

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan akademik adalah sistem pendidikan tinggi yang diarahkan pada penguasaan dan pengembangan disiplin ilmu pengetahuan, teknologi, dan seni tertentu, yang mencakup program pendidikan sarjana, magister, dan doktor. Lulusannya mendapatkan gelar akademik sarjana, magister, dan doktor.

Sebagai contoh, lulusan pendidikan akademik sarjana ekonomi bergelar S.E., sarjana kedokteran mendapatkan gelar S.Ked., sarjana pendidikan bergelar S.Pd.; demikian juga gelar magisternya sesuai dengan bidang atau rumpun ilmu; sedangkan gelar pendidikan doktor sama, yakni Dr. Lazimnya, pendidikan sarjana diarahkan untuk penerapan ilmu, pendidikan magister diarahkan untuk pengembangan ilmu, dan pendidikan doktor diarahkan untuk penemuan ilmu (Dawud, 2009).

Pendidikan merupakan alat terpenting dalam pembibitan sumber daya manusia yang berkualitas. Hal ini sesuai dengan pengertian pendidikan menurut UU No. 20 tahun 2003 pasal 1 ayat 1 republik indonesia, yaitu : “Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara”.

Undang – undang sistem pendidikan nasional tersebut menjadi landasan hukum bagi pemerintah dalam rangka peningkatan kualitas pembelajaran (*Instructional Quality*) karena muara dari berbagai program pendidikan adalah pada terlaksananya program pembelajaran yang berkualitas.

Pendidikan indonesia saat ini masih berada dalam tahap perbaikan menuju arah yang lebih baik. Pergantian kurikulum merupakan salah satu usaha pemerintah indonesia dalam perbaikan sistem pendidikan dan mencapai tujuan pendidikan seperti yang tertera dalam UU No. 20 tahun 2003. Tercatat sampai tahun 2016 dunia pendidikan di indonesia telah berganti kurikulum sebanyak 10 kali di mulai dari kurikulum pendidikan tahun 1947, 1952, 1964, 1968, 1975, 1984, (CBSA), 1994, 2004 (KBK), 2006 (KTSP), sampai yang terakhir dan digunakan sampai saat ini yaitu kurikulum 2013 (Brillio.net, 2 mei 2015).

Perbedaan KTSP dan Kurikulum 2013 yang diluncurkan secara resmi pada tanggal 15 Juli 2013, yaitu KTSP : 1) Standar isi ditentukan terlebih dahulu melalui Permendiknas No 22 tahun 2006 setelah itu ditentukan SKL (Standar Kompetensi Lulusan) melalui Permendiknas no 23 tahun 2006, 2) Lebih menekankan pada aspek pengetahuan, 3) Jumlah jam pelajaran lebih sedikit dan jumlah mata pelajaran lebih banyak dibanding kurikulum 2013, 4) Standar proses dalam pembelajaran terdiri dari eksplorasi, elaborasi, dan konfirmasi. 5) TIK sebagai mata pelajaran.

Sedangkan, Kurikulum 2013 : 1) menggunakan SKL (Standar Kompetensi Lulusan) ditentukan terlebih dahulu, melalui Pemendikbud No 54 tahun 2013 setelah itu baru ditentukan isi, yang berbentuk kerangka dasar kurikulum yang

dituangkan dalam Permendikbud No 67, 68, 69, dan 70 tahun 2013, 2) Aspek kompetensi lulusan ada keseimbangan *soft skills* dan *hard skill* yang meliputi aspek kompetensi sikap, keterampilan, dan pengetahuan, 3) Jumlah jam pelajaran perminggu lebih banyak dan jumlah mata pelajaran lebih sedikit dibanding KTSP, 4) Proses pembelajaran setiap tema di jenjang SD dan semua mata pelajaran dijenjang SMP/SMA/SMK dilakukan dengan pendekatan ilmiah (*Saintific Approach*) yaitu standar proses dalam pembelajaran terdiri dari mengamati, menanya, mengolah, menyajikan, menyimpulkan, dan menciptakan, 5) TIK (Teknologi Informasi dan Komunikasi) bukan sebagai mata pelajaran, melainkan sebagai media pembelajaran. (Rohman, 2013).

Itulah beberapa perbedaan KTSP dan Kurikulum 2013, walaupun kelihatannya terdapat perbedaan yang sangat jauh antara KTSP dan Kurikulum 2013, namun sebenarnya terdapat kesamaan ESENSI KTSP dan Kurikulum 2013. Misalnya pendekatan ilmiah (*Saintific Approach*) yang hakekatnya adalah pembelajaran berpusat pada siswa. Siswa mencari pengetahuan bukan menerima pengetahuan. Pendekatan ini mempunyai ESENSI yang sama dengan Pendekatan Keterampilan Proses (PKP). Masalah pendekatan sebenarnya bukan masalah kurikulum, tetapi masalah implementasi yang tidak jalan dikelas. Bisa jadi pendekatan ilmiah yang diperkenalkan di kurikulum 2013 akan bernasib sama dengan pendekatan – pendekatan kurikulum terdahulu bila guru tidak paham dan tidak bisa menerapkannya dalam pembelajaran di kelas. (Rohman, 2013).

Berdasarkan hasil wawancara peneliti kepada wali kelas sekaligus guru mata pelajaran di SMA LTI IGM pada tanggal 30 Agustus 2018 menurut

penuturan Miss R selaku wali kelas sekaligus guru mata pelajaran (*personal communication*, 30 Agustus 2018), Miss R menuturkan bentuk – bentuk penugasan kurikulum 2013 yaitu tes tertulis, tes lisan, penugasan, portofolio, tugas mandiri terstruktur, tugas mandiri tidak terstruktur dan praktikum. Perbedaan mata pelajaran kurikulum 2013 dengan KTSP yaitu pada pelajaran lintas minatnya saja, seperti pada jurusan IPA yang mana pada sistem KTSP tidak ada mata pelajaran lintas minat ekonomi dan pada kurikulum 2013 sudah ditambahkan mata pelajaran lintas minat ekonomi sedangkan pada jurusan IPS yang mana pada sistem KTSP tidak ada mata pelajaran lintas minat biologi dan pada kurikulum 2013 sudah ditambahkan mata pelajaran lintas minat biologi serta untuk semua mata pelajaran lainnya sama saja semua ada seperti pada sistem KTSP.

Faktanya, penerapan kurikulum 2013 saat ini dikarenakan dengan adanya kewajiban nilai tugas per kompetensi dasar per mata pelajaran, maka setiap guru pun terpaksa memberikan tugas. Akibat banyaknya tugas dan tuntutan yang diberi, hal-hal tersebut membuat siswa merasa bosan dan lelah. Kemudian rasa bosan dan lelah mengakibatkan siswa menjauhi tugas-tugas yang harus diselesaikan, dan cenderung untuk menunda serta mengulur-ulur waktu dalam memulai, mengerjakan, hingga menuntaskan.

Seperti pernyataan siswa berinsial S berikut “Saya menjadi malas untuk belajar dan menunda belajar dan mengerjakan tugas yang setumpuk karena sudah lelah dengan sekolah dari pagi sampai sore ditambah dengan tugas-tugas yang

setiap hari mata pelajaran pasti ada saja 1 atau 2 tugas”. Perilaku menunda waktu dalam literatur ilmiah disebut sebagai prokrastinasi (*procrastination*).

Dalam proses belajarnya disekolah, tidak sedikit remaja yang mengalami masalah-masalah akademik, seperti pengaturan waktu belajar, memilih metode belajar untuk mempersiapkan ujian, dan menyelesaikan tugas-tugas sekolah. Jika dalam hal ini siswa mengalami kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai batas waktu yang telah di tentukan, sering mengalami keterlambatan, mempersiapkan segala sesuatu dengan berlebihan dan gagal dalam menyelesaikan tugas maka dapat dikatakan sebagai siswa yang melakukan prokrastinasi (Ghufron dan Risnawita, 2010).

Masalah prokrastinasi atau penundaan menurut beberapa hasil analisis penelitian, merupakan salah satu masalah yang menimpa sebagian besar anggota masyarakat secara luas dan pelajar pada lingkungan yang lebih kecil. Seperti pada sebagian pelajar diluar negeri sekitar 25% - 75% dilaporkan bahwa prokrastinasi merupakan salah satu masalah dalam lingkup akademik para pelajar (Ferrari dkk, 1995).

Prokrastinasi akademik atau penundaan akademik didefinisikan sebagai meninggalkan tugas-tugas akademik, seperti mempersiapkan untuk ujian dan melakukan pekerjaan rumah (PR), sampai menit terakhir dan merasa tidak nyaman sehingga individu meninggalkan beberapa kegiatannya diatas. Hal ini digambarkan individu sengaja menunda tugas pada masalah – masalah akademis karena ketakutan atau individu mengalami cemas untuk berbuat kesalahan, dan ciri-ciri individu yang memiliki manajemen waktu yang buruk (Capan, 2010).

Istilah prokrastinasi berasal dari bahasa latin *procrastination* dengan awalan “pro” yang berarti mendorong maju atau bergerak maju dan akhiran “crastinus” yang berarti keputusan hari esok. Jika digabungkan menjadi “menangguhkan” atau “menunda sampai hari berikutnya” (Ghufron dan Risnawita, 2012). *American Collage Dictionary* menjelaskan tentang prokrastinasi sebagai menangguhkan suatu tindakan untuk melaksanakan suatu tugas yang akan dilaksanakan pada waktu atau hari lainnya (Burka dan Yuen, 1983).

Prokrastinasi dapat dikatakan sebagai suatu penundaan atau kecenderungan menunda-nunda memulai suatu kerja, namun prokrastinasi juga bisa dikatakan sebagai penghindaran tugas, yang di akibatkan perasaan yang tidak senang terhadap tugas dan ketakutan untuk gagal dalam mengerjakan tugas (Ghufron, 2003). Suatu penundaan sebagai prokrastinasi, apabila penundaan itu dilakukan pada tugas yang penting, dilakukan berulang-ulang secara sengaja dan menimbulkan perasaan yang tidak nyaman, secara subjektif dirasakan oleh seorang prokrastinator (Solomon dan Rothblum, 1984). Pendapat ini sejalan dengan ulasan Ellis dan Knaus yang mendefinisikan prokrastinasi sebagai suatu kegagalan untuk memulai maupun menyelesaikan suatu pekerjaan atau aktivitas pada waktu yang telah ditentukan (Rachmahana, 2002).

Penelitian yang telah dilakukan oleh Aitken menyatakan bahwa prokrastinasi yang terjadi dalam masyarakat pada umumnya berkisar antara 25% sampai 70% (Rachmahana, 2002). selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Green (1982) menjelaskan bahwa dampak dari prokrastinasi adalah adanya

penurunan kualitas kehidupan seseorang yang berakibat pada rendahnya kepuasan hidup prokrastinator tersebut. Seorang prokrastinator akan mengalami ketidaknyamanan psikologis yang dapat menyusahkan individu tersebut misalnya rasa bersalah dan penyesalan yang mendalam akibat tidak dapat menjalankan tugasnya dengan baik dan tepat waktu.

Prokrastinasi terjadi pada berbagai aspek kehidupan manusia. Pada lingkup akademik, penundaan yang dilakukan dinamakan dengan prokrastinasi akademik. Ferrari dkk. (Ghufron & Risnawita, 2012) mengatakan ciri-ciri prokrastinasi akademik adalah sebagai berikut: a) Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, b) Keterlambatan dalam mengerjakan tugas, c) Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, d) Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara singkat kepada siswa yang dilakukan peneliti pada tanggal 24 dan 25 Juli 2018 di SMA LTI IGM Palembang, ditemukan fenomena mengenai penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas yaitu siswa mengerjakan pekerjaan rumahnya di sekolah. Hal ini menyebabkan mereka terburu-buru dalam menyelesaikan tugas tersebut serta terlambat untuk mengumpulkannya. Ada di antaranya yang tidak segan menyatakan bahwa mereka tidak apa – apa jika mengerjakan atau membuat pekerjaan rumah di sekolah, karena mereka menganggap dengan mengerjakan tugas di sekolah tersebut tidak membawa konsekuensi besar bagi mereka.

Berdasarkan hasil wawancara menurut penuturan B (*personal communication*, 24 Juli 2018) mengatakan saat guru memberikan pekerjaan

rumah (PR) B bersama – sama beberapa teman satu kelasnya sering mengerjakan PR di sekolah sebelum pelajaran itu dimulai. B juga mengatakan bahwa saat subjek diberikan tugas oleh gurunya lagi subjek suka menunggu hasil tugas teman – temannya untuk menyelesaikan tugasnya tersebut.

Fenomena yang terjadi pada siswa SMA LTI IGM Palembang yaitu keterlambatan dalam menyelesaikan pekerjaan rumah (PR) pada pelajaran kimia siswa mengalami saat guru kimia memberikan tugasnya dan guru tersebut memberikan *deadline* mengumpulkan tugas tersebut dalam waktu sampai pertemuan pelajaran kimia selanjutnya agar hasilnya bisa langsung di bahas pada saat pertemuan selanjutnya tersebut namun terdapat beberapa orang siswa sampai saat pertemuan selanjutnya tersebut belum selesai mengerjakan tugas yang diberikan sehingga siswa-siswa tersebut mengalami keterlambatan mengumpulkan tugas dan membuat gurunya marah dan batal untuk membahas hasil dari tugas tersebut.

Berdasarkan hasil wawancara menurut penuturan R (*personal communication*, 24 Juli 2018) subjek sangat sering mengalami keterlambatan dalam mengerjakan tugas yang diberikan guru karena lupa dengan tugas yang diberikan maupun terkadang subjek merasa malas untuk mengerjakan tugas tersebut sendirian sebab subjek merasa sudah terlalu banyak tugas yang ingin dia kerjakan sehingga ia lebih memilih untuk mengerjakannya di sekolah pada hari *deadlinenya* tersebut namun karena tugasnya terlalu banyak sehingga membuat R tidak tepat waktu dalam mengumpulkannya .

Fenomena yang terjadi pada siswa SMA LTI IGM Palembang yaitu kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual yaitu pada saat guru sejarah memberikan tugas mandiri dan tugas tersebut harus dikumpulkan saat jam pelajaran usai atau pulang sekolah, terdapat E dan M mereka yang telah berencana akan mengerjakan tugas tersebut setelah jam istirahat agar bisa santai dalam mengerjakan tugas tersebut namun setelah bel jam istirahat berakhir mereka lupa untuk mengerjakan tugas tersebut dan mereka baru ingat untuk mengerjakan tugas tersebut setelah 15 menit jam sebelum pulang sekolah sehingga mereka berdua terburu-buru menyelesaikan tugas tersebut dengan hasil yang seadanya saja.

Berdasarkan hasil wawancara menurut penuturan M (*personal communication*, 25 Juli 2018) subjek awalnya telah berencana membuat tugas mandiri tersebut bersama teman sebangkunya E setelah jam istirahat tetapi karena lupa dengan tugas tersebut dan baru ingat pada saat 15 menit lagi waktu yang telah di tentukan guru sehingga subjek bersama temannya tersebut mengumpulkan hasil jawaban mereka hanya seadanya saja dan M juga mengatakan yang penting mengerjakan saja dulu benar atau salah jawaban tersebut itu urusan belakangan.

Fenomena yang terakhir pada ciri-ciri yang terdapat pada siswa SMA LTI IGM Palembang yaitu melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan, pada saat siswa mata pelajaran bimbingan konseling siswa sering diberikan pertanyaan mau belajar atau mau nonton film yang berbaur edukatif maka kebanyakan semua siswa menjawab mau nonton film edukatif tersebut karena bagi siswa nonton film itu lebih menyenangkan di bandingkan belajar siswi berinisial I (*personal communication*, 25 Juli 2018) mengatakan bahwa subjek dan teman-temannya

lebih suka menonton film edukatif karena baginya menonton itu merupakan hal yang sangat menyenangkan sedangkan belajar itu lebih membosankan apalagi jika menonton film edukatif selain bisa menghibur otak juga bisa memberikan pelajaran kepada siswa.

Peneliti juga mewawancarai guru BK pada tanggal 30 Agustus 2018 menurut penuturan Miss D selaku guru BK (*personal communication*, 30 Agustus 2018), Miss D menyatakan bahwa sebenarnya tidak menentu kelas berapa yang lebih sering melakukan prokrastinasi akademik atau menunda-nunda tugasnya karena setiap angkatan itu berbeda-beda terkadang angkatan kelas XII tahun ini bagus tapi kelas XII angkatan tahun kemarin agak kurang bagus tapi untuk angkatan tahun ini kelas X dan kelas XII lebih rajin mengerjakan tugas dibandingkan kelas XI mungkin dikarenakan kelas X masih dalam tahap adaptasi sekolah baru dan masih takut kalau tidak mengerjakan tugasnya sedangkan kelas XII mungkin mereka lebih bisa fokus mengerjakan semua tugas yang diberikan guru agar bisa mempersiapkan untuk lulus Ujian Nasional dan SNMPTN nanti.

Menurut penuturan Miss D siswa kelas XI masih mengalami fase mengenal diri sendiri sehingga mereka juga lebih menyukai kegiatan yang bersama dengan teman-temannya seperti suka membolos pelajaran, minggat sekolah, suka mengabaikan tugas yang diberikan guru, malas belajar, tidak berkonsentrasi dalam belajar, serta jarang masuk sekolah. Pelajaran yang sering ditunda-tunda siswa kelas XI adalah Bahasa Inggris, Sejarah, Kimia, dan Sosiologi.

Untuk memperkuat fenomena penulis menyebar angket awal sebanyak 260 kepada siswa SMA LTI IGM Palembang pada tanggal 29 Januari 2019 dan tanggal 20 - 21 Februari 2019 didapatkan sebanyak 69,2% atau 180 siswa dari 260 siswa yang menyatakan suka menunda tugas atau pekerjaan rumah bahkan sering mengerjakan pekerjaan rumah di sekolah dengan alasan yaitu malas, capek, serta tidak paham atau lupa cara menjawab soal-soal pekerjaan rumah tersebut sehingga mereka lebih memilih mengerjakan pekerjaan rumah di sekolah karena mereka merasa malas dan merasa berat untuk membawa buku pelajaran sehingga buku pelajaran sering mereka tinggalkan di dalam loker, hal ini menunjukkan bahwa adanya ciri – ciri prokrastinasi akademik yang pertama menurut Ferrari dkk (Ghufron & Risnawita, 2012), penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas.

Hasil selanjutnya 62,3% atau 163 siswa dari 260 siswa sering lupa dalam mengerjakan PR di rumah dan sering terlambat mengumpulkan tugas atau PR karena mereka mengatakan setelah pulang sekolah mereka jarang membuka buku karena sudah merasa bosan dan capek seharian sudah belajar di sekolah, hal ini menunjukkan bahwa adanya ciri – ciri prokrastinasi akademik yang kedua menurut Ferrari dkk (Ghufron & Risnawita, 2012), keterlambatan dalam mengerjakan tugas.

Hasil selanjutnya 56,9% atau 148 siswa dari 260 siswa santai dalam mengerjakan tugas atau PR bahkan mereka mengerjakan tugas setelah mendekati *deadline* selain itu siswa sering mengalami tidak tuntas (semampunya) mengerjakan tugas atau PR di rumah sehingga mereka mengerjakan pekerjaan

rumah di sekolah dengan melihat atau mencotek hasil pekerjaan rumah dari temannya karena bagi mereka itu lebih asyik dan lebih mudah, hal ini menunjukkan bahwa adanya ciri – ciri prokrastinasi akademik yang ketiga menurut Ferrari dkk (Ghufron & Risnawita, 2012), kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual.

Hasil selanjutnya 68,5% atau 178 siswa dari 260 siswa mengatakan mereka tidak memprioritaskan tugas sekolah atau PR karena terlalu banyak tugas sehingga merasa lelah dan mereka lebih memilih hal yang lebih menyenangkan lainnya seperti jalan - jalan bersama teman maupun bermain *gadget* mereka sendiri, dan siswa juga mengatakan kebanyakan dari mereka membutuhkan sistem belajar dengan cara baru yang lebih bervariasi dengan menggunakan sistem belajar yang berbentuk video dan berbentuk film edukatif ataupun belajar di luar kelas maupun di alam terbuka karena bagi mereka sudah merasa bosan dengan sistem belajar lama yang hanya terpaku belajar teori di dalam kelas, hal ini menunjukkan bahwa adanya ciri – ciri prokrastinasi akademik yang keempat menurut Ferrari dkk (Ghufron & Risnawita, 2012), melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan.

Terkait dengan prokrastinasi akademik ini banyak siswa mengalami kegagalan dalam tugas-tugas akademik yang dibebankan padanya, sehingga mempengaruhi prestasi yang dihasilkan oleh siswa. Kita sering melihat keterlambatan dalam pengumpulan tugas dan pengerjaannya, lebih mendahulukan main daripada belajar, PR yang tak terselesaikan dan lain sebagainya merupakan

bentuk dari prokrastinasi, sekalipun mungkin mereka juga sadar bahwa hal itu tidak lebih berguna daripada belajar.

Prokrastinasi akademik oleh Hsieh (Huda, 2006) dianggap sebagai suatu kecenderungan sifat yang dimiliki oleh pelajar yang sering menghadapi tugas-tugas yang mempunyai batas waktu. Seorang yang mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu, sesuai batas waktu yang telah ditentukan, sering mengalami keterlambatan, mempersiapkan sesuatu dengan sangat berlebihan, maupun gagal dalam menyelesaikan tugas sesuai batas waktu yang telah ditentukan, adalah dikatakan sebagai seorang yang melakukan prokrastinasi, sehingga prokrastinasi dapat dikatakan sebagai salah satu perilaku yang tidak efisien dalam menggunakan waktu, dan adanya kecenderungan untuk tidak segera memulai suatu kerja ketika menghadapi suatu tugas. Prokrastinasi dapat di pandang dari berbagai segi, karena prokrastinasi ini melibatkan berbagai unsur masalah yang kompleks, yang saling terkait satu dengan yang lainnya (Huda, 2006).

Ghufron dan Risnawita (2012) mengatakan terdapat dua faktor yang mempengaruhi seseorang melakukan prokrastinasi akademik, yakni faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi keadaan fisik individu seperti kelelahan (*fatigue*), dan kondisi psikologis individu yang turut memunculkan perilaku penundaan, seperti trait kemampuan sosial yang tercermin dalam *self regulation* dan tingkat kecemasan dalam berhubungan sosial serta besarnya motivasi yang dimiliki seseorang juga akan memengaruhi prokrastinasi secara negatif. Kemudian faktor eksternal berupa gaya pengasuhan orang tua, dan kondisi lingkungan yang turut mempengaruhi prokrastinasi seseorang.

Berdasarkan teori faktor tersebut maka salah satu faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik adalah regulasi diri. Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Morford (Beheshtifar, dkk, 2011) bahwa prokrastinasi terjadi akibat gagalnya regulasi diri.

Self regulation dalam bahasa latin *Self* artinya diri dan *regulation* adalah terkelola. Pengelolaan diri merupakan salah satu komponen penting dalam teori kognitif sosial (*social cognitive theory*). Albert bandura adalah orang yang pertama kali memublikasikan teori belajar sosial pada awal 1960an. Pada perkembangannya kemudian diganti namanya menjadi teori kognitif sosial pada 1986 dalam bukunya berjudul *Social foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory*. Konsep tentang pengelolaan diri ini menyatakan bahwa individu tidak dapat secara efektif berada beradaptasi terhadap lingkungannya selama mampu membuat kemampuan kontrol pada proses psikologi dan perilakunya (Ghufron dan Risnawita, 2012).

Zimmerman (Ghufron & Risnawita, 2012) berpendapat bahwa pengelolaan diri berkaitan dengan pembangkitan diri baik pikiran, perasaan serta tindakan yang direncanakan dan adanya timbal balik yang disesuaikan pada pencapaian tujuan personal. Dengan kata lain, pengelolaan diri berhubungan dengan metakognitif, motivasi, dan perilaku yang berpartisipasi aktif untuk mencapai tujuan personal.

Adapun ciri – ciri *Self Regulation* menurut Pintrich & Groot (1990), yaitu sebagai berikut: a) Kemampuan metakognitif untuk membuat perencanaan, *monitoring*, dan memodifikasi cara berfikir, b) Manajemen diri dan minat dalam

mengerjakan tugas-tugas akademik, seperti kemampuan bertahan dalam menyelesaikan tugas yang sulit, c) Strategi kognitif yang digunakan peserta didik untuk belajar, mengingat, dan mengerti materi-materi yang di pelajari.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara singkat kepada siswa yang dilakukan peneliti pada tanggal 24 dan 25 Juli 2018 di SMA LTI IGM Palembang, terdapat fenomena mengenai kemampuan metakognitif untuk membuat perencanaan, *monitoring*, dan memodifikasi cara berpikir yaitu terdapat perbedaan tingkah laku dan pendapat antara siswa yang memiliki kemampuan metakognitif untuk membuat perencanaan, *monitoring*, dan memodifikasi cara berpikir dengan siswa yang tidak memiliki kemampuan metakognitif untuk membuat perencanaan, *monitoring*, dan memodifikasi cara berpikir pada saat mata pelajaran fisika.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti pada saat proses belajar dan mengajar siswa-siswa yang memiliki ciri-ciri diatas mereka akan memperhatikan dengan baik materi yang diberikan gurunya sehingga pada saat gurunya memberikan mereka tugas mereka sudah paham untuk menyelesaikannya sedangkan sebagian siswa yang tidak memiliki ciri tersebut pada saat proses belajar dan mengajar siswa tersebut tidak memperhatikan dengan baik materi yang disampaikan gurunya, ia malah mengobrol dengan teman sebangkunya sehingga saat guru memberikan tugas kepada mereka, mereka tidak mengerti mengerjakan tugasnya tersebut.

Berdasarkan hasil wawancara pada siswa yang memiliki kemampuan metakognitif untuk membuat perencanaan, *monitoring*, dan memodifikasi cara berpikir menurut penuturan P (*personal communication*, 24 Juli 2018)

mengatakan bahwa P telah memiliki rencana setelah lulus sekolah ia akan melanjutkan kuliah dan ia akan berusaha sekuat tenaganya agar bisa lulus SNMPTN jalur undangan dengan begitu ia selalu memperhatikan dengan baik materi yang disampaikan gurunya tersebut walaupun terkadang ia pernah merasa kesulitan dalam belajar namun ia bisa mengubah pola pikirnya untuk menanyakan kepada gurunya maupun konsultasi dengan guru bimbelya.

Sedangkan hasil wawancara pada siswa yang tidak memiliki kemampuan metakognitif untuk membuat perencanaan, *monitoring*, dan memodifikasi cara berpikir menurut penuturan A (*personal communication*, 24 Juli 2018) mengatakan bahwa A tidak menyukai pelajaran fisika karena guru pelajaran fisika suka memberikan tugas terlalu banyak sehingga setiap kali guru fisika menjelaskan A lebih memilih mengobrol bersama temannya O karena dia menganggap pelajaran fisika itu sangat berat untuk di pelajari dan tidak terlalu penting pada saat di dunia perkuliahannya nanti, sebab A telah berencana tidak akan memilih dan tertarik masuk jurusan perkuliahan yang lebih dominan yang ada pelajaran fisika, kimia, maupun pelajaran berhitung lainnya melainkan A lebih tertarik memilih jurusan perkuliahan yang banyak menginggat seperti jurusan kesenian, jurusan psikologi, jurusan bahasa inggris, dll bahkan A tidak terlalu tertarik untuk memperebutkan lulus SNMPTN jalur undangan di sekolahnya..

Fenomena yang terjadi pada siswa SMA LTI IGM Palembang yaitu manajemen diri dan minat dalam mengerjakan tugas - tugas akademik, seperti kemampuan bertahan dalam menyelesaikan tugas yang sulit terdapat 2 perbedaan

pendapat antara yang memiliki dan tidak ciri-ciri diatas. Berdasarkan hasil wawancara awal menurut menurut penuturan siswa yang bisa manajemen diri dan minat dalam mengerjakan tugasnya yaitu siswa berinisial S (*personal communication*, 25 Juli 2018) S tersebut mengatakan walaupun tugas apapun yang diberikan gurunya dan seberat apapun tugas tersebut S harus berusaha untuk mengerjakan tugas tersebut walaupun minta bantuan temannya karena baginya setiap tugas yang diberikan guru itu tidak mungkin sia-sia.

Menurut penuturan siswa yang tidak bisa manajemen diri dan minat dalam mengerjakan tugasnya yaitu siswa berinisial F (*personal communication*, 25 Juli 2018) F mengatakan bahwa F sering mengantuk dan tidak memperhatikan dengan baik materi yang diberikan gurunya ketika mata pelajaran yang F tidak sukai seperti pelajaran matematika dan ekonomi sehingga membuat F sering bolos sekolah dan sering tidak masuk sekolah pada hari yang ada jadwal pelajaran yang F tidak sukai tersebut dan F juga sering mengajak minggat temannya ketika guru pada pelajaran matematika maupun ekonomi tersebut memberikan tugas karena F merasa pelajaran tersebut sangat sulit untuk diselesaikan.

Fenomena yang terakhir pada ciri-ciri yang terdapat pada siswa SMA LTI IGM Palembang yaitu strategi kognitif yang digunakan peserta didik untuk belajar, mengingat, dan mengerti materi-materi yang di pelajari kebanyakan dari siswa – siswi SMA LTI IGM pada saat gurunya memberikan materi, beberapa siswa ada yang langsung mencatat materi tersebut kedalam buku catatan khusus mata pelajaran tersebut dan ketika di rumah langsung membuka kembali catatan tersebut dan ada juga hanya mencatat saja namun tidak membaca ulang materi

tersebut ketika di rumah. Bahkan ada juga sebagian dari siswa tersebut tidak mencatat materi tersebut sama sekali.

Berdasarkan hasil wawancara awal fenomena terakhir yaitu strategi kognitif yang digunakan peserta didik untuk belajar, mengingat, dan mengerti materi-materi yang di pelajari menurut penuturan S (*personal communication*, 25 Juli 2018) mengatakan bahwa S sangat rajin untuk mencatat materi yang diberikan oleh semua guru mata pelajaran di sekolah. Namun, pada saat setelah pulang sekolah ia selalu membaca ulang pelajaran tersebut agar bisa lebih mengingat materi yang telah di berikan gurunya tersebut, dan menurut penuturan H (*personal communication*, 25 Juli 2018) mengatakan bahwa H juga sangat rajin untuk mencatat materi yang diberikan oleh semua guru mata pelajaran di sekolah.

Namun setelah pelajaran itu selesai H tidak pernah membaca ulang catatannya tersebut karena H merasa malas untuk mengulang kembali pelajaran yang diberikan gurunya dan lebih memilih melakukan hal yang lebih menyenangkan lain seperti main *handphone*, jalan bersama temannya dan S juga mengatakan pada saat ada tugas yang diberikan guru atau mau ulangan baru lah S membuka semua catatan tersebut terkadang S juga lebih memilih melihat hasil yang sudah dikerjakan oleh temannya. Sedangkan menurut penuturan I (*personal communication*, 25 Juli 2018) mengatakan bahwa I malas untuk mencatat materi yang di berikan dan I pun tidak menganggap materi itu penting dan ia lebih memilih untuk mencotek hasil temannya ketika ulangan maupun ketika ia memiliki tugas yang diberikan gurunya.

Berdasarkan hasil wawancara yang mendukung penelitian peneliti menurut beberapa guru mata pelajaran dan wali kelas siswa pada tanggal 30 Agustus 2018 berdasarkan hasil wawancara pertama menurut penuturan Miss R selaku wali kelas siswa (*personal communication*, 30 Agustus 2018), Miss R mengatakan kebanyakan siswa yang mengalami *self regulation* rendah itu siswa yang tidak memiliki perencanaan untuk lulus SNMPTN jalur undangan sehingga membuat siswa tidak memiliki motivasi dan menganggap enteng dalam belajar dan biasanya siswa yang mengalami *self regulation* rendah ini dialami oleh siswa yang *broken home*.

Berdasarkan hasil wawancara kedua menurut penuturan Miss N selaku guru mata pelajaran matematika (*personal communication*, 30 Agustus 2018), Miss N mengatakan bahwa siswa yang mengalami *self regulation* rendah biasanya siswanya jarang masuk sekolah, jarang buat pekerjaan rumah (PR), sering minggat atau bolos sekolah, dan pada saat guru menjelaskan materi siswa tersebut lebih sibuk dengan dunia sendiri seperti mengobrol bersama temannya, menidurkan kepalanya di mejanya saat guru menjelaskan, bahkan ada yang minggat keluar kelas untuk makan di kantin.

Berdasarkan hasil wawancara ketiga mengenai keterkaitan antara *self regulation* dan prokrastinasi akademik menurut penuturan Miss S selaku guru mata pelajaran kimia (*personal communication*, 30 Agustus 2018), Miss S mengatakan bahwa di setiap sekolah prokrastinasi akademik itu pasti ada. Karena prokrastinasi atau kata lain menunda sesuatu adalah hal yang sangat manusiawi yang sering dilakukan semua orang. Namun, dalam hal ini kaitannya dengan *self*

regulation pada siswa biasanya siswa yang mengalami *self regulation* yang rendah seperti siswa yang jarang masuk sekolah, siswa yang sering mingsat atau bolos sekolah akan lebih tinggi melakukan prokrastinasi akademiknya di sekolah seperti menunda mengerjakan tugas sekolah, menunda mengerjakan pekerjaan rumah (PR), serta melakukan SKS (Sistem Kebut Semalam) saat mau ujian sedangkan siswa yang *self regulation* yang tinggi seperti siswa yang rajin masuk sekolah, dan siswa yang selalu mematuhi aturan sekolah maka akan mengalami prokrastinasi akademiknya cenderung lebih rendah yang dilakukan oleh siswa *self regulation* yang tinggi tersebut.

Untuk memperkuat fenomena penulis menyebar angket awal sebanyak 260 kepada siswa SMA LTI IGM Palembang pada tanggal 29 Januari 2019 dan tanggal 20 - 21 Februari 2019 didapatkan sebanyak 56,9% siswa atau 148 siswa dari 260 siswa yang mengalami *self regulation* rendah yang menyatakan bahwa mereka belum memiliki rencana untuk masa depan disebabkan masih menikmati masa bermain dengan teman selain itu kebanyakan dari mereka merasa takut dan malas untuk konsultasi kepada guru jika mengalami kesulitan dalam belajar, hal ini menunjukkan bahwa siswa belum adanya ciri - ciri *Self Regulation* yang pertama menurut Pintrich & Groot (1990), kemampuan metakognitif untuk membuat perencanaan, monitoring, dan memodifikasi cara berfikir.

Hasil selanjutnya 74,2% atau 193 siswa dari 260 siswa mengatakan mereka akan mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru tergantung dengan guru yang mengajar apabila gurunya *killer* maka tugas yang diberikan akan mereka kerjakan semuanya namun jika gurunya tidak *killer* mereka mengerjakan tugas

semampunya bahkan tak jarang mereka juga mengabaikan tugas yang diberikan gurunya tersebut, dan siswa juga sering mengobrol dan mengantuk di kelas pada saat mendengarkan guru menjelaskan materi pelajaran, hal ini menunjukkan bahwa siswa belum adanya ciri - ciri *Self Regulation* yang kedua menurut Pintrich & Groot (1990), manajemen diri dan minat dalam mengerjakan tugas – tugas akademik, seperti kemampuan bertahan dalam menyelesaikan tugas yang sulit.

Hasil selanjutnya 62,7% atau 163 siswa dari 260 siswa mengatakan mereka jarang mencatat materi yang diberikan guru karena tergantung dari *mood* mereka. Bahkan mereka tidak mengulangi pelajaran yang diberikan guru setelah pulang sekolah disebabkan mereka sudah merasa capek dan bosan setelah seharian di sekolah, hal ini menunjukkan bahwa siswa belum adanya ciri - ciri *Self Regulation* yang ketiga menurut Pintrich & Groot (1990), strategi kognitif yang digunakan peserta didik untuk belajar, mengingat, dan mengerti materi-materi yang di pelajari.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Misdarly, Zubir, dan Mulyani (2015) dalam penelitiannya yang berjudul hubungan regulasi diri dengan prokrastinasi akademik peserta didik kelas X di SMK N 6 Padang. Pada penelitiannya terhadap peserta didik kelas X di SMK N 6 Padang, diperoleh hasil ada hubungan negatif yang signifikan antara regulasi diri dengan prokrastinasi akademik pada peserta didik kelas X di SMK N 6 Padang, Artinya semakin tinggi regulasi diri, maka semakin rendah prokrastinasi akademik pada peserta didik di SMK N 6 Padang, dan sebaliknya semakin rendah regulasi diri, maka semakin tinggi prokrastinasi akademik pada peserta didik di SMK N 6 Padang.

Berdasarkan fenomena diatas peneliti tertarik untuk meneliti hubungan antara *Self Regulation* dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA LTI IGM Palembang.

B. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui ada hubungan antara *self regulation* dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMA LTI IGM Palembang.

C. Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat teoritis dan praktis, adapun manfaat yang diperoleh dari penelitian ini adalah :

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan mampu memberikan pengetahuan dan dapat bermanfaat bagi pengembangan kajian psikologi, khususnya pada psikologi sosial dan psikologi pendidikan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Siswa

Penelitian ini diharapkan dapat memberi wawasan bagi siswa mengenai *self regulation* dan prokrastinasi akademik.

b. Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan bagi sekolah sehingga pihak sekolah dapat memantau perkembangan siswa khususnya bagi siswa yang sering mengalami prokrastinasi akademik.

D. Keaslian Penelitian

Penelitian mengenai Hubungan antara *Self Regulation* dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA LTI IGM Palembang, yang pernah dilakukan oleh beberapa penelitian terdahulu. Penelitian pertama adalah penelitian yang dilakukan oleh Purnamasari dan Pratisti (2014) dengan judul *Hubungan antara regulasi diri dengan prokrastinasi akademik menyelesaikan tugas pada asisten mata kuliah praktikum*. Subjek penelitian ini adalah asisten mata kuliah praktikum di fakultas psikologi, farmasi, dan teknik yang berjumlah 126 orang. Pengambilan sampel menggunakan *cluster random sampling*.

Metode analisis data menggunakan teknik analisis *product moment*. Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh nilai koefisien $r_{xy} = -0,732$, $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Hasil ini menunjukkan ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara regulasi diri dengan prokrastinasi menyelesaikan tugas pada asisten mata kuliah praktikum. Semakin tinggi regulasi diri maka semakin rendah prokrastinasi menyelesaikan tugas, demikian sebaliknya semakin rendah regulasi diri maka semakin tinggi prokrastinasi menyelesaikan tugas. Sumbangan efektif regulasi diri terhadap prokrastinasi menyelesaikan tugas sebesar 53,6%. Regulasi diri pada subjek penelitian tergolong tinggi, ditunjukkan rerata empirik (RE) = 71,20 dan

rerata hipotetik (RH) = 48. Prokrastinasi menyelesaikan tugas pada subjek penelitian tergolong sedang, ditunjukkan rerata empirik (RE) = 81,52 dan rerata hipotetik (RH) = 78.

Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Ardina dan Wulan (2016) dengan judul *Pengaruh regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik pada siswa SMA*. Sampel penelitian ini adalah siswa kelas X SMA Negeri 10 Jakarta. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *cluster random sampling*. Analisis statistik yang digunakan untuk menguji hipotesis adalah analisis regresi dengan menggunakan program *SPSS versi 19* dan *Rasch Model*. Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan antara regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik. Pengaruh yang dihasilkan bersifat negatif. Hal ini menunjukkan semakin tinggi regulasi diri, maka akan berdampak terhadap menurunnya prokrastinasi akademik. Besar pengaruh yang dihasilkan regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik adalah 29,3% dan sisanya 70,7% dipengaruhi oleh faktor lain.

Kemudian, penelitian yang dilakukan oleh Irawati (2013) dengan judul *Hubungan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa semester 6 Prodi Teknik Industri UNS yang berjumlah 95 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Cluster Random Sampling*. Sampel yang digunakan yaitu 2 kelas yang berjumlah 65 orang. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Penelitian ini menggunakan Teknik analisis *Product Moment*. Hasil analisis data menunjukkan hipotesis diterima, diperoleh nilai koefisien korelasi (r)

sebesar -0,531 dengan $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Kesimpulan yang diperoleh dari penelitian ini adalah ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Sumbangan efektif variabel efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik sebesar 28,2%. Efikasi diri pada subyek penelitian tergolong sedang dan prokrastinasi akademik pada subyek penelitian tergolong tinggi.

Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Rebetz MML, dkk. (2018) dengan judul *Procrastination as a Self-Regulation Failure: The Role of Impulsivity and Intrusive Thoughts*. Populasi dalam penelitian ini adalah 141 peserta terdiri dari (87 perempuan dan 54 laki-laki). Hasil utama menunjukkan bahwa urgensi menengahi hubungan antara ruminasi dan penundaan, sedangkan ruminasi tidak memediasi hubungan antara urgensi dan penundaan. Kurangnya ketekunan memediasi hubungan antara lamunan dan penundaan, dan melamun memediasi hubungan antara kurangnya ketekunan dan penundaan. Penelitian ini menyoroti peran impulsivitas dan pikiran yang mengganggu dalam penundaan, menentukan hubungan antara masalah pengaturan diri ini, dan memberikan wawasan ke dalam mekanisme yang mendasari (potensi) mereka. Ini juga membuka prospek yang menarik untuk strategi manajemen untuk mengimplementasikan intervensi psikologis yang ditargetkan untuk mengurangi manifestasi impulsif atau kesulitan kontrol pikiran yang menyertai penundaan.

Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Balkis dan Duru (2015) dengan judul *Procrastination, self-regulation failure, academic life satisfaction, and affective well-being: underregulation or misregulation form*. Populasi dalam

penelitian ini adalah 328 mahasiswa sarjana berpartisipasi dalam penelitian (76,8% perempuan dan 23,2% laki-laki). Temuan paling jelas yang muncul pada penelitian ini adalah bahwa ketiadaan atau kurangnya keterampilan pengaturan diri, sebagai indikator *underregulation*, memainkan signifikan peran dalam penundaan di kalangan mahasiswa. Apakah penundaan adalah peraturan di bawah aturan atau bentuk misregulasi kegagalan pengaturan diri, itu memiliki dampak negatif pada efektif siswa kesejahteraan. Kontribusi dan implikasi dari temuan ini di bahas secara rinci.