

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan meningkatkan kualitas serta mengembangkan potensi dari sumber daya manusia. Siswa bisa mendapatkan ilmu dan bekal dengan menempuh pendidikan yang dapat dilakukan disekolah. Terkait hal ini, Apriliana (2018) menjelaskan selain belajar untuk mendapatkan ilmu untuk bekal masa depan, disekolah anak juga mengalami masalah yang menyebabkan mereka stres. Pendidikan merupakan aspek yang sangat penting dalam kehidupan manusia, pendidikan mampu membentuk sumber daya manusia yang berkualitas baik dari segi spiritual, inteligensi dan kemampuan dan sekolah merupakan sarana yang berperan dalam proses pendidikan tersebut. Sekolah berperan sangat penting sebagai wadah untuk proses transfer ilmu dari guru ke murid dalam lembaga pendidikan.

Sekolah merupakan salah satu lembaga pendidikan, sekolah berperan untuk membuat siswa mengembangkan dirinya secara aktif dan mandiri serta dapat mengaktualisasikan kemampuan serta potensi-potensi yang mereka miliki. Menurut Sari, Mudjiran, & Alizamar (2017) menjelaskan bahwa belajar merupakan kegiatan untuk menguasai hal baru yaitu: dari tidak tahu menjadi tahu, dari tidak bisa menjadi bisa, dari tidak mau menjadi mau, dari tidak biasa menjadi biasa dan dari tidak ikhlas menjadi ikhlas. Menurut Uno (2012) belajar dalam arti yang luas merupakan perubahan tingkah laku yang meliputi tidak hanya pengetahuan saja,

tetapi juga aspek kecakapan, kebiasaan, sikap, pengertian, penghargaan minat dan penyesuaian diri. Pada sekolah, pembelajaran dilakukan dengan terstruktur dan mengikuti standar yang telah ditetapkan agar proses pembelajaran dapat menjadi optimal.

Pembelajaran yang dilakukan di sekolah yang berfungsi untuk mentransfer ilmu dari guru kepada siswa. Menurut Sari et al. (2017), dalam pelaksanaannya siswa akan diberikan tugas oleh setiap guru mata pelajaran untuk mengevaluasi dan meningkatkan pemahaman siswa dalam pembelajaran tersebut. Evaluasi ini sendiri bertujuan untuk menentukan hasil belajar pada siswa. Tugas yang diberikan seharusnya dapat meningkatkan mutu dan hasil belajar karena kegiatan itu membantu siswa dalam meningkatkan cara belajar serta mengasah kemampuannya. Namun, pada kenyataannya banyak tugas dari sekolah yang malah membuat siswa suka menunda-nunda dalam mengerjakannya karena berbagai alasan.

Terkait dengan sikap siswa dalam menunda tugas yang diberikan oleh guru, Ferrary (2010) menjelaskan bahwa pada proses pembelajaran tidak dapat dipungkiri bahwa siswa sering tidak berperilaku seperti yang diharapkan dengan sering menunda-nunda mengerjakan tugas yang diberikan. Contohnya saat menghadapi ujian diharapkan siswa dapat memanfaatkan waktunya untuk belajar, pada kenyataannya mereka kurang memanfaatkan waktu dengan baik untuk belajar dan mengerjakan tugasnya. Saat mengerjakan tugas, para siswa seringkali mengerjakannya menjelang waktu tenggat sehingga hasilnya tidak optimal dan mendapat nilai yang kurang baik. Buruknya nilai tugas maupun ujian akan mengakibatkan siswa tidak mendapatkan hasil yang memuaskan dan harus bahkan

harus remedi lagi nanti. Pada kajian ilmu psikologi, perilaku penundaan penyelesaian tugas akademik dikenal dengan prokrastinasi akademik. Prokrastinasi yang menunjukkan perilaku menunda, menunjukkan perilaku yang tidak memenuhi syarat, melibatkan tugas yang dipersepsi oleh *procrastinator* sebagai sesuatu yang penting namun diabaikan, dan menghasilkan gangguan emosional

Sejalan dengan itu, Fauziah (2016) juga memberikan pandangan bahwa prokrastinasi akademik adalah suatu kebiasaan individu dalam menunda- nunda mengerjakan tugas akademik. Prokrastinasi juga dapat dikatakan sebagai perilaku yang tidak dapat dikontrol oleh individu dalam hal mengerjakan tugas-tugas kuliah maupun suatu pekerjaan sehingga mengakibatkan tertundanya suatu pekerjaan. Lalu menurut Indah, S.P & Vivik S (2012) prokrastinasi akademik adalah penundaan secara sukarela yang dilaksanakan seseorang terhadap tugas akademiknya meskipun dia tahu itu berdampak buruk.

Selain itu, sikap prokrastinasi yang dirasakan oleh siswa biasanya disebabkan oleh faktor lain seperti kecemasan. Hal ini karena dalam proses pembelajaran yang tentunya memiliki rentang waktu yang panjang serta mencakup berbagai topik bahasan yang terkadang membuat siswa menjadi cemas. Kecemasan memiliki kaitan yang erat dengan interaksi antara individu dengan lingkungan, karena itu cemas dapat diartikan sebagai sesuatu yang beban atau yang melebihi kemampuannya. Cemas bisa datang dalam bentuk tuntutan eksternal bahwa seseorang benar melakukan suatu kejahatan atau menimbulkan masalah. Menurut Nurfitri & Muldayanti (2018) menjelaskan bahwa kecemasan merupakan kekhawatiran pada hal yang yang menjadi pikiran oleh individu.

Berdasarkan penjelasan dari Desiningrum (2016), kecemasan merupakan suatu rasa takut atau kekhawatiran pada situasi tertentu yang sangat mengancam sehingga bisa menyebabkan kegelisahan karena adanya rasa ketidakpastian pada masa yang akan datang serta adanya ketakutan bahwa hal buruk akan terjadi. Memiliki kecemasan itu normal, kecuali ketika kecemasan tersebut telah mengganggu kehidupan sehari-hari. Rasa cemas dapat bersifat normal dalam situasi yang menegangkan misalnya berbicara di depan umum atau mengerjakan ujian.

Selanjutnya, Fauziah & Pujiastuti (2020) mengatakan pada dasarnya kecemasan dalam tingkat yang rendah dan sedang berpengaruh positif terhadap penampilan belajar siswa, salah satunya dapat meningkatkan motivasi belajar, sedangkan kecemasan siswa pada taraf yang tinggi dapat mengganggu dan memperburuk perilaku belajar siswa. Kecemasan siswa itu sendiri dilatarbelakangi oleh berbagai sebab. Sebagai contohnya ada siswa yang memiliki kecemasan dengan pembelajaran matematika, namun kecemasan siswa terhadap matematika tidak hanya dialami oleh siswa yang mempunyai kemampuan yang rendah dalam matematika tapi juga oleh siswa yang memiliki kemampuan yang baik. Berbagai faktor eksternal dari lingkungan sekitar siswa juga memberikan pengaruh terhadap kecemasan matematika siswa.

Sejalan dengan kecemasan tersebut tentunya siswa juga akan melakukan sesuatu untuk mengantisipasinya. Kecemasan yang biasanya disebabkan oleh tugas yang menumpuk dan lain sebagainya cenderung menyebabkan siswa untuk mengundur pelaksanaan dan pengerjaannya bahkan melakukan hal lain. Siswa yang memiliki reaksi negatif terhadap kecemasan karena banyaknya tuntutan tugas

maupun kegiatan di sekolah cenderung akan melakukan penundaan akan tanggung jawab tersebut dan akan melakukan hal lain untuk menunda-nundanya. Berdasarkan pendapat Pratiwi (2017) banyak faktor yang mempengaruhi siswa yang justru menyebabkan siswa sering terlambat dalam menyelesaikan tugas sekolahnya dan bahkan menunda-nunda pengerjaannya. Berdasarkan penjelasan tersebut bisa dilihat bahwa siswa sering menunda tugas sekolah atau yang biasa disebut prokrastinasi akademik.

Dari hasil wawancara yang telah peneliti lakukan pada tanggal 5 Desember 2022, dengan siswa serta guru kelas X dan XI di SMAN 4 Padang ditemukan beberapa hal. Pertama, berdasarkan penjelasan dari siswa terkait dengan kecemasan yang dirasakan oleh mereka yakni ada yang menggigil atau berkeringat ketika banyak tugas yang diberikan oleh guru, lalu juga ada siswa yang mudah marah apabila temannya membahas tugas karena dia belum mengerjakannya. Ketika peneliti menanyakan apa yang mereka lakukan ketika banyaknya tekanan dan tugas menumpuk seperti ini, ada yang menjawab membiarkan tugas itu menumpuk terlebih dahulu dan akan dikerjakan nanti, lalu ada juga siswa yang mengatakan ketika tugas banyak mereka tidak mau ambil pusing dan malah bermain game.

Pernyataan para siswa di atas juga didukung oleh keterangan guru yang menjelaskan bahwa ketika memberikan intruksi tentang tugas-tugas yang akan dikerjakan atau penampilan kelompok persentasi kedepan ada siswa yang kelihatan ketakutan dan menggigil. Lalu ada juga siswa yang ketika disuruh kerja kelompok sepulang sekolah malah kelihatan pucat dan cemas. Selain itu guru juga menjelaskan bahwa pada pagi hari banyak siswa yang datang lebih pagi dari pada

teman-temannya yang lain dan terlihat sedang mengerjakan tugas yang akan dikumpulkan pagi itu. Lalu ada juga siswa yang terlihat bermain game sepulang sekolah meskipun besok mereka memiliki tugas dan ulangan harian.

Penelitian tentang kecemasan dengan prokrastinasi akademik pada penelitian sebelumnya dari Fatmahendra & Nugraha (2018) dengan judul “ Hubungan Kecemasan dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Universitas Islam Bandung”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya hubungan yang kuat dan signifikan antara anxiety dan prokrastinasi akademik yaitu sebesar 0,618. Hal ini berarti jika responden memiliki anxiety yang tinggi, maka responden akan memiliki prokrastinasi akademik yang tinggi pula. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa adanya hubungan yang sedang dan signifikan antara anxiety dan prokrastinasi akademik yaitu sebesar 0,515. Hal ini berarti jika responden memiliki anxiety yang tinggi, maka responden akan memiliki prokrastinasi akademik yang tinggi pula.

Selanjutnya, hasil penelitian dari Roidah, Wilson, & Achmad (2022) dengan judul “Hubungan Kecemasan dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Prodi Pendidikan Masyarakat dalam Melaksanakan PLP FKIP UNRI”. Hasil pengujian terhadap hipotesis menunjukkan bahwa kecemasan memiliki hubungan yang signifikan dengan munculnya prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Sehingga kedua variabel ini memiliki korelasi yang kuat.

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Sari, M.P (2022) dengan judul “Hubungan Antara Kecemasan dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa

Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sidoarjo''. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara kecemasan dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa fakultas psikologi dan ilmu pendidikan Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Hal ini diperoleh dari nilai $r_{xy} = 0,457$ dengan sig 0,000 ($p < 0,05$). Maka hipotesis penelitian diterima, yakni ada hubungan positif antara kecemasan akademik dengan prokrastinasi akademik. Hal ini berarti semakin tinggi kecemasan maka semakin tinggi pula prokrastinasi akademik. Begitupun sebaliknya, semakin rendah kecemasan akademik maka semakin rendah pula prokrastinasi akademik. Selain itu, hal ini juga berarti bahwa kecemasan bisa berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik.

Perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada sampel, lokasi, dan instrumen. Sampel yang digunakan adalah siswa kelas X dan XI sedangkan penelitian sebelumnya fokus pada sampel mahasiswa. Lalu lokasi penelitian yang berbeda dengan penelitian sebelumnya tentunya akan memberikan hasil yang berbeda dan lebih bervariasi nantinya. Selanjutnya, instrumen yang digunakan juga berbeda karena akan dikembangkan dari instrumen sebelumnya yang sudah ada agar hasil penelitian ini menjadi lebih detail.

Dari uraian yang telah dikemukakan di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Hubungan Kecemasan dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas X dan Kelas XI di SMAN 4 Padang"

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan yang terdapat di latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada Hubungan antara

Kecemasan dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa Kelas X dan Kelas XI di SMAN 4 Padang?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara Kecemasan dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa Kelas X dan Kelas XI di SMAN 4 Padang?

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat menambah ilmu pengetahuan, khususnya temuan dalam bidang psikologi serta diharapkan dapat menjadi masukan dalam pengembangan ilmu psikologi, khususnya di psikologi pendidikan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Siswa

Bagi siswa diharapkan agar dapat memahami bagaimana hubungan kecemasan dan prokrastinasi serta mampu memahami faktor faktor kecemasan serta prokrastinasi dan dapat mengalihkan kecemasan dan prokrastinasi tersebut ke hal-hal yang positif.

b. Bagi Sekolah

Bagi sekolah diharapkan dapat menjadikan hasil penelitian sebagai pertimbangan untuk membuat kebijakan tentang pentingnya juga untuk mengadakan sosialisasi mengenai solusi kecemasan dan prokrastinasi siswa.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk mengangkat tema yang sama, diharapkan untuk menggunakan variabel lainnya dan menggunakan teori terbaru, sehingga dapat memberikan sumbangan baru untuk pengembangan ilmu pengetahuan.