

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dalam era persaingan global seperti saat ini, Sumber Daya Manusia (SDM) yang berkualitas adalah mereka yang mampu menguasai suatu bidang keahlian dalam ilmu pengetahuan dan teknologi, mampu melaksanakan pekerjaan secara profesional, serta mampu menghasilkan karya-karya unggul yang dapat bersaing di dunia kerja¹. Untuk mencapai semua kriteria tersebut, maka manusia dituntut untuk selalu tampil baik sesuai bidang yang dikuasainya agar dapat mendorong perkembangan suatu bangsa. Semakin baik kualitas sumber daya manusia maka semakin baik juga *performance* dari perusahaan atau instansi yang juga mempengaruhi kemajuan suatu bangsa.

Untuk memenuhi dan menciptakan SDM yang baik dan relevan dengan kebutuhan dunia kerja, maka manusia dituntut untuk belajar guna meningkatkan kualitas dirinya dan memberikan rangsangan untuk mengoptimalkan potensi yang ada. Hal tersebut bisa didapatkan pada pendidikan formal seperti sekolah, mulai dari tingkat dasar bahkan sampai perguruan tinggi, maupun pendidikan non-formal seperti kursus, pelatihan dan lain sebagainya. Namun pada kenyataannya di beberapa kasus, siswa cenderung menunda mengerjakan pekerjaan rumah (PR), menunda belajar untuk ujian dan bahkan membolos dari sekolah. Menurut Zakarilya anak-anak

¹ Nurahma Hajat, "Hubungan Kontrol Diri dan Persepsi Remaja Terhadap Penerapan Disiplin Orang Tua Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa FE UNJ", *Econosains* Vol.6 No.1 Maret 2008, pp. 54-63

usia sekolah, dari SD sampai SMU cenderung lebih banyak mengisi waktunya dengan bermain dan menonton televisi daripada belajar.² Mereka lebih mengutamakan kesenangan pribadi daripada mendahulukan kewajiban mereka dalam belajar³. Karena siswa yang sedang berada pada masa remaja sering kali di anggap berada pada masa yang dipenuhi dengan berbagai macam perubahan dan terkadang tampil sebagai masa yang tersulit dalam kehidupannya sebelum ia kemudian memasuki dunia kedewasaan⁴. Oleh karena itu banyak ditemui kebimbangan sikap dan perubahan *mood* yang tidak menentu pada siswa yang merupakan para remaja sehingga tak jarang remaja lebih memilih melakukan hal yang menyenangkan seperti bermain *games* atau menonton televisi.

Kembali pada persoalan mengenai kualitas individu manusia, dalam dunia psikologi mengenal istilah prokrastinasi yang menunjukkan sikap tidak disiplin dalam memanfaatkan waktu yang ada untuk menyelesaikan suatu pekerjaan. Prokrastinasi adalah suatu kecenderungan untuk menunda dalam memulai maupun menyelesaikan kerja secara keseluruhan untuk melakukan aktivitas lain yang tidak berguna, sehingga kinerja menjadi terhambat, tidak pernah menyelesaikan tugas tepat waktu, serta sering terlambat dalam

² Zakarilya, W., “Agar Anak Senang Belajar”. Gebang. Edisi 6 Th .II, Desember 2002, dikutip langsung (tidak langsung) oleh Nur Gufron. “Hubungan Kontrol Diri antara Persepsi Remaja Terhadap Penerapan Disiplin Orang Tua dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa-siswi Madrasah Aliyah di Kota Jogjakarta”. Skripsi. (Yogyakarta: Universitas Gajah Mada, 2003), p. 3

³ Franziska Diets *et al.*, *Individual Values, Learning Routine and Academic Procrastination*, (British Journal of Educational Psychology, 2007), p. 893

⁴ Singgih. D Gunarsa dan Yulia Singgih D. Gunarsa, “Perkembangan Anak dan Remaja. Gunung Mulia” (Jakarta: Gunung Mulia, 2008), p.236

menghadiri pertemuan-pertemuan⁵. Fakta menunjukkan, banyak orang yang hobi menunda pekerjaan. Bahkan ada yang sampai menghambat karier mereka. Sebagian orang malah menganggap bahwa menunda pekerjaan merupakan “gaya hidup”⁶. Penundaan sering sulit terdeteksi karena memang tidak mempunyai bentuk yang konkret. Apa yang disebut sebagai tugas adalah segala sesuatu yang dilakukan secara tuntas, sedangkan sisanya adalah apa yang dibiarkan begitu saja atau yang ditunda pelaksanaannya. Penundaan akan menjadi suatu masalah besar apabila berdampak buruk pada pelaksanaan hal-hal yang sebenarnya penting bagi diri sendiri.

Hasil pengamatan M. Nur Ghufon, pada sebagian siswa SMU atau MA dan yang sederajat di Yogyakarta, dapat disimpulkan bahwa penundaan merupakan salah satu kebiasaan yang sering dilakukan remaja, dalam menghadapi tugas-tugas mereka. Kebiasaan menunda-nunda tidak hanya terjadi di Indonesia saja, di luar negeri pun fenomena ini bukan merupakan suatu hal yang luar biasa. Penelitian dari Bruno mengungkapkan bahwa ada 60% individu memasukkan sikap menunda sebagai kebiasaan dalam hidup mereka. Penelitian lain dari Hara Marano memberikan kesimpulan bahwa 20% individu di luar negeri mengaku bahwa dirinya adalah seorang

⁵ Nur Gufron. “Hubungan Kontrol Diri antara Persepsi Remaja Terhadap Penerapan Disiplin Orang Tua dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa-siswi Madrasah Aliyah di Kota Jogjakarta”. Tesis. (Yogyakarta: Universitas Gajah Mada, 2003), p. 2

⁶ Hasto, Si Penunda Pekerjaan, Sulitnya Jujur Pada Diri Sendiri, 2012, <http://www.tabloidnova.com/Nova/Karier/Pengembangan-Diri/Si-Penunda-Pekerjaan-Sulitnya-Jujur-Pada-Diri-Sendiri-1> (Diakses Kamis, 5 April 2012, Pukul 08.28 WIB)

prokrastinator, bahkan bagi mereka prokrastinasi telah menjadi semacam gaya hidup⁷.

Prokrastinasi biasanya cenderung berkonotasi negatif karena hal ini tidak sepatutnya dilakukan oleh seseorang karena suatu penundaan akan berakibat adanya waktu yang terbuang sia-sia tanpa melakukan hal yang bermanfaat. Prokrastinator (orang yang menunda pekerjaan) dianggap lemah dalam manajemen waktu. Mereka dianggap tidak dapat memprioritaskan manakah pekerjaan yang penting dan mana yang tidak. Mereka sering dianggap sebagai pemalas. Menurut para ahli, sikap prokrastinasi disebabkan oleh gangguan kejiwaan atau kepribadian⁸. Sebagai seorang siswa yang tugas utama belajar, sudah sepatutnya memprioritaskan waktunya untuk kegiatan belajar, untuk itu perlu adanya kebijaksanaan dalam mengambil keputusan untuk mengelola waktu yang ada antara belajar dengan kegiatan lain di luar kepentingan sekolah. Namun menjamurnya produk ICT (*information communicative technology*) di pasaran, antara lain seperti *cellular phone*, *TV*, *note book*, *LCD*, *MP3*, *internet*, *facsimile* telah mengalihkan dunia mereka dari belajar ke dunia bermain, serta merubah mereka menjadi manusia yang bergaya hedonis yang gemar mencari kesenangan hidup dengan sedikit usaha. Perilaku ini terpantul dari kebiasaan suka berkumpul dengan teman, bermalas-malas, dan tidak mau tahu dengan urusan waktu⁹. Terkadang saat harus mengerjakan tugas, tiba-tiba ingin mendengarkan musik atau menonton TV. Ini salah satu

⁷ Nuroh."Hubungan antara Kontrol Diri dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Sekolah Tingkat Pertama Wahid Hasyim Malang".Skripsi.(Malang:Universitas Negeri Malang,2006).

⁸ Taufiq Qurahman, Akibat Menunda Pekerjaan, 2011, (<http://www.ripiu.com/article/read/kebiasaan-menunda-pekerjaan>) Diakses Kamis, 2 Maret 2012 pukul 00.01 WIB.

⁹ Marjohan, M. Pd, Semua Warga Sekolah Harus Menghargai Waktu, 2012, (<http://www.wikimu.com/News/DisplayNews.aspx?id=16643>) Diakses Kamis, 2 Maret 2012, pukul 00.32

ciri *procrastinator* yang sering dimiliki seseorang. Karena ingin menghindari tugas yang membuat takut, akhirnya prokrastinator memilih untuk melakukan hal lain yang kurang penting¹⁰.

Diberbagai Negara, para remaja yang merupakan para pelajar lebih banyak menghabiskan waktu mereka untuk bermain *games* atau bermain *internet*, seperti yang terjadi di Korea, sebanyak 10 persen para remaja kecanduan untuk menghabiskan waktu mereka bermain internet, mereka menghabiskan waktu untuk hal tersebut tidak kurang dari 17 jam per hari. Hal serupa juga mewabah di Negara lainnya, salah satunya adalah Amerika Serikat, sekitar 80 persen remaja menghabiskan waktunya untuk bermain *internet*¹¹. Kecanggihan teknologi saat ini dan menjamurnya situs jejaring sosial seperti *Facebook*, *Twitter*, *Yahoo Messegger* dan lain sebagainya, turut mempengaruhi sikap malas belajar para siswa¹². Jika orang tak bisa memutuskan apa yang harus ia lakukan, akhirnya keputusan terbaik adalah tidak melakukan apa-apa daripada melakukan sesuatu tapi salah¹³.

Prokrastinasi juga muncul karena kurangnya motivasi untuk belajar maupun mengerjakan tugas, baik itu motivasi yang datang dari dalam diri sendiri (intrinsik) maupun motivasi yang datang dari luar siswa (ekstrinsik), sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh Briodry dalam Ferrari, dkk, bahwa besarnya motivasi yang dimiliki seorang juga mempengaruhi

¹⁰ Taufiq Qurahman (<http://www.apasih.com/2012/01/procrastination-kebiasaan-menunda.html>) Diakses Kamis, 2 Maret 2012, Pukul 02.00 WB.

¹¹ Piers Steel, *The Procrastination Equation: How to stop Putting Off and Start Getting Things Done* (Australia: Murdoch Books, 2011)

¹² *Ibid*

¹³ Hasto, Si Penunda Pekerjaan, Sulitnya Jujur Pada Diri Sendiri, 2012, <http://www.tabloidnova.com/Nova/Karier/Pengembangan-Diri/Si-Penunda-Pekerjaan-Sulitnya-Jujur-Pada-Diri-Sendiri-1> (Diakses Kamis, 5 April 2012, Pukul 08.35 WIB)

prokrastinasi secara negatif, dimana semakin tinggi motivasi intrinsik yang dimiliki individu ketika menghadapi tugas, akan semakin rendah kecenderungan untuk prokrastinasi¹⁴. Motivasi sangat dibutuhkan dalam melakukan suatu tugas atau menyelesaikan masalah. Prokrastinator sadar akan adanya tugas-tugas penting yang harus segera dilaksanakan, akan tetapi dengan sengaja menunda mengerjakan ataupun menyelesaikannya¹⁵.

Selain dorongan yang berasal dari dalam diri para siswa seperti disebutkan di atas, juga perlu adanya kepedulian orang tua yang turut berperan dalam memotivasi siswa dari luar (ekstrinsik) sehingga diharapkan dapat mengurangi atau bahkan menghilangkan perilaku prokrastinasi akademik itu sendiri, pola asuh yang diterapkan orang tua mempengaruhi sikap siswa dalam prokrastinasi, sikap orang tua dalam menerapkan kedisiplinan pada anak akan sangat berpengaruh dalam gaya belajar anak. Ibu yang memiliki kecenderungan melakukan penghindaran menunda pekerjaan (*avoidance procrastination*) menghasilkan anak perempuan yang memiliki kecenderungan melakukan *avoidance procrastination* pula. *Procrastination* bisa muncul sebagai reaksi pemberontakan terhadap orang tua ataupun atasan yang otoriter alias suka mengatur kehidupan/ pekerjaan kita. Prokrastinator memberontak dengan cara tidak ingin diatur dalam kehidupan/ pekerjaan¹⁶. Kondisi lingkungan yang kondusif untuk melakukan prokrastinasi terjadi pada lingkungan yang rendah dalam pengawasan dan kedisiplinan dari orang

¹⁴ M. Nuf Ghufro, *op. cit.*,

¹⁵ Ria Fibrina, "Prokrastinasi Akademik Ditinjau dari Motivasi Berprestasi". Skripsi. Surakarta, Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2009, p. 10

¹⁶ <http://www.apasih.com/2012/01/procrastination-kebiasaan-menunda.html> (Diakses Kamis, 2 Maret 2012, Pukul 01.05 WIB)

tua. Apabila tidak diawasi seseorang mungkin telah merencanakan untuk mulai mengerjakan tugas pada waktu yang ditentukan sendiri, akan tetapi ketika saatnya tiba, tidak dilaksanakan sesuai dengan rencana yang telah ditetapkan sehingga menyebabkan keterlambatan maupun kegagalan dalam menyelesaikan tugas¹⁷.

Sebesar apapun peranan orang tua dalam kedisiplinan pada anak-anaknya, maka tetap tidak akan berpengaruh banyak jika dari sisi anak selaku siswa itu sendiri tidak ada kemauan, karena itu dituntut perlunya ketekunan (*Conscientiousness*) pada diri siswa yang bersangkutan agar dapat mempertahankan konsistensinya dalam belajar. Hal ini bisa kita lihat pada siswa yang terlalu sibuk akhirnya membuat dirinya menjadi seorang *procrastinator*, sehingga tidak mengerjakan tugas yang seharusnya dia kerjakan. Kita sendiri bisa merasakan tidak bisa membuat pekerjaan karena harus membersihkan kamar sekaligus memasak, padahal pada akhirnya, tidak satu pun dari tugas itu yang dikerjakan¹⁸.

Selain penyebab secara kejiwaan, juga muncul penyebab jasmani atau fisik dari individu siswa, sebagai contoh siswa yang dalam keadaan sehat pasti berbeda kualitas belajarnya dibandingkan dengan siswa yang dalam keadaan sakit maupun kelelahan (*fatique*), seseorang yang mengalami *fatique*

¹⁷ Naili Zakiyah, "Correlation Between Self-Adjustment and Academic Procrastination At Student's of Boarding School SMP N 3 Peterongan Jombang". Skripsi. Semarang, Universitas Diponegoro, 2009, p. 9

¹⁸ <http://www.apasih.com/2012/01/procrastination-kebiasaan-menunda.html> (Diakses Kamis, 2 Maret 2012, Pukul 01.05 WIB)

akan memiliki kecenderungan yang lebih tinggi untuk melakukan prokrastinasi daripada yang tidak¹⁹.

Sikap percaya diri pun mutlak diperlukan dalam mengerjakan tugas agar tidak ada keraguan dalam memulai maupun menyelesaikan tugas yang dimiliki. Masalah psikologi biasanya berkisar dari kurang percaya diri akibat merasa diremehkan oleh lingkungan pekerjaan. Bisa juga disebabkan masalah penundaan pekerjaan yang pernah terjadi sebelumnya, yang kemudian menyebabkan lingkungan memberikan tanggapan negatif²⁰.

Suatu sikap yang sering dilakukan lalu kemudian menjadi suatu kebiasaan (*habit*) juga mempengaruhi produktivitas seseorang, jika seseorang menerapkan disiplin yang tinggi dalam hidupnya maka ia tidak akan melakukan penundaan pengerjaan tugas. Namun, individu yang terbiasa hidup santai, maka dalam pemenuhan tugas pun ia akan cenderung menunjukkan sikap malas - malasan²¹. Menunda pekerjaan merupakan kebiasaan buruk yang seringkali dilakukan. Kebiasaan ini dapat menciptakan kekacauan dan lebih parahnya dapat menghancurkan karir²².

Siswa yang merupakan para remaja yang berada pada masa peralihan atau transisi dari masa anak-anak ke masa dewasa, pada masa remaja dikenal istilah “badai dan stress”, seperti yang dikemukakan Stanley Hall bahwa masa remaja adalah “masa yang mebingungkan yang ditandai dengan konflik dan

¹⁹ Nurahma Hajat, *op. cit*

²⁰ <http://female.kompas.com/read/2011/03/10/09214836/Mengapa.Orang.Gemar.Menunda>

²¹ http://repository.upi.edu/operator/upload/s_pbb_0607179_chapter2.pdf (diakses Kamis, 2 Maret 2012, Pukul 03.04 WIB)

²² <http://www.lienaaiifen.com/tips-n-tricks/tips-untuk-mengatasi-sikap-menunda-pekerjaan/> (Diakses 5 April 2012, Pukul 10.19 WIB)

perubahan *mood*”²³, dengan pendapat tersebut maka siswa diharuskan memiliki kontrol diri untuk dapat mengendalikan sikap dan perbuatannya dalam hal perilaku prokrastinasi. Williams, dkk, menyebutkan bahwa “prokrastinasi disebabkan karena mahasiswa atau siswa tidak mengerti intruksi dari tugas yang diberikan, mahasiswa tidak yakin dimana memulai dan bagaimana cara menyelesaikan tugasnya dengan baik”²⁴. Pada kenyataannya, prokrastinasi juga terjadi akibat kontrol diri yang rendah, mereka tidak dapat memandu, mengarahkan, dan mengatur perilaku mereka. Mereka tidak mampu menginterpretasikan stimulus yang dihadapi, tidak mampu mempertimbangkan konsekuensi yang mungkin dihadapi sehingga tidak mampu memilih tindakan yang tepat. Akhirnya hal tersebut mengakibatkan dilakukannya penundaan pekerjaan yang seharusnya dapat dilakukan oleh orang tersebut²⁵.

Dari banyaknya penyebab munculnya perilaku prokrastinasi yang telah disebutkan di atas, semua datang secara sadar atau pun tidak, untuk itu perlu ada antisipasi yang tepat yang harus dilakukan para siswa sebagai pemuda yang sering disebut sebagai agen perubahan bangsa. Oleh karena itu dirasa perlu adanya pengendalian diri yang sesuai dengan keadaan yang dihadapi. Sedangkan hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi diungkapkan oleh Williams sebagai “adanya penolakan diri, emosi yang tidak pada tempatnya, dimana perasaan ini tidak berdasar pada sekolah, dan lebih banyak

²³ *Ibid*

²⁴ Ria Fibrina, *loc. cit*

²⁵ M.N. Ghufroon, *loc. cit*

menimbulkan masalah dalam tugas sekolah dan lainnya. Prokrastinasi terlihat sebagai strategi *coping* untuk mengatur *academic stress* dan akan berdampak negatif pada performansi²⁶.

Penelitian hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMK Negeri 45 Jakarta ini, berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh M.N.Ghufron, yaitu dari segi aspek yang hendak diteliti, waktu dan tempat penelitian. Peneliti memilih SMK Negeri 45 Jakarta, karena sekolah ini merupakan salah satu sekolah kejuruan yang tingkat ujian masuknya tinggi dan berada di daerah yang perindustriannya pesat dan maju.

Peneliti sebelumnya mengadakan studi awal dengan wawancara dengan guru Bimbingan Konseling (BK) SMK Negeri 45 Jakarta mengenai karakteristik siswa kelas X. Hasil wawancara diperoleh bahwa siswa kelas X melakukan prokrastinasi akademik, seperti: masuk kelas 10-15 menit setelah bel tanda masuk, meminta perpanjangan waktu pengumpulan tugas, pada saat kegiatan belajar mengajar berlangsung ada siswa yang memainkan *handphone*, ketidaksiapan menghadapi ujian dan sebagainya, sehingga wawancara dengan guru BK dapat memperkuat penelitian pada siswa SMK Negeri 45 di Jakarta Barat. Pendapat-pendapat tersebut juga diperkuat oleh keterangan yang diberikan oleh para wali kelas X jurusan Pemasaran yang mengeluhkan hal serupa yang dilakukan oleh para siswa.

Dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi dapat dipengaruhi beberapa faktor yaitu, lemahnya sikap mengambil keputusan dalam manajemen waktu,

²⁶ *Ibid*

kurangnya motivasi dari dalam (*intrinsic*), kurangnya pola asuh orang tua, merasa terlalu sibuk, kelelahan fisik (*fatique*), kurangnya rasa percaya diri, kebiasaan (*habit*) menunda pekerjaan dan lemahnya kontrol diri.

Melihat banyaknya masalah yang berhubungan dengan prokrastinasi akademik, maka peneliti tertarik untuk meneliti hal tersebut.

B. Identifikasi Masalah

Dari uraian yang telah dikemukakan pada latar belakang masalah, maka identifikasi masalah dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Lemahnya sikap pengambilan keputusan dalam manajemen waktu oleh siswa.
2. Kurangnya motivasi dari dalam diri siswa.
3. Kurangnya pola asuh orang tua yang mengakibatkan lemahnya kepedulian orang tua terhadap kegiatan akademik siswa.
4. Siswa merasa terlalu sibuk dengan kegiatan-kegiatan yang dilakukan.
5. Kelelahan (*fatique*) yang dialami oleh siswa.
6. Kurangnya sikap percaya diri dalam kepribadian siswa.
7. Kebiasaan (*habit*) dalam menunda pekerjaan yang dilakukan siswa.
8. Lemahnya kontrol diri dalam diri siswa.

C. Pembatasan Masalah

Dilihat dari identifikasi masalah dapat diketahui banyaknya masalah yang berkaitan dengan prokrastinasi akademik maka penelitian ini dibatasi pada hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka perumusan masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut: “Apakah terdapat hubungan antara kontrol diri dengan perilaku prokrastinasi akademik pada siswa?”.

E. Kegunaan Penelitian

Harapan pada penelitian ini yakni akan memberikan manfaat:

1. Peneliti

Sebagai penambah khasanah pengetahuan dalam bidang psikologi pendidikan khususnya tentang hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik.

2. Siswa atau Pelajar

Dapat mengetahui sekaligus sebagai bahan pertimbangan antisipatif terjadinya prokrastinasi akademik.

3. Sekolah dan Guru

Dapat dijadikan sebagai masukan untuk menyelesaikan berbagai masalah serta gejala yang ditimbulkan oleh para siswa, khususnya bagi

guru BK dan wali kelas dalam memberikan bimbingan sehingga anak dapat dibantu secara terarah serta dapat menimbulkan motivasi yang berguna dalam meminimalisasikan perilaku prokrastinasi akademik.

4. Bagi Orang Tua

Dapat dijadikan sumber informasi untuk memudahkan dalam memberikan pengawasan pada putra putri yang berkaitan dengan memberikan contoh perilaku tidak menunda pekerjaan dan contoh kontrol diri yang baik.

5. Perpustakaan

Sebagai sumber referensi bagi rekan mahasiswa lain yang akan mengadakan penelitian di masa yang akan datang tentang kontrol diri atau prokrastinasi akademik.

6. Universitas Negeri Jakarta

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan masukan dan referensi pustaka tentang kontrol diri atau prokrastinasi akademik.

7. Masyarakat

Sebagai bahan informasi dan sumbangan khasanah ilmu dan pendidikan.