitas Pgri Palembang). *Jurnal Dosen Universitas PGRI Palembang*.
- Ramadhani, E. (2019). Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Palembang dalam Mengerjakan Skripsi. *Jurnal Wahana Konseling*, 2(1), 13-19.
- Ramadhani, E., Sadiyah, H., Darma Putri, R., & Andana Pohan, R. (2020). Analisis Prokrastinasi Akademik Siswa di Sekolah. *Consilium : Berkala Kajian Konseling Dan Ilmu Keagamaan*, 7(1), 45. <https://doi.org/10.37064/consilium.v7i1.6448>
- Smp, S., Sma, D. A. N., Nyoman, L., Saraswati, A., Nariswari, A. A., Aisha, D., Arghita, V. A., Shalsabilla, T., & Patty, W. (2021). *AKADEMIK DENGAN MENGGUNAKAN MANAJEMEN WAKTU PADA SISWA PENDAHULUAN Siswa merupakan pendidikan , diproses atau komponen yang dalam peserta dalam didik sistem akan yang sesuai dengan tujuan pendidikan Nasional (Oemar Hamalik dalam Tim Dosen Administrasi Pe*. 18(1), 922–933.
- Sugiyono. (2017). Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.