

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Dalam proses pendidikan, siswa bertindak sebagai pelaksana. Sesuai dengan Sardiman (2022). Seseorang yang pergi ke sekolah untuk mendapatkan pendidikan disebut siswa. Dalam pendidikan, masalah yang kadang-kadang terjadi adalah membatalkan menuntaskan tugas dan mencari berbagai alasan untuk membenarkan tindakan mereka. Siswa percaya bahwa guru tidak memberi mereka cukup waktu untuk menyelesaikan tugas. Akibatnya dapat mengakibatkan tertundanya penyerahan tugas bahkan menurunnya prestasi akademik (Mujirohmawati & Khoirunnisa, 2022). Menurut Hurlock (2019) Masa remaja adalah masa yang sulit karena kebanyakan remaja menghadapi kesulitan menyelesaikan masalah. Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa remaja belum memiliki pengalaman dalam menghadapi hidup, dan karena itu mereka sedang mencari identitas, mereka membutuhkan arahan dari orang dewasa untuk membantu mereka mengendalikan dan mengatur diri mereka sendiri (Papalia et al. 2019).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Juliawati (2022), kondisi prokrastinasi di Indonesia dapat dicermati. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat kecenderungan siswa untuk prokrastinasi akademik, dengan 60% siswa berada dalam kelompok tinggi, 40% siswa berada dalam kelompok sedang, dan 20% siswa berada dalam kelompok rendah. Ini ditunjukkan oleh kebiasaan siswa yang menunda tugas akademiknya, seperti begadang, pergi ke mall, dan menonton televisi berjam-jam. Penelitian tambahan yang dilakukan oleh Sriwigati dkk. (2020) pada sekolah menengah menunjukkan bahwa siswa memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang cukup tinggi (Satriantono & Wibowo, 2022). Banyak fakta ditemukan tentang masalah anak remaja, terutama tentang menunda tugas karena berbagai alasan. Nurgrasanti (2019) menggambarkan “prokrastinasi” sebagai kecenderungan untuk melewatkan tugas-tugas tertentu, terutama yang berkaitan dengan pendidikan. Fenomena ini dapat dilihat pada anak-anak modern

yang sering menunda-nunda untuk memulai tugas, tidak suka membaca materi pelajaran, malas mencatat, dan lebih suka belajar “kebut semalam” daripada membaca

Berdasarkan observasi lapangan yang dilakukan di SMK TARUNA BALEN pada 8 Desember 2023. Dengan wawancara dengan guru BK bahwa ada beberapa siswa dan tidak semua jurusan yang tergolong dalam perilaku prokrastinasi akademik hanya ada satu jurusan yang kelasnya dominan anak laki-laki. Dan itu disebabkan karena tidurnya terlalu malam dan sering bergadang bermain game online sehingga pola tidurnya tidak terjaga. Dan akibatnya berangkat terlambat dan tidak mengerjakan PR yang di berikan guru. Sehingga dapat disimpulkan jumlah persentase dukungan sosial orang tua dan pengaturan diri kepada prokrastinasi akademik pada siswa di SMK Taruna diperkirakan 60-70%.

Fenomena Prokrastinasi yang ditemukan di kalangan siswa tidaklah merupakan hal baru di bidang pendidikan. Jika tidak diatasi, prokrastinasi akademik remaja dapat berdampak buruk pada siswa. Mereka akan kehilangan waktu, melewatkan tugas, dan mendapatkan hasil yang buruk sebagai hasilnya. Penundaan dikaitkan dengan kecemasan, depresi, ketidakpercayaan diri, pikiran tidak rasional, dan kurangnya harga diri. Selain itu, prokrastinasi akademik berdampak buruk pada prestasi siswa. Akibatnya, mereka akan kehilangan waktu, melewatkan tugas, dan mendapatkan hasil yang buruk. Penundaan terkait dengan kecemasan, depresi, kurangnya kepercayaan diri, pikiran tidak rasional, dan kurangnya harga diri. Selain itu, prokrastinasi memiliki dampak negatif pada prestasi akademik siswa. Mereka yang tidak menyelesaikan tugas mereka dengan cepat cenderung mendapatkan nilai yang buruk dalam semua tes dan mata pelajaran (Widisen et al., 2017).

Kata latin *procrastinare*, dengan akhiran “*crastinus*”, yang berarti milik hari esok atau menunda, dan awalan *pro*, yang berarti berkembang atau bergerak lanjut adalah asal dari istilah "prokrastinasi". (Atfilah, 2021). Menurut *American College Dictionary* menunda sesuatu untuk dilakukan kemudian disebut prokrastinasi (Ardina dan Wulan, 2016). Menurut Tuckman (2018), prokrastinasi akademik adalah ketika seseorang dengan sengaja menunda atau menghindari

tugas untuk diselesaikan dan lebih memilih aktivitas lain di bawah kendali seseorang. Ferrari & Beck (2023) mendefinisikan prokrastinasi akademik sebagai tindakan penundaan tugas akademik yang dilakukan oleh individu. Prokrastinasi adalah kebiasaan menunda sesuatu yang diinginkan tanpa menyadari bahwa hal itu dapat menyebabkan pengaruh yang belum efektif. Tidak diragukan lagi, prokrastinasi yang berkepanjangan dapat mengganggu produktivitas dan kondisi psikis seseorang. (Fikry, 2021).

Siswa yang prokrastinasi biasanya karena mereka lebih suka menghabiskan waktu untuk bersenang-senang, jalan-jalan, menonton film, dan bermain game lebih lama daripada batas waktu yang ditetapkan. Ini menyebabkan siswa tertunda menyelesaikan tugas. Seringkali, berpartisipasi dalam kegiatan yang membuang-buang waktu menyebabkan banyak tugas yang terbengkalai, sehingga dapat menghambat siswa mencapai prestasi belajarnya (Noviyanti dkk., 2019). Merencanakan waktu masa kegiatan akademik dan non-akademik adalah tantangan bagi siswa yang mempunyai prokrastinasi akademik yang besar. Siswa yang mempunyai motivasi yang berpengaruh dalam belajar dapat menunjukkan prokrastinasi akademik yang bertambah sedikit daripada siswa yang tidak. Untuk mengurangi prokrastinasi akademik, individu yang mengalami prokrastinasi harus memperoleh kemampuan untuk berempati dengan orang lain, serta kemampuan untuk mengendalikan diri sendiri.

Selain itu, konselor dan guru BK harus bekerja sama dengan kepala sekolah, wakil kepala sekolah, guru mata pelajaran, orang tua, dan guru BK lainnya. Hal ini penting untuk memastikan bahwa ada koordinasi dan pengawasan yang tepat dalam pencegahan dan penanggulangan prokrastinasi akademik. Ini akan mencegah perilaku ini menjadi budaya dan dianggap sebagai hal biasa bagi siswa di sekolah (Widisen et al., 2017). Fenomena tersebut menunjukkan bahwa dukungan sosial adalah salah satu penyebab yang mempengaruhi kemampuan siswa untuk memenuhi persyaratan akademik di sekolah. Seseorang dapat merasa dihargai, diperhatikan, dicintai, dan dihormati setelah mendapatkan dukungan sosial. Dukungan sosial adalah elemen dari hubungan kontak timbal balik yang terdiri dari orang tua, pasangan, saudara, teman, lingkungan, dan masyarakat. Seseorang akan merasa lebih mudah dan merasa dihargai dan diakui ketika berada

dalam lingkungan formal, didukung oleh komunitasnya. Ini akan meningkatkan rasa percaya diri (Kartikasari, 2022).

Menurut House (2022), dukungan sosial adalah sebuah transaksi interpersonal yang melibatkan satu atau lebih orang. Selain itu, persepsi individu terhadap perhatian yang diberikan orang lain juga dapat dianggap sebagai dukungan sosial, yang dapat berasal dari dukungan kelompok, informasional, emosional, atau instrumental. Dukungan sosial dalam keluarga dapat berasal dari orang tua, misalnya. Dengan demikian, dukungan sosial orang tua mencakup semua jenis dukungan yang diberikan orang tua kepada anaknya, seperti dukungan sosial, informasi, emosional, apresiatif, atau instrumental. Sarafino dan Smith (2023) mengatakan bahwa dukungan sosial memiliki efek negatif. Ini berarti dukungan yang ada dianggap tidak bermanfaat karena tidak memenuhi kebutuhan individu untuk mencapai tujuan mereka. Dari dampak-dampak di atas, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial orang tua harus disesuaikan dengan kebutuhan siswa. Orang tua harus memberi perhatian kepada anak-anak mereka agar mereka tidak merasa terabaikan dan menjadi lebih rajin di sekolah. Dukungan sosial orang tua juga dapat menunjukkan seberapa baik anak-anak mereka berprestasi di sekolah.

Anak-anak dan remaja membutuhkan dukungan orang tua sepanjang waktu. Yuliya (2019) menjelaskan dukungan sosial sebagai memberikan kenyamanan fisik dan mental kepada orang lain; ini sangat bermanfaat dalam situasi stres. Menurut penelitian ini, dukungan sosial orang tua dapat didefinisikan sebagai cara seseorang melihat sikap orang tua mereka terhadap mereka, yang membuat mereka merasa diterima, dicintai, diperhatikan, dihargai, dan menjadi anggota penting dari keluarga. Beberapa jenis dorongan sosial termasuk dorongan emosional, apresiasi, instrumental, dan informasional. Selain dorongan sosial orang tua, siswa juga dapat melakukan prokrastinasi akademik karena kurangnya strategi pengaturan diri. Faktor internal yang dapat menyebabkan penundaan akademik adalah kurangnya kontrol diri saat belajar.

Pengaturan diri adalah upaya untuk mengontrol perilaku, emosi, dan pikiran untuk mencapai suatu tujuan (Kartikasari, 2022). Untuk mencapai peningkatan hasil belajar siswa, sangat penting untuk memberikan dorongan dan dukungan

sosial yang baik kepada siswa. Faktor-faktor seperti dukungan dari guru, teman, dan keluarga atau orang tua akan berperan penting dalam proses belajar siswa. Motivasi siswa untuk belajar akan meningkat dengan perhatian dan kepedulian orang tua, anak-anak mampu memperoleh prestasi belajar yang bertambah efisien di sekolah.

Menurut Zimmerman (2016) mendefinisikan kemampuan seseorang untuk mengatur dan mengarahkan perilaku yang lebih baik untuk mencapai tujuan tertentu dikenal sebagai regulasi diri. Regulasi diri mencakup konsep perilaku yang lebih luas yang diarahkan untuk mencapai tujuan tersebut, baik secara sadar maupun tidak sadar, serta kemampuan untuk menghilangkan sikap yang tidak baik. Pengaturan diri yang efektif cenderung menanamkan rasa percaya dan motivasi pada siswa, mendorong mereka untuk berusaha mencapai prestasi maksimal dan mengambil tindakan yang mengarah pada hasil yang diinginkan. Mereka yang memiliki regulasi diri yang kuat dapat mempertahankan motivasi diri mereka agar menggapai harapan yang diinginkan. Sedangkan mereka yang mempunyai pengaturan diri yang lemah cenderung membuat siswa kurang termotivasi dan tidak konsisten dalam mencapai tujuan.

Berdasarkan penelitian Amelia et al (2020) menemukan bahwa ada korelasi negatif antara prokrastinasi akademik dan dukungan sosial orang tua; lebih banyak dukungan sosial dari orang tua berarti lebih sedikit prokrastinasi akademik, dan sebaliknya. Namun, penelitian Widiantoro (2019) menemukan bahwa dukungan sosial dari orang tua memiliki peran yang signifikan dalam mengurangi dampak stres yang merugikan, serta mempengaruhi prokrastinasi akademik. Oleh karena itu, peneliti ingin mempelajari bagaimana perilaku prokrastinasi akademik siswa dipengaruhi oleh "Hubungan Dukungan Sosial Orang Tua dan Regulasi Diri Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Siswa".

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan diatas, maka permasalahan yang dirumuskan dalam penelitian adalah sebagai berikut :

1.2.1 Bagaimana hubungan dukungan sosial orang tua terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada siswa kelas X di SMK Taruna Balen ?

- 1.2.2 Bagaimana hubungan regulasi diri terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada siswa kelas X di SMK Taruna Balen ?
- 1.2.3 Bagaimana hubungan dukungan sosial orang tua dan regulasi diri terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada siswa kelas X di SMK Taruna Balen ?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dikemukakan, maka tujuan penelitian ini yaitu :

- 1.3.1 Untuk mengetahui hubungan dukungan sosial orang tua terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada siswa kelas X di SMK Taruna Balen.
- 1.3.2 Untuk mengetahui hubungan regulasi diri terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada siswa kelas X di SMK Taruna Balen.
- 1.3.3 Untuk mengetahui hubungan dukungan sosial orang tua dan regulasi diri terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada siswa kelas di X SMK Taruna Balen.

1.4 Manfaat Penelitian

Dari hasil penelitian ini diharapkan memberikan manfaat sebagai berikut:

1.4.1 Manfaat Teoretis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pembaca pengetahuan dan perspektif tentang perilaku prokrastinasi akademik melalui pendekatan regulasi diri.

1.4.2 Manfaat Praktis

- 1.4.2.1 Secara praktis, penelitian ini dapat berguna sebagai referensi dan evaluasi untuk konselor dalam mengurangi perilaku siswa yang berlebihan dalam akademik.
- 1.4.2.2 Penelitian ini akan membantu sekolah mengetahui tingkat perilaku prokrastinasi akademik siswa.
- 1.4.2.3 Untuk guru BK penelitian ini dapat memahami pentingnya dukungan sosial dari orang tua untuk membantu anak-anak dalam mengurangi Prokrastinasi Akademik.

1.5 Batasan Penelitian

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, maka penelitian yang akan dilakukan peneliti yaitu dengan membatasi lingkup permasalahan dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Penelitian ini dibatasi oleh hubungan dukungan sosial orang tua dan regulasi diri terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada siswa kelas X di SMK Taruna Balen”.
2. Penelitian ini hanya ditujukan kepada siswa kelas X di SMK Taruna Balen.

1.6 Asumsi

Menurut Nurgrasanti (2019) menggambarkan “prokrastinasi” sebagai kecenderungan untuk melewatkan tugas-tugas tertentu, terutama yang berkaitan dengan pendidikan. Menurut Permana (2019), anak-anak modern sering menunda-nunda untuk memulai tugas, tidak suka membaca materi pelajaran, malas mencatat, dan lebih suka belajar “kebut semalam”. Dalam pendidikan, masalah yang sering terjadi adalah melalaikan menyelesaikan tugas dan mencari bermacam-macam sebab untuk membenarkan tindakan siswa. Siswa percaya bahwa guru tidak memberikan cukup waktu untuk menyelesaikan tugas, yang dapat menyebabkan penundaan atau bahkan penurunan prestasi akademik.

1.7 Kegunaan Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi :

1. Peneliti

Dapat menambah wawasan dalam menangani perilaku prokrastinasi akademik pada siswa yang terjadi disekolah. Selain itu prokrastinasi memiliki dampak negatif bagi siswa yaitu dapat menurunkan prestasi belajarnya akibat penundaan tersebut.

2. Siswa

Dapat meningkatkan kesadaran kepada siswa bahwa prokrastinasi akademik dapat merugikan dirinya sendiri terutama dalam proses belajar disekolah.

3. Orang Tua

Sebagai pertimbangan orang tua kepada siswa untuk selalu memperhatikan anaknya, sehingga dapat mengurangi tingkat prokrastinasi akademik karena siswa merasa diperhatikan oleh orang tua.

