

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan faktor utama dalam pembentukan pribadi manusia. Pendidikan membentuk baik atau buruknya pribadi manusia menurut ukuran normatif. Menyadari akan hal tersebut, pemerintah sangat serius menangani bidang pendidikan sebab dengan sistem pendidikan yang baik diharapkan muncul generasi penerus bangsa yang berkualitas dan mampu menyesuaikan diri untuk hidup bermasyarakat, berbangsa dan bernegara.

Berhubungan dengan manusia yang berkualitas, dalam literatur ilmiah psikologi terdapat istilah prokrastinasi yang menunjukkan suatu perilaku yang tidak disiplin dalam penggunaan waktu atau menunda penyelesaian suatu tugas. Dalam kaitannya dengan pendidikan, penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik disebut prokrastinasi akademik. Sedangkan individu yang melakukan prokrastinasi disebut *procrastinator*. *Procrastinator* akan mengalami ketidaknyamanan psikologis yang dapat merugikan individu tersebut, misalnya rasa bersalah dan penyesalan yang mendalam akibat tidak dapat menjalankan tugasnya dengan baik dan tepatwaktu. Prokrastinasi akademik banyak berakibat negatif, dengan melakukan penundaan banyak waktu yang terbuang dengan sia-sia. Penundaan juga bisa mengakibatkan seseorang kehilangan kesempatan yang datang. Tugas-tugas akademik menjadi terbengkalai, sekalipun dapat diselesaikan hasilnya menjadi tidak maksimal.

Hasil penelitian di luar negeri menunjukkan bahwa prokrastinasi merupakan salah satu masalah yang menimpa sebagian besar anggota masyarakat secara luas dan pelajar pada lingkungan yang lebih kecil seperti sebagian pelajar di sana. Sekitar 25% sampai dengan 75% pelajar diindikasikan bahwa prokrastinasi merupakan salah satu masalah dalam lingkup akademis mereka. Pada hasil survey majalah Scouting Juni 2003 juga memperlihatkan bahwa kurang lebih 20% sampai dengan 70% pelajar melakukan prokrastinasi.<sup>1</sup> Faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik adalah motivasi belajar yang rendah, pengawasan pada lingkungan sekolah, *self efficacy* dan kontrol diri.

Faktor pertama yang mempengaruhi prokrastinasi akademik adalah motivasi belajarnya. Motivasi merupakan faktor yang mendukung individu untuk melakukan suatu kegiatan dan mempengaruhi tingkah lakunya. Permasalahan yang sering kali ditemukan dalam kegiatan belajar mengajar adalah motivasi dalam belajar yang berbeda-beda pada setiap siswa.

Siswa yang memiliki motivasi dalam belajar yang tinggi akan melaksanakan kegiatan belajarnya dengan baik, sungguh-sungguh dan penuh semangat. Akan tetapi, siswa yang mempunyai motivasi dalam belajar yang rendah akan mengakibatkan siswa menjadi malas bahkan tidak mau mengerjakan tugas-tugas yang berhubungan dengan pelajaran.

Perilaku prokrastinasi akademik juga bisa muncul pada kondisi lingkungan tertentu, dimana lingkungan yang rendah pengawasan merupakan faktor eksternal pada diri *procrastinator*. Kondisi yang rendah dalam pengawasan akan

---

<sup>1</sup> Parachin, Victor, "Helping Children Overcome Procrastination" ( Scouting magazine: May-June, 2003), p. 15

mendorong seseorang untuk melakukan prokrastinasi akademik, karena tidak adanya pengawasan akan mendorong seseorang untuk berperilaku tidak tepat waktu. Pengawasan itu sendiri bertujuan menjaga atau mencegah kemungkinan terjadinya pelanggaran terhadap peraturan atau tata tertib yang biasa dilakukan. Namun dalam hal ini, masih banyak fakta-fakta umum yang ditemukan seperti makin banyaknya anak-anak sekolah yang berkeliaran dimana-mana pada jam belajar efektif, pelaksanaan disiplin yang tersendat, rendahnya perhatian masyarakat untuk menyerbu fasilitas pendidikan dibandingkan dengan fasilitas hiburan dan masih senangnya hampir sebagian besar orang yang bersikap bermalas-malasan. Oleh karena itu, pengawasan menjadi suatu yang sangat penting dan harus dilakukan dengan terus menerus terutama pada saat-saat dan situasi yang memungkinkan seseorang akan berbuat yang berlawanan dengan tata tertib dan peraturan.

Faktor lain yang mempengaruhi prokrastinasi akademik selanjutnya adalah *self efficacy* siswa yang rendah. Dalam hal ini, *self efficacy* dapat mempengaruhi pilihan kegiatan, usaha yang dilakukan dan ketekunan/waktu yang disediakan dalam menghadapi kesulitan. Seseorang yang memiliki *self efficacy* yang tinggi akan semakin bersemangat dan tekun berusaha ketika menghadapi kesulitan dan tantangan. Sebaliknya, jika seseorang merasa tidak mampu untuk menyelesaikan tugasnya secara memadai, maka dia kurang bersungguh-sungguh melaksanakan pekerjaannya dan akan menunda-nunda dalam menyelesaikan tugas tersebut. Padahal, orang yang menunda-nunda pekerjaan ini sebenarnya telah merusak

dirinya sendiri. Mereka menempatkan hambatan pada jalan hidupnya. Mereka juga memilih pola yang justru merusak kemampuan mereka sendiri.

Beberapa penelitian menemukan hasil bahwa terdapat berbagai aspek dalam diri individu yang mempengaruhi individu untuk melakukan kecenderungan perilaku prokrastinasi atau menjadi *procrastinator*, salah satunya adalah rendahnya kontrol diri. Kontrol diri merupakan salah satu mekanisme yang dapat mengatur serta mengarahkan individu tersebut dalam berperilaku. Setiap individu memiliki tingkat kontrol diri yang berbeda satu dengan yang lainnya. Prokrastinasi akademik dapat dihindari apabila individu tersebut memiliki kontrol diri yang tinggi. Dengan kontrol diri yang tinggi siswa mampu mengatur stimulus, mengarahkan serta menyesuaikan perilaku mereka kepada hal-hal yang lebih menunjang proses belajar mereka.

Perilaku prokrastinasi akademik dengan kontrol diri yang rendah pada siswa dicerminkan melalui perilaku menunda-menunda tugas yang seharusnya dikerjakan terlebih dahulu. Siswa yang memiliki kontrol diri rendah lebih memilih untuk melakukan kegiatan yang menyenangkan seperti menonton televisi, bermain *video game*, bermain dengan teman sebaya dan lainnya daripada menyelesaikan tugas sekolah mereka.

Para siswa yang saat ini sedang menempuh bangku sekolah merupakan calon kompetitor yang akan menghadapi tingkat persaingan yang tinggi, namun bilamana perilaku prokrastinasi akademik sering dilakukan, akan dapat menjadi masalah tersendiri bagi mereka.

Berdasarkan survey awal dengan melakukan pengamatan dan wawancara dengan wali kelas yang dilakukan oleh peneliti, diketahui bahwa siswa SMK YADIKA 13 melakukan penundaan dalam mengerjakan tugas yang penundaan tersebut merupakan salah satu kebiasaan yang sering dilakukan siswa dalam menghadapi tugas-tugas mereka. Banyak siswa yang menunda untuk mengerjakan pekerjaan rumah, maupun menunda belajar untuk menghadapi ulangan, dengan melakukan aktivitas lain yang tidak penting bagi mereka, sehingga dapat pula dikatakan bahwa pameo yang ada dalam dunia mahasiswa tentang SKS, yang dibelokkan kepanjangannya dengan sistem kebut semalam, berlaku pula bagi siswa di SMK YADIKA 13. Siswa yang melakukan prokrastinasi disebabkan oleh rendahnya kontrol diri. Individu yang kontrol dirinya rendah tidak mampu mengarahkan dan mengatur perilakunya, sehingga seorang siswa dengan kontrol diri yang rendah akan berperilaku atau lebih bertindak kepada hal-hal yang lebih menyenangkan dirinya, misalnya dengan lebih banyak menonton televisi, bermain *video game* dan lain-lainnya, bahkan akan menunda-nunda tugas yang seharusnya ia kerjakan terlebih dahulu. Sebagai seorang pelajar, yang bertugas untuk belajar, bila mempunyai kontrol diri yang tinggi, mereka akan mampu memandu, mengarahkan dan mengatur perilaku. Dengan kontrol diri yang rendah, mereka tidak mampu memandu, mengarahkan dan mengatur perilaku. Mereka tidak mampu menginterpretasikan stimulus yang dihadapi, tidak mampu mempertimbangkan konsekuensi yang mungkin dihadapi sehingga tidak mampu memilih tindakan yang tepat.

Dari hal – hal yang dikemukakan diatas menunjukkan betapa pentingnya kontrol diri pada siswa. Dengan adanya kontrol diri pada siswa, maka siswa tidak akan melakukan penundaan terhadap tugas sekolah atau prokrastinasi akademik.

### **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang, maka dapat diidentifikasi masalah-masalah yang mempengaruhi prokrastinasi akademik sebagai berikut :

1. Rendahnya motivasi belajar siswa
2. Rendahnya tingkat pengawasan pada lingkungan sekolah
3. Rendahnya *self efficacy*
4. Rendahnya kontrol diri

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah terlihat bahwa prokrastinasi akademik dipengaruhi berbagai faktor yang kompleks. Oleh karena itu, peneliti membatasi masalah pada “Hubungan antara Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik”.

### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan pembatasan masalah tersebut, maka permasalahan dalam penelitian dapat dirumuskan sebagai berikut : “Apakah terdapat hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik”.

### **E. Kegunaan Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan akan memberikan manfaat bagi:

1. Kegunaan Teoretis, hasil penelitian ini akan bermanfaat guna menambah wawasan, pengetahuan, bahan masukan positif bagi dunia pendidikan, penambah informasi dan pengetahuan khususnya yang berkaitan dengan kontrol diri siswa dan prokrastinasi akademik.
2. Kegunaan Praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang cara meningkatkan kontrol diri siswa agar dapat mengurangi perilaku prokrastinasi akademik.