

ANALISIS DESKRIPTIF TINGKAT PERILAKU PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA KELAS X MIPA

Nita Laila Rusdana¹, Siti Fitriana², dan Mujiono³

Universitas PGRI Semarang;
nitalailarusdana8504@gmail.com

Abstract. *Academic procrastination behavior is the behavior of procrastinating to do academic tasks that is done intentionally and repeatedly. Academic procrastination behavior can also adversely affect student achievement. This study aims to determine the level of academic procrastination behavior of class X Mipa students at SMAN 1 Bae Kudus. This type of research is quantitative research with a descriptive approach. The population in this study consisted of 250 students and the samples taken were 214 students. Data analysis in this study was obtained through a student academic procrastination questionnaire consisting of 35 closed statement items with 4 alternative answers. The results obtained in this study indicate that the level of academic procrastination behavior of class X Mipa students at SMAN 1 Bae Kudus is "low" with an average of 74.39.*

Keywords: Academic Behavior Level Procrastination

Abstrak. Perilaku prokrastinasi akademik merupakan perilaku menunda-nunda untuk mengerjakan tugas akademik yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang. Perilaku prokrastinasi akademik juga dapat berpengaruh buruk terhadap prestasi siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat perilaku prokrastinasi akademik siswa kelas X Mipa SMAN 1 Bae Kudus. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif. Populasi dalam penelitian ini terdiri dari 250 siswa dan sampel yang diambil yaitu sebanyak 214 siswa. Analisis data dalam penelitian ini diperoleh melalui kuesioner prokrastinasi akademik siswa yang terdiri dari 35 butir pernyataan tertutup dengan 4 alternatif jawaban. Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat perilaku prokrastinasi akademik siswa kelas X Mipa SMAN 1 Bae Kudus adalah "rendah" dengan rata-rata 74,39.

Kata kunci: Akademik Perilaku Prokrastinasi Tingkat

A. PENDAHULUAN

Pendidikan di Indonesia pada era modern ini mengalami banyak perubahan terlebih penurunan keberhasilan pendidikan. Dimana penurunan

keberhasilan pendidikan tersebut disebabkan akibat rendahnya mutu pendidikan, masalah efektivitas pendidikan, standarisasi pengajaran, kurang

kreatifnya pendidik dalam membimbing siswa, dan kurikulum yang membuat pendidikan semakin mundur karena dengan adanya penerapan kurikulum baru yaitu kurikulum 2013 yang mencakup kegiatan interaktif didalam kelas. Namun dengan adanya kegiatan interaktif didalam kelas tersebut ternyata memiliki halangan saat dilakukan karena tidak semua sekolah mampu menyediakan fasilitas yang dapat mendukung kegiatan tersebut. Selain itu penyebab lain pendidikan mengalami penurunan keberhasilan yaitu, hadirnya teknologi modern berupa HP/ Gadget/ Smarthphone, dan internet yang didalamnya terdapat berbagai aplikasi dan vitur-vitur canggih yang dapat mempengaruhi penurunan keberhasilan pendidikan. Karena dengan adanya tekhnologi modern tersebut membuat siswa atau generasi bangsa ikut tergerus arus modern. Sehingga yang dahulunya siswa atau generasi bangsa menghabiskan waktu

untuk fokus sekolah dan membantu orangtua, seta disiplin mengerjakan dan mengumpulkan tugas pekerjaan rumah (PR), kini mereka lebih asyik menghabiskan waktunya untuk bermain dengan gadget, sehingga dengan bermain gadget membuat mereka terlena dan lupa akan kewajiban mengerjakan dan mengumpulkan tugas sekolah tepat waktu. Salah satu bentuk siswa terlena dengan pengaruh gadget yang sering terjadi yaitu siswa atau generasi bangsa sering melakukan kegiatan prokrastinasi akademik atau menunda-nunda mengerjakan tugas sekolah / pekerjaan rumah (PR).

B. LANDASAN TEORI

Prokrastinasi akademik adalah perilaku menunda-nunda untuk memulai atau mengerjakan tugas akademik yang dilakukan secara sengaja dan dilakukan secara berulang-ulang. Dengan berawal dari melakukan prokrastinasi akademik tersebut bisa membuat siswa mengalami

keterlambatan mengumpulkan tugas, dan bisa memungkinkan siswa mendapatkan pengurangan nilai akademik yang menunjang kenaikan kelas ataupun kelulusan sekolah. Dengan melakukan prokrastinasi akademik juga dapat membahayakan diri dan mental siswa karena dengan melakukan prokrastinasi akademik dapat memicu stres dan cemas yang berlebihan akibat mengejar deadline waktu untuk mengumpulkan tugas sekolah/pekerjaan rumah (PR).

Yong (dalam Yong, 2010: 63) mengartikan prokrastinasi akademik sebagai kecenderungan menunda untuk memulai atau menyelesaikan tugas akademik yang disebabkan oleh pikiran yang irasional. Banyak siswa yang hanya berniat untuk menyelesaikan tugas-tugasnya dalam jangka waktu yang ditentukan tetapi mereka tidak memiliki motivasi untuk memulai. Karena sikapnya itu, siswa yang melakukan prokrastinasi akademik akan mengalami

kerugian dan harus menerima akibatnya, seperti rendah diri bahkan gagal dalam bidang akademik.

Pelaku yang sering melakukan penundaan suatu kegiatan atau tugas di sebut sebagai *prokrastinator*. *Proskrastinator* merupakan sebutan untuk pelaku yang suka menunda-nunda melakukan pekerjaan atau tugas yang dimilikinya secara berlarut-larut tanpa menyelesaikannya.

Justin D. McCloskey (2011) menyebutkan bahwa prokrastinator memiliki masalah utama, yang mana masalah utamanya yaitu mengenai orientasi pada tujuan. Prokrastinator memiliki kesulitan untuk membagi dan mengatur waktu, hal tersebut yang menjadi alasan mengapa prokrastinator memiliki kesenjangan antara niat dan perilaku aktualnya. Dengan adanya kesenjangan antara niat dan perilaku aktualnya yang menyebabkan prokrastinator memiliki ciri khas tersendiri yaitu

kesulitan untuk mengatur waktu secara efektif.

Justin D. McCloskey (2011) berpendapat bahwa terdapat enam (6) aspek atau ciri-ciri yang dapat menggambarkan perilaku prokrastinasi akademik, di antara lain yaitu gangguan perhatian, keyakinan psikologis terhadap kemampuan diri, kurang inisiatif, kesulitan mengatur waktu, faktor sosial, dan kemalasan.

Berdasarkan kajian teori yang telah dipaparkan di atas, maka perilaku prokrastinasi akademik dapat dirumuskan sebagai suatu penundaan dalam memulai atau menyelesaikan tugas yang dilakukan secara sengaja dan dilakukan secara berulang kali dengan mengganti melakukan aktivitas lain yang tidak penting sehingga mengganggu dan menghambat proses penyelesaian tugas yang dimiliki.

Siswa kelas X Mipa di SMAN 1 Bae Kudus melakukan prokrastinasi akademik dengan berdasarkan 6 karakteristik

perilaku prokrastinasi akademik, yaitu keyakinan diri terhadap kemampuan, pengalihan perhatian, faktor sosial, kemampuan manajemen waktu, inisiatif dalam diri, dan rasa kemalasan. Dari 6 karakteristik tersebut dapat dilihat seberapa tinggi dan rendahnya siswa melakukan perilaku prokrastinasi akademik.

C. METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini penulis menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif. Metode pendekatan deskriptif merupakan metode yang memiliki tujuan untuk mengetahui sifat yang lebih mendalam terhadap suatu variabel yang telah ditentukan, dan diproses lebih lanjut sesuai dengan teori yang telah dipelajari sehingga penulis dapat menarik dan mengambil kesimpulan.

Pada penelitian ini, analisis deskriptif digunakan untuk mengetahui bagaimana tingkat perilaku prokrastinasi akademik

siswa kelas X Mipa di SMAN 1 Bae Kudus.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menyebarkan kuesioner prokrastinasi akademik yang berbentuk pernyataan tertutup dan berupa skala likert yang di kembangkan oleh Justin D. McCloskey (2011) berdasarkan pada karakteristik atau ciri-ciri perilaku prokrastinasi akademik.

Dengan adanya menggunakan kuesioner tersebut karena peneliti memiliki tujuan untuk mengetahui seberapa besar tingkat perilaku prokrastinasi akademik yang terdapat pada siswa kelas X Mipa di SMAN 1 Bae Kudus.

Di dalam teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik statistik deskriptif. Dengan menggunakan teknik statistik deskriptif ini, peneliti akan memaparkan angka-angka hasil pengolahan instrumen data, sehingga dapat diketahui tingkat perilaku prokrastinasi akademik yang teradapat pada

siswa kelas X Mipa di SMA N 1 Bae Kudus.

D. HASIL PENELITIAN

Kategori	Mi n	Ma x	Jumla h	Prosent a
Sangat Tinggi	119	140	0	0%
Tinggi	98	119	3	1,40%
Sedang	77	98	93	43,46%
Rendah	56	77	109	50,94%
Sangat Rendah	35	56	9	4,20%
Jumlah			214	100%

Berdasarkan data hasil penelitian yang dipaparkan dalam tabel, terdapat sebanyak 109 dari 214 siswa yang memiliki tingkat perilaku prokrastinasi akademik kategori rendah dengan prosentase 50,94%, yang berarti siswa kelas X Mipa di SMAN 1 Bae Kudus memiliki kebiasaan positif untuk segera mengerjakan tugas yang di miliki, dan siswa kelas X Mipa di SMAN 1 Bae Kudus juga memiliki kebiasaan positif tidak suka menunda-nunda mengerjakan tugas yang dimiliki, baik itu tugas akademik maupun tugas pekerjaan rumah yang lain.

Hal tersebut di buktikan ketika peneliti membagikan kuesioner prokrastinasi akademik

kepada siswa kelas X Mipa 2-7 SMAN 1 Bae Kudus, mereka banyak yang mengumpulkan tugas tepat pada waktunya baik yang melalui pertemuan tatap muka maupun yang mengerjakan secara online melalui google formulir. .

Siswa yang memiliki kategori rendah ini cenderung menghindari kebiasaan menunda suatu pekerjaan atau tugas akademik, dan mereka cenderung memiliki target untuk bisa tertib dalam mengerjakan suatu pekerjaan terutama pada bidang akademik. Siswa yang memiliki kategori rendah juga mengetahui dampak negatif dari kebiasaan sering menunda-nunda suatu pekerjaan. Dengan adanya pengetahuan tersebut, siswa memiliki kesadaran untuk menghindari kebiasaan menunda-nunda dari hal kecil atau sepele ke hal besar terutama pada bidang akademik.

Setiap hari di sekolah siswa selalu di berikan tugas akademik oleh guru, bahkan tugas

akademiknya lebih dari 1 tugas perhari dan memiliki deadline atau batas waktu pengumpulan tugas. Maka dari itu, siswa di didik untuk selalu tertib dalam mengerjakan tugas akademik di setiap harinya. Dengan hal tersebut, maka siswa akan memiliki karakter atau kebiasaan baru yang tertanam dalam dirinya untuk selalu sesegera mungkin mengerjakan tugas tepat waktu, baik tugas akademik maupun tugas lainnya.

E. PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana tingkat perilaku prokrastinasi akademik yang terdapat pada siswa kelas X Mipa di SMAN 1 Bae Kudus.

Berdasarkan data hasil penelitian yang dipaparkan dalam tabel, terdapat sebanyak 109 dari 214 siswa yang memiliki tingkat perilaku prokrastinasi akademik dalam kategori rendah dengan prosentase 50,94%, yang berarti siswa kelas X Mipa di SMAN 1 Bae Kudus memiliki kebiasaan positif

untuk segera mengerjakan tugas yang di miliki, dan siswa kelas X Mipa di SMAN 1 Bae Kudus juga memiliki kebiasaan positif tidak suka menunda-nunda mengerjakan tugas yang dimiliki, baik itu tugas akademik maupun tugas pekerjaan rumah yang lain.

F. PENUTUP

Saran yang peneliti berikan kepada siswa, siswa diharapkan untuk tetap mengerjakan tugas baik tugas akademik maupun tugas non akademik secara tepat waktu. Siswa juga diharapkan untuk belajar menghindari menunda-nunda mengerjakan tugas, dan menghindari ajakan teman atau kegiatan lain yang membuat siswa menunda mengerjakan tugas. Dan saran bagi guru BK dan guru mata pelajaran, alangkah baiknya guru BK dan guru mata pelajaran juga memberikan dorongan dan motivasi untuk kedisiplinan siswa. Misalnya, ketika memberikan tugas, guru mata pelajaran supaya memberikan batas waktu

pengumpulan tugas supaya siswa bisa terlatih tertib mengerjakan tugas secara tepat waktu. Selain itu, guru BK dan guru mata pelajaran juga memberikan sedikit ketegasan dengan memberikan sanksi kepada siswa yang tidak mengerjakan tugas supaya siswa bisa memiliki rasa takut jika tidak disiplin mengerjakan tugas, dan dengan hal tersebut akan mendorong siswa untuk tidak selalu mengabaikan perintah guru dan memotivasi siswa untuk selalu mengerjakan tugas tepat waktu dan menghindari kebiasaan menunda-nunda tugas.

G. DAFTAR RUJUKAN

- Abdillah, Faiz dan Fitriana, siti. (2021). *Penerapan Konseling Cognitive Behavior dengan Teknik Self Management untuk Mengatasi Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa*. Diakses 2021. <https://jurnal.unissula.ac.id/index.php/safjrj/article/view/13576>.
- Henriques, J.B., & Davidson, R.J. (1991) Left frontal hypoactivation in depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 100, 535-545. Diambil 16 November 2006 dari PsychINFO database Online Forums, Discussion Lists, or

- Newsgroups: Leptkin, J.L. (2006, November 16). Study tips for psychology students [Msg. 11]. Pesan disampaikan dalam <http://groups.psychelp.com/forums/messages/48382.html>
- Anggoro, M. Toha. (2008). *Metode Penelitian*. Jakarta: Universitas Terbuka
- Arikunto, Suharsimi. (2011). *Penelitian dan Penilaian Bidang Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta: Aditya Media.
- Burhan, Mochammad. (2020). Perilaku Prokrastinasi Akademik Mahasiswa (Studi pada Mahasiswa Prodi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial Fakultas Ilmu Sosial Universitas Negeri Makassar). <https://eprints.unm.ac.id/16675/>. Diakses 30 Januari 2020.
- Gulo, W.. (2002). *Metodologi Penelitian*. Jakarta : PT. Grasindo.
- Hikmawati, Fenti.. (2017). *Metodologi Penelitian*. Depok: PT. Raja Grafindo Persada.
- Humas. (2018). "Jenis-jenis Variabel Penelitian". <https://penalaran-unm.org/jenis-jenis-variabel-penelitian/>. Artikel. Diakses 11 Februari 2018.
- Komputer, Wahana. (2017). *Shortcourse Mudah Menguasai SPSS*. Semarang: Wahana Komputer.
- Purwanto. (2008). *Metodologi Penelitian Kuantitatif untuk Psikologi dan Pendidikan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Ramadhani, Surayya. (2016). "Hubungan Antara Status Identitas Vokasional dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia". Skripsi. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Siadari, Coki. (2018). "Pengertian Prokrastinasi Akademik Menurut Para Ahli". <https://www.kumpulanpengertian.com/2018/11/pengertian-prokrastinasi-akademik.html?m=1>. Artikel. Diakses 22 November 2018.
- Soegeng, A.Y. (2019). *Statistika Deskriptif untuk Pendidikan*. Yogyakarta: Magnum Pustaka Utama.
- Sofianto, Yanuar, Arif. (2017). "Analisis Deskriptif Motivasi Berprestasi Siswa Kelas X SMA Gita Bahari Semarang". Skripsi. Semarang: Universitas PGRI Semarang.
- Wicaksono, Luhur. (2017). "Prokrastinasi Akademik Mahasiswa". <https://jurnal.untan.ac.id/index.php/lp3m/articel/view/34359>. Diakses Agustus 2017.
- Yosefine, Theresia, Apriliani. (2014). "Deskripsi Tingkat Prokrastinasi Akademik dan Implikasinya Terhadap Usulan Topik-topik Bimbingan Belajar". Skripsi. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma.