

GAMBARAN PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA SMA DARUL FALAH CILILIN

Bayu Permana

Bayupermana023@gmail.com

Program Studi Bimbingan dan Konseling
IKIP Siliwangi

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran prokrastinasi akademik pada peserta didik di SMA Darul Falah Cililin. Penelitian ini merupakan penelitian dengan pendekatan kuantitatif dan metode studi deskriptif. quasi eksperimen dengan jenis penelitian menggunakan kuisioner angket pernyataan. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 317 peserta didik dari 4 kelas jurusan MIPA dan 4 kelas jurusan IPS. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat prokrastinasi akademik pada siswa/siswi SMA Darul Falah mengalami prokrastinasi yang cukup tinggi, yakni terdapat di jurusan IPA dengan persentase akumulatif sebesar 144%, dan persentase diagram sebesar 38% dengan volume 18, sedangkan IPS dengan persentase akumulatif sebesar 147%, dan persentase diagram sebesar 41% dengan 20 volume. Hal ini dapat terjadi karena dua faktor, yakni faktor internal dan faktor eksternal, sehingga terjadilah tingkat prokrastinasi akademik yang cukup tinggi di SMA Darul Falah.

Kata Kunci: Prokrastinasi akademik, siswa SMA

PENDAHULUAN

Pada hakikatnya pendidikan bertujuan untuk menciptakan yang ideal agar mencapai kehidupan yang lebih baik pada semua bidang. Pendidikan merupakan proses esensial untuk mencapai tonggak utama untuk membentuk Sumber Daya Manusia. Pendidikan sangat diperlukan disemua kalangan, Baik pendidikan formal, non formal, dan informal. Kewajiban seorang siswa harus menyelesaikan tugas akademiknya, mematuhi aturan sekolah dan menyelesaikan tugas sebagai seorang siswa. Seorang siswa bisa dikatakan masa remaja usia 13-17 tahun , dimana perasaan pada masa remaja sangat sensitif dan cepat banyak perubahan. Artinya pada masa remaja dikatakan sebagai bahan yang ingin mencoba dengan hal-hal baru. Perubahan yang dialami seorang siswa baik secara fisik , psikis dan lingkungannya.

Banyak fakta yang didapat mengenai permasalahan pada masa remaja terutama dengan menunda-nunda tugas ataupun sulit mengumpulkan tugas dengan berbagai macam alasan. Nurgrasanti (2006:26) mengemukakan bahwa menunda-nunda tugas terutama dengan tugas akademik disebut prokrastinasi, perilaku tersebut dapat dilihat pada masa SMA zaman sekarang yang menunda-nunda untuk memulai atau menyelesaikan tugas, menunda untuk membaca bahan pelajaran, malas untuk membuat catatan, dan cenderung lebih menyukai belajar kebut semalam. Individu yang memiliki habit dalam menunda-nunda tugas disebut dengan prokrastinator (Fernando & Rahman, 2016, hlm. 217).

Wolter (2003) bahwa prokrastinasi akademik merupakan kegagalan dalam mengerjakan tugas akademik dalam kerangka waktu yang diinginkan atau menunda mengerjakan tugas sampai saat-saat terakhir. Prokrastinasi dipengaruhi oleh beberapa kemungkinan. Hal-Hal yang mempengaruhi prokrastinasi telah diteliti di SMA Darul Falah pada tahun 2017 dalam penelitiannya ditemukan faktor yang menyebabkan terjadinya prokrastinasi. Yang pertama dalam faktor internal yang berasal dalam diri individu, dan yang kedua faktor eksternal yang berasal dalam luar individu. Sejalan dengan Fernando (dalam Pratini & Afifah, 2018) mengemukakan bahwa prokrastinasi merupakan kecenderungan menunda-nunda pekerjaan dan penyelesaian suatu tugas atau pekerjaan yang berhubungan dengan aktivitas akademik.

Kedua faktor ini merupakan permasalahan dari seorang siswa yang merasa dirinya cape, malas ataupun kegiatan diluar sekolah sehingga siswa tersebut merasa lelah pada saat mengerjakan tugas sehingga mengakibatkan terjadinya prokrastinasi walaupun melakukan hal-hal lain dibandingkan mengerjakan tugas. Dalam faktor Psikis juga dapat terjadi, pertama siswa tidak mengerti tugas yang telah diberikan oleh seorang guru karena intruksi tugasnya kurang jelas, kedua tidak menguasai materi yang diberikan, hal ini berkaitan dengan cara guru mengajar dikelas yaitu apakah guru tersebut selalu masuk kelas atau hanya sekedar memberikan tugas saja tanpa adanya *feedback* dari guru. Ketiga rasa malas yang timbul dari dalam diri siswa karena kurangnya motivasi sehingga sulit memulai untuk mengerjakan tugas-tugas.

Keempat tidak bisa mengatur waktu antara belajar dan bermain. Kelima adalah kurang berminat pada mata pelajaran tertentu. Keenam adalah mood (suasana hati), saat siswa merasa belum muncul mood yang baik maka akan mengabaikan atau menunda tugas sampai timbulnya

mood yang baik, sehingga memiliki semangat kembali saat mengerjakan tugas-tugas sekolah. Semua hal yang berkaitan dengan fisik dan psikis timbul dari dalam diri individu.

Yang kedua adalah faktor eksternal yaitu faktor yang berasal dari luar individu seperti adanya pengaruh dari lingkungan yang membentuk seseorang menjadi prokrastinasi. Yang termasuk pada faktor internal identik dengan kepribadian seseorang, tipe kepribadian yang berbeda tentunya. Kepribadian dapat di definisikan sebagai karakteristik yang lebih cenderung dengan pola konsisten mengenai perasaan, pikiran dan perilaku ini, pertama tingkat kesulitan tugas yang diberikan. Kedua waktu pengumpulannya masih lama, hal ini dikarenakan jangka waktu untuk pengumpulan tugasnya lama, sehingga siswa terlalu santai untuk mengerjakannya. Ketiga saling mengandalkan teman, hal ini apabila tugasnya dirasa sulit, waktu pengumpulannya sudah dekat, juga apabila tugas kelompok selalu saling mengandalkan teman yang lainnya untuk bisa dikerjakan. Keempat kesibukan di luar sekolah seperti adanya kegiatan yang tidak berkaitan dengan sekolah, acara dengan keluarga, teman dan lain lain. Kelima penumpukan tugas-tugas yang banyak seperti tugas individu atau tugas kelompok membuat siswa bingung tugas mana yang harus didahulukan yang pada akhirnya tugas dikerjakan jika sudah mendekati waktu pengumpulan.

Selain itu juga salah satu faktor eksternal yang menyebabkan prokrastinasi adalah *Reward*. *Reward* Sangat berhubungan dengan prokrastinasi ini karena dengan adanya *reward* dari orang tua maupun guru disekolah dapat menyebabkan prokrastinasi, adanya obyek lain yang memberikan *reward* lebih menyenangkan dari pada obyek yang di prokrastinasi dapat memunculkan perilaku prokrastinasi. *Reward* menjadi faktor penyebab prokrastinasi karena dengan adanya *reward* siswa akan lebih cenderung melilat *reward* tersebut dalam mengerjakan tugas dan apabila dalam suatu proses belajar ada *reward* yang lebih tinggi atau menyenangkan maka siswa akan lebih memilih tugas yang ada *rewardnya* dibandingkan dengan yang tidak. Sehingga siswa akan menunda tugas yang lain sampai tugas tanpa *reward* tersebut menumpuk dan akhirnya terjadi malas dalam mengerjakan (prokrastinasi). Disamping *reward* yang diperoleh prokrastinasi akademik juga cenderung dilakukan pada jenis tugas sekolah yang mempunyai *punishment* atau konsekuensi dalam jangka waktu yang lebih lama daripada tugas yang memiliki konsekuensi dalam jangka pendek. Prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh beberapa faktor yakni keyakinan yang tidak rasional dan perfeksionisme. Prokrastinasi dilakukan siswa karena memiliki kecemasan kemampuannya di evaluasi, takut gagal, dan susah mengambil keputusan. Prokrastinasi juga dilakukan karena membutuhkan bantuan orang lain untuk mengerjakan tugasnya, malas, kesulitan mengatur waktu, dan tidak menyukai tugasnya.

Fakta dilapangan menunjukkan bahwa masih banyak siswa yang cenderung mengulur-ulur waktu dan lebih mementingkan kegiatan yang tidak berkenaan dengan tugas sekolah. Hal tersebut ditunjukkan dengan banyaknya siswa yang banyak menghabiskan waktunya untuk bermain, berjalan-jalan, malas-malasan, atau bahkan menghabiskan waktunya hanya untuk tidur saja. Khususnya pada masa remaja di Era Globalisasi ini banyak sekali perubahan seperti pergaulan zaman sekarang sangatlah tidak ada batasanya lagi. Fakta dilapangan tersebut didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh Wiliam (dalam Burka & Yuen, 2008: 21) memperkirakan bahwa terdapat 90% mahasiswa dari Perguruan Tinggi, 25% merupakan orang yang suka menunda-nunda mengerjakan tugas.

Menurut Jannah (2014) prokrastinasi adalah penundaan yang dilakukan dalam merespon tugas akademik baik menunda dalam memulai maupun menyelesaikan tugas yang dihadapi, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dengan kerja aktual dan memilih melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan. Berdasarkan pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi adalah perilaku penundaan yang dilakukan oleh seseorang dalam bidang akademik yang menyebabkan seorang itu mengalami keterlambatan dalam menyelesaikan suatu tugas formal maupun informal.

METODE

Penelitian ini dilakukan dengan metode deskriptif kuantitatif. Partisipan penelitian ini adalah kelompok usia remaja dengan jumlah sampel 317 yang terdiri dari kelas IPA dan IPS sebanyak 8 kelas dimulai dari kelas X, XI, dan XII, satu kelasnya rata rata 40 responden. Dalam mengukur penelitian sendiri yaitu melalui kuisioner untuk pengambilan data penelitian yang berisi tentang pernyataan yang menyatakan obyek yang hendak diungkap.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Deskripsi Umum

Dengan adanya penelitian ini bisa mengetahui berapa persentase yang mengalami prokrastinasi akademik. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya bahwa tingkat prokrastinasi akademik pada siswa disekolah SMA Darul Falah pada angkatan 2017 ada 95% ada beberapa faktor yang mempengaruhinya baik dalam faktor internal maupun faktor

eksternal. Setelah pengumpulan data dari siswa dimulai kelas X sampai kelas XII yaitu faktor utamanya dalam diri pribadi yaitu rasa malas yang membuat prokrastinasi akademik. Sesuai fakta dengan data dalam kelas IPA yang terdiri dari 4 kelas ada sebanyak 60% yang mengalaminya, dan data dari kelas IPS yang terdiri dari 4 kelas sebanyak 75%. Rasa malas merupakan faktor yang selalu dialami oleh semua orang.

Profil gambaran prokrastinasi akademik pada peserta didik SMA Darul Falah

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Darul Falah Cililin kabupaten bandung barat dengan mengambil populasi kelas X, XI, dan XII sebanyak 317 orang. Data yang diperoleh dari 8 kelas yaitu kelas IPA dan IPS maka diperoleh hasil bahwa gambaran umum prokrastinasi di SMA Darul Falah cukup tinggi pada tahun 2017, sedangkan tingkat prokrastinasi akademik jurusan IPA mencapai 144% dan jurusan IPS mencapai 147%, maka berdasarkan data yang diperoleh bahwa mayoritas siswa/siswi SMA Darul Falah masih mengalami tingkktat prokrastinasi akademik yang cukup tinggi, sehingga dengan data yang telah diperoleh diperlukan untuk mengurangi tingkat prokrastinasi tersebut, agar semua siswa/siswi SMA Darul Falah dapat dengan cekatan dalam menyelesaikan tugas sekolah dan memiliki prestasi akademik yang baik, sehingga berdampak positif umumnya bagi sekolah tersebut dan khususnya bagi diri seorang siswa/siswi tersebut.

Perilaku prokrastinasi akademik di SMA Darul Falah telah diperoleh dengan efektif menggunakan kuisisioner pernyataan (angket), sehingga dengan pernyataan yang telah di isi oleh peserta didik maka dapat diperoleh tingkat prokrastinasi akademik secara akumulasi dan dijadikan persentase dari jurusan IPA dan IPS, dengan metode tersebut peserta didik akan dengan mudah mengisi angket tersebut dan seorang peneliti pun akan dengan sistematis dalam menyusun karya tulisnya.

Tabel 1.

Tingkat Prokrastinasi Akademik jurusan IPA
SMA Darul Falah Tahun 2017

No	Kelas	Kategori						Total	
		Tinggi		Sedang		Rendah		Frekuensi	Persentase
		Volume	Persentase	Volume	Persentase	Volume	Persentase	Volume	Persentase
1	X IPA 1	8	25%	12	33%	20	42%	40	100%
2	XI IPA 1	11	29%	14	35%	15	36%	40	100%
3	XII IPA 5	9	27%	16	38%	14	35%	39	100%
4	XII IPA 2	15	37%	18	38%	7	25%	39	100%
Total		43	118%	60	144%	56	138%	158	400%

Berdasarkan tabel diatas dapat ditarik kesimpulan 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.

Tabel 2.

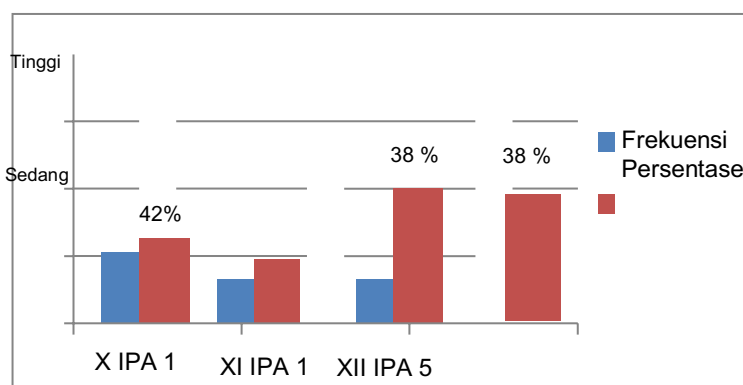
Tingkat Prokrastinasi Akademik jurusan IPS
SMA Darul Falah Tahun 2017

NO	Kelas	Kategori						Total	
		Tinggi		Sedang		Rendah		Frekuensi	Persentase
		Volume	Persentase	Volume	Persentase	Volume	Persentase	Volume	Persentase
1	XI IPS 3	9	26%	17	35%	18	39%	44	100%
2	XII IPS 2	12	30%	15	33%	16	37%	43	100%
3	X IPS 6	14	31%	17	38%	12	30%	43	100%
4	XII IPS 1	15	37%	20	41%	6	23%	41	100%
Total		50	124%	69	147%	52	129%	159	400%

Berdasarkan tabel diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa 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.

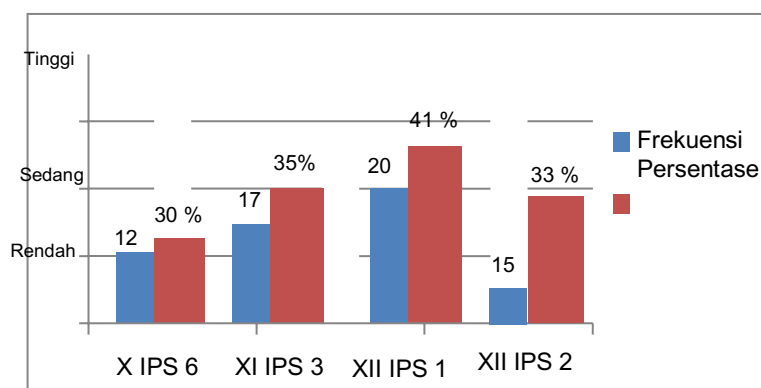
Diagram 1.

Grafik Tingkat Prokrastinasi Akademik jurusan IPA
SMA Darul Falah Tahun 2017



Berdasarkan grafik tingkat prokrastinasi akademik jurusan MIPA SMA Darul Falah dapat ditarik kesimpulan bahwa ada 3 tingkatan yakni rendah, sedang dan tinggi. Dalam grafik tersebut dinyatakan bahwa kelas XI IPA 1 adalah persentase terendah dalam tingkat prokrastinasi akademik dengan persentase akumulatif sebesar 42% dan volume sebesar 20. Sedangkan persentase prokrastinasi akademik tertinggi adalah kelas XII IPA 2 dengan persentase akumulatif sebesar 38% dan volume sebesar 18. Sehingga kelas XII IPA 2 memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang cukup tinggi.

Diagram 2.
Grafik Tingkat Prokrastinasi Akademik jurusan IPS
SMA Darul Falah Tahun 2017



Berdasarkan grafik tingkat prokrastinasi akademik jurusan IPS SMA Darul Falah dapat ditarik kesimpulan bahwa ada 3 tingkatan yakni rendah, sedang dan tinggi. Dalam grafik tersebut dinyatakan bahwa kelas X IPS 6 adalah persentase terendah dalam tingkat prokrastinasi akademik dengan persentase akumulatif sebesar 30% dan volume sebesar 12. Sedangkan persentase prokrastinasi akademik tertinggi adalah kelas XII IPS 1 dengan persentase akumulatif sebesar 41% dan volume sebesar 20. Sehingga kelas XII IPS 1 memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang cukup tinggi jika dibandingkan dengan kelas jurusan IPS yang lain.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di SMA Darul Falah Cililin kabupaten bandung barat bahwa sasaran penelitian ini adalah siswa/siswi SMA yang terdiri dari 3 angkatan yakni kelas X, XI, dan XII, dengan 2 jurusan yakni IPA dan IPS, dan terdiri dari 8 kelas yakni 4 kelas IPA dan 4 kelas IPS, sehingga dalam penelitian ini mencakup beberapa tingkatan yang mengalami prokrastinasi akademik dimulai tingkat paling rendah hingga tertinggi, namun data tersebut diperoleh tidak dari keseluruhan peserta didik SMA Darul Falah, sehingga hanya beberapa kelas saja yang dapat ditarik kesimpulan dalam tingkat prokrastinasi akademik yang dialaminya.

Adapun jumlah keseluruhan peserta didik adalah 317 responden. Sehingga memiliki tingkat grafik yang naik dalam prokrastinasi akademik karena dua jurusan ini masih dalam akumulatif persentasi prokrastinasi akademik tertinggi yakni IPA 38% dengan volume 18, dan IPS 41% dengan Volume 20. Sehingga apabila disimpulkan tingkat prokrastinasi akademik dari 8 kelas tersebut adalah mencapai 79% dengan 38 volume.

REFERENSI

- Burka, J. B & Yuen, L. M. (2008). *Procrastination*. Cambridge: Da Capo Press.
- Alifiah., Ellis., Jannah, R. (2014). Analisis Manajemen Kesan Pengguna Facebook (Analysis Of Impression Management Facebook Users). *Jurnal E Sos Pol*,1 (1):90-109
- Fernando, F. & Rahman, I. K. (2016). Konsep Bimbingan Dan Konseling Islam *Solution Focused Brief Therapy* (SFBT) Untuk Membantu Menyembuhkan Perilaku Prokrastinasi Mahasiswa. *Jurnal Edukasi*, Vol. 2(2), hlm. 215-236.
- Pratini, H., & Afifah, A. N. (2019 Pendekatan *Solution Focused Brief Therapy* (SFBT) dalam Mengurangi Perilaku Prokrastinasi pada Mahasiswa. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling dalam Pendidikan)*, 1(2), 74-81.
- Nugrasanti, R. (2006). *Locus Of Control* dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Provitae*. Vol. 2. No. 1, Mei 2006.
- Wolters, C. A. (2003). *Understanding Procrastination from a Self regulated Learning Perspective*. *Journal of Educational Psychology*, 95, 179 –187.