

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Sekolah merupakan salah satu tempat pendidikan untuk dapat mengembangkan kemampuan yang dimiliki siswa baik dalam segi kognitif, afektif maupun psikomotor melalui proses pembelajaran yang dilakukan di sekolah. Pendidikan juga merupakan aspek penting yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia, menjadi mandiri, dan menciptakan manusia yang dapat bertanggung jawab terhadap diri sendiri dan orang lain. Sekolah Menengah Atas (SMA) adalah jenjang pendidikan formal yang dirancang untuk mempersiapkan siswa mengikuti pelatihan di pendidikan tinggi. Semua sekolah menginginkan siswanya untuk mematuhi peraturan sekolah, belajar dengan giat, menyelesaikan tugas yang diberikan, dan bekerja dengan baik. Namun, mewujudkan keinginan tersebut tidak mudah bagi semua sekolah. Perbedaan perilaku belajar siswa mempengaruhi keberhasilan yang dicapai. Perilaku belajar yang baik dapat dicapai jika siswa sadar akan tanggung jawabnya sebagai siswa. Siswa cenderung dalam menunda-nunda apa yang bisa mereka lakukan saat itu karena berbagai alasan, sehingga waktu yang diberikan tidak dikelola dengan baik. Sebagian besar siswa memiliki ide yang salah, siswa berpikir mereka memiliki cukup waktu dan dapat dengan mudah menyelesaikannya.

Sering kali di dapatkan bahwa hampir semua siswa pernah melakukan prokrastinasi akademik baik laki-laki maupun perempuan, selain itu alasan melakukan

prokrastinasi akademik dalam tugas maupun belajar karena siswa merasa malas, tidak bisa mengerjakan dan lebih tertarik melakukan kesenangan atau hobi yang dimiliki. Kemudian, siswa-siswa tersebut memilih mengerjakan tugas ketika mendekati hari pengumpulan atau menundanya karena mau menyontek teman ketika di Sekolah. Siswa yang memiliki *self control* rendah cenderung tidak bisa mengontrol keinginan dari dalam dirinya untuk melakukan prokrastinasi akademik karena siswa-siswa tersebut tidak memikirkan dampak buruk dari tindakannya tersebut. Namun, siswa-siswa yang memiliki *self control* tinggi, ketika akan melakukan prokrastinasi akademik memikirkan terlebih dahulu dampak-dampaknya apa saja dari tindakan tersebut.

Prokrastinasi pula mempunyai beberapa dampak yang bisa dirasakan secara langsung juga tidak langsung dari para pelakunya. Beberapa dampak berdasarkan prokrastinasi antara lain merupakan kemungkinan mengalami kecemasan yang lebih tinggi dibanding murid lainnya. Tidak hanya itu, mereka yang prokrastinator tadi pula mempunyai kecemasan, kekhawatiran, dan depresi dibanding murid yang tidak melakukan prokrastinasi. Tidak heran mereka memiliki tingkat stres yang lebih tinggi dan persepsi kesehatan yang lebih buruk. Dalam jangka panjang maupun jangka pendek, hal di atas dapat menghasilkan sebuah kemungkinan bahwa seorang prokrastinator dikemudian hari akan mendapatkan nilai yang buruk. Selain itu, dampak dari perilaku prokrastinasi akademik akan menghasilkan karakteristik siswa yang pemalas, kurang percaya diri dengan kemampuannya, dan mudah menyerah. Kemudian, hasil dari mengerjakan tugas yang ditunda tersebut juga tidak akan

maksimal, tidak dipikirkan dengan matang-matang, seadanya yang penting tugas selesai.

Salah satu fenomena perilaku yang dilakukan oleh siswa adalah penundaan dalam Menyelesaikan Tugas (prokrastinasi akademik) terlihat pada siswa-siswi, dari hasil observasi langsung terdapat siswa yang lalai dalam proses pembelajaran dan lalai dalam menyelesaikan Pekerjaan Rumah (PR). Informasi yang didapatkan dalam buku catatan dari guru mata pelajaran, dan Guru Bimbingan dan Konseling terlihat 5-10 siswa yang mengerjakan tugas pada saat berada di sekolah. Selanjutnya, ditemukannya siswa yang belum mengerjakan tugas sekolah dikarenakan datang terlambat pada saat jam pelajaran berlangsung, tidur pada saat jam pelajaran, dan sering tidak masuk atau tidak hadir sekolah. Berdasarkan hal tersebut dapat dikatakan bahwa siswa melakukan prokrastinasi akademik bukan hanya pada penyelesaian tugas saja tetapi melakukan penundaan dan lalai dalam melaksanakan tugas sekolah yang dijalannya.

Data yang didapatkan melalui guru bimbingan konseling dari hasil observasi dan wawancara dengan bukti melalui dokumentasi foto pada tanggal 28 Januari 2022 diketahui bahwa mayoritas peserta didik kelas XI IPS 1 IPS 2 dan IPS 3 berjumlah 93 orang di SMA Negeri 6 Palopo yang menjadi subjek dalam penelitian ini memiliki tingkat *self control* yang sedang dengan persentase 72%. Tingkat *self control* yang sedang menunjukkan bahwa sebagian besar peserta didik SMA Negeri 6 Palopo cukup mampu dalam mengontrol perilakunya, cukup mampu mengontrol kognitifnya, serta cukup mampu dalam mengontrol keputusannya. Tingginya prokrastinasi dalam 1 kelas

sekitar 7-11 orang yang melakukan prokrastinasi. Terdapat siswa-siswi yang tidak dapat mengatur waktu dengan baik, banyak siswa yang merasa sibuk terhadap suatu tugas yang diberikan, bercerita dan melakukan kegiatan lain, banyak waktu yang digunakan siswa secara percuma dalam hal yang tidak penting, sehingga mereka lalai dalam mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru. Tingkat *self control* yang rendah menunjukkan bahwa sebagian besar peserta didik SMA Negeri 6 Palopo melakukan prokrastinasi dalam hal akademik.

Siswa sering kali perlu aktif dalam proses belajar, jadi banyak agenda akademik harus diisidengan benar dan akurat waktu. Namun, dalam proses pembelajaran masih ada siswa di sekolah dengan masalah sekolah seperti Penundaan prestasi akademik. siswa mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai batas waktu yang telah ditentukan, mempunyai kecenderungan untuk menunda atau tidak segera memulai pekerjaan, ketika menghadapi suatu pekerjaan dan tugas disebut seseorang yang melakukan prokrastinasi.

Prokrastinasi akademik dapat diartikan sebagai seseorang yang mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai batas waktu di tentukan, Dengan sering mengalami keterlambatan, mempersiapkan sesuatu dengan sangat berlebihan dan gagal dalam menyelesaikan tugas sesuai batas waktu yang telah di tentukan. Orang yang tidak segera mengerjakan tugas atau menunda untuk mengerjakan suatu tugas atau pekerjaan disebut orang yang melakukan prokrastinasi, baik penundaan tersebut beralasan atau tidak. Setiap penundaan dalam pengerjaan suatu tugas atau pekerjaan disebut dengan prokrastinasi. Untuk mencegah

prokrastinasi pada siswa, maka siswa harus memiliki *self control* yang positif agar proses belajar mengajar siswa terpenuhi.

Self control dapat diartikan sebagai suatu aktivitas pengendalian tingkah laku yang dilakukan oleh seseorang. *Self control* dapat diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa remaja ke arah konsekuensi positif. Semakin tinggi *self control* seseorang, maka semakin menurun perilaku atau tindakan negatif yang dilakukan oleh orang tersebut. Siswa harus memiliki potensi dalam mengontrol diri supaya dia dapat mengarahkan dan mengatur perilaku yang lebih positif. Siswa yang memiliki *self control* yang tinggi mampu mengatur dirinya supaya tidak ikut-ikutan dalam menunda-nunda tugasnya seperti temannya, untuk itu diperlukan stimulus positif di lingkungannya.

Kemampuan mengontrol diri berarti siswa berusaha dengan sekuat kuatnya mengarahkan perilaku terhadap sesuatu yang bermanfaat dan dapat diterima secara sosial. *Self control* memungkinkan remaja berpikir atau berperilaku yang lebih terarah, dapat menyalurkan dorongan-dorongan perasaan dalam dirinya secara benar dan tidak menyimpang dari norma-norma dan aturan-aturan yang berlaku di lingkungan sekitarnya.

Kurangnya *self control* dapat terlihat dari sikap maupun perilaku anak muda di era masa kini yang semakin menyimpang. Banyak kasus yang melibatkan sikap atau perilaku anak muda yang menyimpang dari nilai-nilai yang sudah ada dan dikembangkan di beberapa daerah serta perilaku yang memiliki *self control* yang

rendah seperti siswa mengalami pergaulan yang salah dengan teman sebayanya, emosi yang meluap-luap dan tidak terkendali, serta kurangnya memiliki sikap yang mencerminkan jati diri mereka sendiri. Hal ini menjadi hambatan dalam diri maupun sosial mereka. Oleh karenanya kemampuan mengontrol diri menjadi hal yang penting dan mendasar demi membangun kepribadian yang sesuai dengan jati diri mereka sendiri.

Individu yg mempunyai *self control* akan mempunyai kesiapan diri buat berperilaku sinkron menggunakan tuntutan norma, adat, nilai-nilai yg berdasarkan ajaran kepercayaan dan tuntutan lingkungan warga pada mana individu tadi tinggal. *Self control* adalah satu potensi yg bisa dikembangkan dan dipakai individu selama proses-proses pada kehidupan, termasuk pada menghadapi syarat yg masih ada pada lingkungan sekitarnya.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti pada guru Bimbingan Konseling dengan bukti rekaman suara pada hari Senin, 24 Februari 2022 jam 09:11. Siswa menganggap tugas-tugas akademik sebagai sesuatu yang sangat membosankan karena mereka menganggap tugas-tugas akademik tersebut sulit untuk diselesaikan sehingga mereka menunda-nunda mengerjakannya dan mereka mencari sesuatu yang menyenangkan. Siswa yang mengakui bahwa mereka berusaha mengerjakan tugas-tugas akademik dengan sangat baik dan teliti tetapi mereka melupakan batas waktu pengumpulan tugas tersebut. Berdasarkan wawancara yang dilakukan dengan wali kelas di SMA Negeri 6 Palopo, mendapat penjelasan bahwa setiap tugas yang diberikan kepada para siswa, sering dikumpulkan melewati waktu

yang telah ditentukan. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa siswa SMA Negeri 6 Palopo melakukan prokrastinasi terhadap tugas-tugas akademik.

Menunda mengerjakan tugas, menunjukkan bahwa para siswa SMA Negeri 6 Palopo belum dapat mengelola waktu belajar dengan baik. Indikatornya adalah tidak memiliki jadwal belajar yang tetap. Setelah berbincang-bincang dengan guru Bimbingan Konseling bahwa Hanya 50% siswa yang mengerjakan tugas pada hari yang sama dengan tugas diberikan. Sisanya, 20% siswa yang mengerjakan tugas pada malam menjelang tugas dikumpulkan. Adapun 30% siswa lainnya mengerjakan tugas pada saat tugas hendak dikumpulkan, misalnya pagi hari di sekolah. Jadi, prokrastinasi akademik peserta didik di SMA Negeri 6 Palopo dalam mengerjakan tugas berada pada kategori cukup tinggi, artinya peserta didik di SMA Negeri 6 Palopo cukup prokrastinasi dilihat dari kelambanan dan keterlambatan dalam mengerjakan tugas.

Kecenderungan prokrastinasi akademik pada siswa SMA Negeri 6 Palopo tersebut menunjukkan bahwa penundaan tugas yang tidak bertujuan dan berakibat negatif di kalangan siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) bukanlah hal yang baru. Siswa semakin terbiasa mengerjakan tugas menjelang batas waktu yang ditentukan. Padahal siswa telah mengalami proses belajar di sekolah selama 6 tahun di SD dan 3 tahun di SMP ternyata memiliki pola belajar yang tidak terencana dengan baik seperti kebiasaan menunda mengerjakan tugas-tugas akademik. Hal ini terjadi bukan karena siswa kekurangan waktu, tetapi karena adanya beberapa faktor internal dan eksternal mempengaruhi siswa untuk terus menunda-nunda mengerjakan tugas (harahap, 2017).

Adapun penyebab prokrastinasi akademik adalah faktor eksternal yaitu termasuk lingkungan keluarga, dimana lingkungan keluarga terutama orang tua akan menentukan bagaimana anak dapat mengontrol dirinya. Jika orang tua sangat mendisiplinkan anaknya sejak usia dini, dan orang tua juga setuju dengan segala akibat yang ditimbulkan anak jika anak menyimpang dari apa yang telah ditentukan. Adapun faktor internal yaitu faktor yang berperan dalam pengendalian diri adalah usia, semakin tua seseorang maka semakin baik kemampuan untuk mengendalikan diri, faktor internal lainnya adalah lingkungan sekitar.

Hasil penelitian terdahulu dengan judul skripsi pengaruh *self control* terhadap prokrastinasi akademik siswa pada mata pelajaran ekonomi kelas XI SMA N 1 Kerumutan Kabupaten Pelalawan, oleh Humarani 2021. Dengan penelitian ini menggunakan angket dan bantuan dokumentasi. *Self control* di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kerumutan Kabupaten Pelalawan kelas XI sebesar 80% dalam rentang 80%-100% dan termasuk kategori sangat baik atau sangat tinggi. Prokrastinasi akademik termasuk kedalam kategori cukup baik atau cukup tinggi yakni 65% dari rentang 56%-65%. Besarnya korelasi variabel *self control* terhadap variabel prokrastinasi akademik siswa pada mata pelajaran Ekonomi kelas XI Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kerumutan Kabupaten Pelalawan dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara *self control* terhadap prokrastinasi akademik siswa dengan kategori rendah yakni -0,298 yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara *self control* terhadap prokrastinasi akademik siswa. Artinya semakin tinggi *self control* maka semakin rendah prokrastinasi akademik

siswa, dan begitu pula sebaliknya bahwa semakin rendah *self control* maka akan semakin tinggi pula prokrastinasi akademik siswa.

Berdasarkan hasil penelitian dengan judul” HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS, oleh Fazaiz Khoirotn Chisan dan Miftakhul Jannah yang telah dilakukan terhadap siswa SMA “X”, diperoleh hasil uji hipotesis hubungan antara kontrol diri dan prokrastinasi akademik dengan nilai koefisien korelasi sebesar -0,603 dan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p > 0,05$). Nilai signifikansi yang dimiliki lebih besar dari pada 0,05, maknanya terdapat hubungan antara kontrol diri dan prokrastinasi akademik pada siswa SMA “X” dan hipotesis diterima. Selain itu, nilai koefisien korelasi menunjukkan minus yang berarti hubungan antara kontrol diri dan prokrastinasi akademik pada siswa SMA “X” bersifat negatif dan memiliki derajat hubungan yang kuat. Sifat hubungan kedua variabel ini juga dapat dikatakan berbanding terbalik, semakin tinggi kontrol diri yang dimiliki oleh siswa SMA “X” maka perilaku prokrastinasi yang dimunculkan akan semakin rendah. Sebaliknya, semakin rendah kontrol diri yang dimiliki oleh siswa SMA “X” maka semakin tinggi perilaku prokrastinasi yang akan dimunculkan oleh siswa. Pada SMA “X” terdapat 67.2% siswa yang termasuk kedalam kategori kontrol diri sedang dan 66.4% siswa yang termasuk kedalam kategori prokrastinasi akademik sedang (Chisan and Jannah 2021).

Perbedaan dari penelitian di atas dengan penelitian yang peneliti akan teliti adalah penelitian di atas hanya memfokuskan pada satu mata pelajaran antara *self control* dengan prokrastinasi akademik siswa pada mata pelajaran ekonomi sedangkan

penelitian yang akan peneliti lakukan dengan mengambil semua mata pelajaran di semua kelas XI IPS di SMA Negeri 6 Palopo dengan alasan ingin mengetahui apakah perilaku prokrastinasi akademik dilakukan pada semua mata pelajaran atau hanya sebagian mata pelajaran di kelas XI SMA Negeri 6 Palopo.

Proses pendidikan di bangku sekolah SMA Negeri 6 Palopo, prokrastinasi dapat dikatakan sebagai salah satu perilaku yang tidak efisien dalam menggunakan waktu dan adanya kecenderungan untuk tidak segera memulai suatu pekerjaan ketika menghadapi suatu tugas. Sebagai seorang siswa yang mempunyai kewajiban untuk belajar, jika mempunyai *self control* yang tinggi, mereka akan mampu memandu, mengarahkan, dan mengatur perilaku sehingga dapat menghindari perilaku prokrastinasi. Sebaliknya, jika seorang siswa memiliki *self control* yang rendah, ia akan cenderung untuk melakukan hal-hal yang lebih menyenangkan dirinya, dengan bermain game online, menonton televisi dan sebagainya, sehingga cenderung untuk mengabaikan tugas-tugas akademiknya. Salah satu fenomena perilaku yang dilakukan oleh siswa adalah penundaan menyelesaikan tugas karena lalai atau tidak memperhatikan akibatnya terlalu banyak bermain handphone.

Penelitian ini diarahkan secara khusus untuk membuktikan pengaruh *self control* terhadap prokrastinasi akademik. Penelitian ini menjadi penting karena hasil dari penelitian ini diharapkan dapat dimanfaatkan oleh guru Bimbingan Konseling sebagai bahan masukan dalam mengurangi prokrastinasi akademik peserta didik melalui peningkatan *self control* yang diberikan melalui layanan Bimbingan dan Konseling.

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dipaparkan sebelumnya, maka peneliti tertarik untuk mengangkat masalah tersebut ke dalam penelitian dengan judul **“Pengaruh *Self control* Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Di SMA Negeri 6 Palopo”**.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah” Seberapa besar pengaruh *self control* terhadap prokrastinasi akademik pada siswa SMA Negeri 6 Palopo?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah yang telah di paparkan di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *self control* dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMA Negeri 6 Palopo.

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat yang dapat di peroleh dari penelitian ini ada 2 yaitu secara teoritis dan praktis sebagai berikut:

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini di harapkan dapat memberikan manfaat bagi peneliti sejenis. Selain itu, penelitian ini di gunakan untuk mengetahui tentang pengaruh *self control* dan prokrastinasi.

1.4.2 Manfaat Praktis

Hasil penelitian secara praktis juga di harapkan dapat menjadi salah satu dasar pengetahuan dasar bagi siswa guna meminimalisir prokrastinasi akademik. Penelitian ini di harapkan memberikan manfaat secara praktis

berupa berupa memberikan sajian data mengenai *self control*, serta prokrastinasi akademik siswa SMA Negeri 6 Palopo khususnya kelas XI Palopo. Penelitian ini juga menyajikan data tentang pengaruh *self control* terhadap prokrastinasi akademik siswa XI SMA. berdasarkan penelitian tersebut diharapkan siswa SMA Negeri 6 Palopo dapat mengetahui hal apa yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik yang di alaminya.

1.5 Ruang Lingkup dan Batasan Penelitian

Ruang lingkup pada penelitian ini, antara lain:

1. Peneliti memfokuskan penelitian hanya ingin mengetahui hubungan pada perilaku *Self control* siswa yang diakibatkan oleh Prokrastinasi Akademik siswa. Sehingga dengan penelitian ini dimaksudkan agar peneliti dapat fokus dalam bagian tertentu dan diperoleh data yang valid, mendalam dan memudahkan peneliti untuk menganalisis data yang diperoleh.
2. Tempat penelitian di SMA Negeri 6 Palopo.