

BAB 1

PENDHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sekolah Menengah Atas (SMA) adalah salah satu tempat pendidikan untuk dapat mengembangkan kemampuan yang dimiliki individu baik dalam segi kognitif, afektif maupun psikomotor melalui proses pembelajaran yang dilakukan di sekolah. Hal tersebut diharapkan mampu menghasilkan generasi-generasi muda yang cerdas, kreatif, cekatan dan bertanggung jawab. Pada masa remaja, aspek afektif dan moral telah berkembang dan diharapkan remaja mampu mendukung menyelesaikan tugas-tugasnya. Piaget (dalam Prisillia, 2014) memaparkan, masa remaja merupakan masa perkembangan dalam aspek kognitif yang sudah mencapai taraf operasi formal, sehingga aktivitas siswa SMA merupakan hasil dari berfikir logis. Berdasarkan pendapat tersebut maka seorang siswa SMA sudah mampu dianggap bertanggung jawab dalam menyelesaikan berbagai tugas termasuk tugas akademik. Namun berdasarkan fakta dan realita yang sering terjadi didalam bidang pendidikan bahwa siswa SMA masih mengalami masalah dalam menjalankan tugas-tugas akademik.

Pendidikan merupakan proses yang berkelanjutan dan tak pernah berakhir (*never ending proces*), sehingga dapat menghasilkan kualitas yang berkesinambungan, yang ditujukan pada perwujudan sosok

manusia masa depan, dan berakar pada nilai-nilai budaya bangsa serta Pancasila. Pendidikan harus menumbuh kembangkan nilai-nilai filosofis dan budaya bangsa secara utuh dan menyeluruh. Maka perlu adanya kajian yang lebih mendalam terhadap pendidikan, maka dari itu pendidikan mulai dipandang secara filsafat yang merujuk pada kejelasan atas landasan pendidikan itu sendiri (dalam Mulyasa. 2012).

Sekolah merupakan salah satu tempat dimana siswa mendapatkan ilmu secara formal. Sekolah bukan hanya tempat menimba ilmu, tetapi juga sebagai tempat berkumpul, bermain dan berbagai keceriaan antara siswa yang satu dengan siswa yang lainnya sehingga terjadi interaksi di dalamnya. Sekolah juga merupakan tempat dimana kegiatan belajar mengajar berlangsung dan tempat terjadinya interaksi antara guru dan siswa (dalam Mulyasa. 2012).

Fenomena yang sering terjadi pada pelajar saat ini adalah banyak waktu yang terbuang sia-sia untuk hal lain selain belajar. Hal ini terlihat dari kebiasaan suka begadang, jalan-jalan di *mall* atau plaza bersama teman-teman, menonton televisi hingga berjam-jam, kecanduan *game online* dan suka menunda waktu pekerjaan (dalam Prisillia, 2014).

Seorang tidak dapat memanfaatkan waktu dengan baik, banyak mengulur waktu untuk melakukan aktivitas lain dengan sengaja dan merasa aktivitas lain lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan sehingga tugas terbengkalai dan menyelesaikan

tugas tidak maksimal maka dapat mengakibatkan kegagalan atau terhambatnya kesuksesan. Kegagalan atau kesuksesan individu sebenarnya bukan karena faktor intelegensi semata namun kebiasaan melakukan penundaan terutama dalam penyelesaian tugas akademik yang dikenal dengan istilah prokrastinasi akademik (dalam Prisillia, 2014).

Menurut Silver (dalam Gufron, 2014) seseorang yang melakukan prokrastinasi tidak bermaksud untuk menghindari atau tidak mau tahu dengan tugas yang dihadapi. Akan tetapi, mereka hanya menunda-nunda untuk mengerjakannya sehingga menyita waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan tugas. Ellis dan Knaus mengatakan bahwa prokrastinasi akademik adalah kebiasaan penundaan yang tidak bertujuan dan proses penghindaran tugas yang sebenarnya tidak perlu dilakukan. Hal ini terjadi karena adanya perasaan takut gagal, dan pandangan bahwa segala sesuatu harus dilakukan dengan benar.

Solomon & Rothblum (dalam Gufron, 2014) prokrastinasi akademik sebagai: 1) hampir selalu atau selalu menunda tugas akademik, dan 2) hampir selalu atau selalu mengalami pengalaman kecemasan dengan tugas akademik. Lay, Knish, dan Zannata (dalam Gufron, 2014) mengemukakan perilaku khusus yang berkontribusi terhadap prokrastinasi mahasiswa yaitu kurang latihan atau persiapan, kurangnya usaha, dan tidak sesuainya adegan kinerja, khususnya dalam persiapan. Perilaku lain yang berkontribusi terhadap prokrastinasi

adalah sabotase diri atau *self handicapping* yaitu memilih untuk mengerjakan tugas namun kemudian malah menyebabkan menunda mengerjakan tugas.

Prokrastinasi akademik penting untuk diteliti karena berpotensi menghambat proses pembelajaran yang dilakukan mahasiswa akan menimbulkan dampak negatif pada prestasi yang akan diraih. Prokrastinasi akademik pada mahasiswa dapat menghambat mereka untuk menyelesaikan suatu mata kuliah tertentu. Semakin lama mereka menunda maka semakin lama pula mereka untuk menyelesaikan tugas mata kuliah tertentu. (Pratiwi dalam Wulandari, 2020).

Beberapa faktor-faktor menurut Ferrari (dalam Prisillia, 2014), yang mempengaruhi terjadinya perilaku prokrastinasi, seperti kelelahan, *Self-efficacy*, tingkat intelegensi yang dimiliki seseorang, rendahnya *self-control*, motivasi yang rendah dan kondisi lingkungan *lenient* (pengawasan rendah). Dari faktor-faktor tersebut dapat terjadi pada pelajar, seperti kelelahan dalam belajar karena tugas yang banyak atau padatnya jam belajar, tidak ada semangat untuk mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru dan juga seperti *self-control* yang rendah, sebagai remaja dunia berteman dan bergaul akan menjadi lebih penting dibandingkan duduk mengerjakan tugas di rumah. Remaja akan lebih memilih hal yang lebih menyenangkan seperti bersama teman sebaya dari pada duduk mengerjakan tugas sekolahnya.

Menurut Bandura (dalam Fajarwati, 2015) *self efficacy* sebagai keyakinan manusia pada kemampuan diri untuk melatih sejumlah ukuran pengendalian terhadap fungsi diri individu dan kejadian-kejadian di lingkungannya. *self efficacy* merupakan fondasi keagenan manusia. Individu yang yakin bahwa dirinya mampu melakukan sesuatu memiliki potensi untuk mengubah suatu kejadian-kejadian yang ada di sekitarnya. Individu yang memiliki keyakinan kuat lebih dekat dengan kesuksesan dibanding individu yang memiliki *self efficacy* rendah.

Di dalam membuat suatu keputusan individu akan cenderung menghindari situasi yang dirasa melampaui batas kemampuannya, atau yang disebut *self efficacy*, pada dasarnya merupakan hasil dari proses kognitif berupa keputusan, keyakinan, atau pengharapan tentang sejauh mana individu memperkirakan kemampuannya dalam melaksanakan suatu tugas atau tindakan tertentu yang diperlukan untuk mencapai hasil yang diinginkan, Bandura (dalam Fajarwati, 2015).

Menurut Bandura (dalam Octaviani, 2018) *self efficacy* berpengaruh besar terhadap perilaku. *Self efficacy* berhubungan dengan keyakinan seseorang bahwa ia dapat mempergunakan control dirinya, motivasi, kognitif, afeksi dan lingkungan sosial. *Self efficacy* berpengaruh pada perasaan, pikiran dan tindakan seseorang dalam upaya mencapai tujuan yang diinginkan.

Self control menurut Merbaum (dalam Gufron, 2014) sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu ke arah konsekuensi positif. *Self control* juga menggambarkan keputusan individu yang melalui pertimbangan kognitif untuk menyatukan perilaku yang telah disusun untuk meningkatkan hasil dan tujuan tertentu seperti yang diinginkan.

Self control merupakan suatu kecakapan individu dalam kepekaan membaca situasi diri dan lingkungan. Selain itu, juga kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor- faktor perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi kemampuan untuk mengendalikan perilaku, kecenderungan menarik perhatian, keinginan mengubah perilaku agar sesuai untuk orang lain, menyenangkan orang lain, selalu konform dengan orang lain, dan menutupi perasaannya (Gufron, 2014).

Menurut Tangney et al. (dalam Clara 2017) *Self Control* merupakan kemampuan individu untuk mengesampingkan atau mengubah reaksi batin, baik menghentikan perilaku yang tidak diinginkan maupun menahan diri untuk tidak bertindak demikian. *Self Control* menghasilkan berbagai hal positif dalam kehidupan individu, salah satunya dalam bidang pendidikan. Pelajar dengan *self- control* yang tinggi dikatakan memiliki prestasi akademik yang lebih baik

daripada pelajar dengan *self control* yang rendah.

Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan pada tanggal 24 September 2022 dengan salah satu guru yang mengajar di SMA N 1 Kota Solok. Didapatkan data bahwa banyak siswa yang sering terlambat mengumpulkan tugas bahkan tidak mengerjakan tugas sama sekali. Beberapa dari siswa tersebut sering dimarahi oleh guru akibat menunda untuk mengerjakan tugas, guru mengatakan bahwa ada juga diantara siswa yang mengerjakan tugas tersebut setelah tugas punya teman yang lain selesai, sehingga siswa tersebut melihat dan menyalin tugas temannya yang sudah selesai. Guru mengatakan bahwa ada sebagian siswa yang kurang yakin dengan kemampuan yang mereka miliki dalam mengerjakan tugas dan mencapai target waktu yang diberikan oleh guru, sehingga para siswa tidak dapat mengatur pola belajar mereka dan tidak mencapai nilai yang tinggi. Sebagian besar dari mereka merasa kurang memahami materi selama proses pembelajaran dan membuat mereka kurang percaya diri jika harus segera mulai mengerjakan tugas. Siswa merasa belum mampu dan kurang percaya diri untuk dapat menyelesaikan tugas tersebut secara tuntas. Selain itu ditemukan banyak siswa yang memiliki kontrol diri rendah seperti tidak dapat menahan diri mereka dari kecanduan bermain game, mereka tidak dapat mengarahkan perilaku mereka ke arah yang positif seperti belajar dan beribadah. Siswa tersebut sering melakukan hal yang nantinya akan merugikan mereka, seperti bolos

sekolah dan tidak mengerjakan tugas.

Hasil wawancara dengan guru yang lainnya, mengatakan bahwa banyak diantara siswa yang menunda-nunda dalam menyelesaikan pekerjaan rumahnya, maupun menunda dalam mengerjakan tugasnya. Dalam mengelola berbagai tugas sekolah, sebagian siswa juga tidak menyelesaikan tugas sekolah yang seharusnya menjadi prioritasnya sebagai pelajar. Guru juga mengatakan banyak siswa merasa tidak mampu dan mengeluh mengerjakan tugas karena tidak menyukai mata pelajaran tertentu, Mereka merasa tugas yang diberikan oleh guru tersebut sulit dan ada kecenderungan melihat punya teman untuk menyelesaikan tugasnya, dan merasa tidak mampu untuk menyelesaikan tugas tersebut. Mereka tidak yakin dengan diri mereka bahwasanya mereka mampu mengerjakan tugas dari mata pelajaran tersebut. Guru mengatakan banyak juga siswa yang tidak dapat mengontrol diri mereka, lebih mngutamakan bermain gamedan bermain bersama teman dari pada belajar. Dengan demikian, waktu yang seharusnya digunakan untuk mengerjakan tugas maupun belajar menjadi tersita untuk melakukan aktivitas tersebut.

Hasil wawancara yang telah dilakukan pada siswa, mengatakan tugas yang diberikan oleh guru sering mereka tunda untuk mengerjakannya karna bisa dikerjakan saat temannya yang lain sudah selesai mengerjakan, sehingga siswa dapat melihat pada pagi hari di

sekolah. Siswa membuat target waktu untuk pengerjaan tugas dan belajar, namun waktu pelaksanaannya seringkali melewati target yang direncanakan sebelumnya. Siswa mengatakan bahwa mereka tidak yakin dengan hasil tugas yang mereka kerjakan, mereka takut salah akan tugas yang sudah dikerjakan, oleh karena itu mereka tidak berani untuk mengumpulkan tugas tersebut. Siswa juga mengatakan tidak dapat mengontrol dirinya saat bermain, sehingga mereka lebih memilih untuk melakukan aktivitas lain yang dianggapnya lebih menyenangkan, yaitu bermain Game dan berkumpul bersama teman lebih menyenangkan daripada mengerjakan tugas dan belajar.

Adapun siswa lain juga mengatakan, mereka tidak memiliki kemampuan untuk menyelesaikan tugas sekolah berdasarkan waktu yang diberikan oleh guru, siswa juga mengaku bahwa mereka sering menghindari dari guru dikarenakan takut diberi tugas oleh guru. Siswa mengatakan bahwa mereka tidak berani untuk mengumpulkan tugas mereka, sehingga hasil dari tugas mereka tidak diterima oleh guru, dan mereka takut disalahkan atau dimarahi akan hasil mereka yang tidak sesuai dengan yang diajarkan oleh guru. Siswa juga mengaku bahwa sering menghabiskan waktu untuk hal - hal yang bersifat hiburan, mereka tidak dapat mengontrol waktu dengan baik, tidak dapat memilah antara waktu belajar dengan waktu hiburan.

Penelitian tentang *Self Efficacy*, *Self Control* dan Prokrastinasi Akademik pernah dilakukan oleh Selfi Fajarwati (2015) dengan judul “Hubungan antara *SelfControl* dan *Self Efficacy* dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa”, selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Risma Widyaningsih (2021) dengan judul “Hubungan Antara *Self Control* dan *Self Efficacy* Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas XI SMAIT Raflesia Depok”, penelitian yang dilakukan oleh Prisillia Tuparia (2014) dengan judul “Hubungan antara *SelfControl* dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA”, selanjutnya penelitian yang dilakukan Putri Nur Octaviani (2018) dengan judul “Hubungan antara *Self Efficacy* dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA IT Bandung”, penelitian yang dilakukan oleh Cindy Clara (2017) dengan judul “Peran *Self Efficacy* dan *Self Control* terhadap Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA”.

Berdasarkan uraian yang telah dikemukakan pada latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Antara *Self Efficacy* dan *Self Control* dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa Kelas XI SMAN 1 Kota Solok”

B. Rumusan Masalah

Apakah terdapat Hubungan Antara *Self Efficacy* dan *Self Control* dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa Kelas XI SMAN 1 Kota Solok.

C. Tujuan Penelitian

1. Mengetahui apakah *self efficacy* memiliki hubungan dengan prokrastinasi akademik pada siswa Kelas XI SMAN 1 Kota Solok?
2. Mengetahui apakah *self control* memiliki hubungan dengan prokrastinasi akademik pada siswa Kelas XI SMAN 1 Kota Solok?
3. Mengetahui apakah *self efficacy* dan *self control* memiliki hubungan dengan prokrastinasi akademik pada siswa Kelas XI SMAN 1 Kota Solok?

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Secara Teoritis

Penelitian ini tentang Hubungan Antara *Self Efficacy* dan *Self Control* dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa Kelas XI SMAN 1 Kota Solok, diharapkan dapat memberikan banyak ilmu baru dan tambahan informasi dalam kajian ilmu psikologi khususnya psikologi pendidikan.

2. Manfaat Secara Praktis

- a. Bagi guru, penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai keterkaitan antara *Self Efficacy* dan *Self Control* dengan Prokrastinasi Akademik.
- b. Bagi siswa, penelitian ini dapat memberikan informasi tentang *Self Efficacy* dan *Self Control* dengan Prokrastinasi Akademik.