

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Pendidikan adalah bagian integral dari kehidupan manusia karena melalui pendidikan, seseorang dapat membentuk kepribadian dan mengembangkan potensi yang dimilikinya (Wardhana dkk., 2020). Pendidikan juga merupakan upaya terencana untuk menciptakan lingkungan belajar yang kondusif sehingga siswa dapat aktif mengembangkan diri dan siap menghadapi perubahan yang terjadi akibat kemajuan ilmu dan teknologi. Belajar dan menempuh pendidikan merupakan proses panjang yang harus dilalui untuk meraih kehidupan yang berkualitas.

Makmun (2012) menjelaskan bahwa proses belajar mengajar melibatkan interaksi antara guru dan siswa yang mencakup perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi untuk mencapai tujuan pendidikan. Hasil yang optimal dalam pembelajaran sangat bergantung pada sikap dan kebiasaan baik siswa, seperti disiplin dalam belajar dan menyelesaikan tugas. Namun, dalam praktiknya proses pembelajaran seringkali dihadapkan pada berbagai tantangan. Salah satu tantangan yang sering dihadapi adalah kebiasaan menunda-nunda tugas, atau yang dikenal sebagai prokrastinasi akademik. Oleh karena itu, sangat penting bagi siswa untuk memiliki sikap disiplin dan manajemen waktu yang baik untuk dapat beradaptasi dengan kurikulum baru dan mencapai tujuan pendidikan mereka dengan efektif (Makmun, 2021)

Prokrastinasi akademik merupakan kebiasaan menunda-nunda tugas akademik hingga mendekati tenggat waktu meskipun siswa mengetahui bahwa penundaan ini dapat berdampak negatif pada hasil akademis mereka. Prokrastinasi akademik didefinisikan sebagai kecenderungan untuk menunda penyelesaian tugas akademik secara tidak perlu, yang sering kali disertai dengan kecemasan dan perasaan tidak nyaman. Mereka mengidentifikasi bahwa prokrastinasi akademik terjadi dalam berbagai aspek, seperti keterlambatan dalam mengerjakan tugas, menunda belajar untuk ujian, dan kesulitan dalam menyelesaikan kewajiban akademik lainnya. (Solomon dan Rothblum, 1984). Prokrastinasi akademik dapat menghambat

pencapaian hasil belajar yang optimal dan mempengaruhi kualitas pendidikan siswa (Steel, 2007).

Fenomena prokrastinasi tidak terbatas pada bidang pendidikan saja, tetapi juga terjadi di bidang pekerjaan, kesehatan, dan kehidupan pribadi, yang berdampak signifikan terhadap produktivitas dan kesejahteraan individu (Ferrari, Johnson, & McCown, 1995). Fenomena ini juga telah menjadi isu global, dengan penelitian menunjukkan bahwa prokrastinasi adalah masalah yang umum dihadapi oleh banyak negara dan mempengaruhi kesejahteraan mental dan produktivitas individu di seluruh dunia (Steel, 2007; Sirois & Pychyl, 2013).

Pada umumnya, siswa yang melakukan prokrastinasi akademik menunjukkan beberapa ciri khas yang membedakan mereka dari siswa yang tidak melakukan prokrastinasi. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Setiawan (2020), siswa yang sering menunda pengajaran tugas menunjukkan rendahnya motivasi dalam belajar dan memiliki ketergantungan pada dorongan eksternal untuk mengerjakan tugas. Siswa yang sering menunda mengerjakan tugas cenderung memiliki manajemen waktu yang buruk dan tingkat stres yang tinggi. Hasil penelitian tersebut sejalan dengan pendapat Ferrari, Johnson, dan McCown (1995) yang menjelaskan bahwa individu yang melakukan prokrastinasi akademik memiliki ciri-ciri tertentu, yakni penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, serta melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan. Kecenderungan prokrastinasi ini berdampak langsung pada prestasi belajar siswa, karena proses belajar yang tidak maksimal mengurangi pencapaian akademik mereka.

Sedangkan, siswa yang tidak melakukan prokrastinasi biasanya memiliki manajemen waktu yang baik, mampu menjaga fokus pada tugas akademik, dan memiliki tingkat motivasi yang tinggi. Mereka juga cenderung memiliki hasil belajar yang lebih baik karena disiplin dan kebiasaan belajar yang teratur. Penelitian oleh Sari (2019) mengungkapkan bahwa siswa yang memiliki keterampilan manajemen waktu yang baik dan motivasi intrinsik yang tinggi cenderung mencapai prestasi akademik yang lebih tinggi.

Prokrastinasi akademik merupakan masalah umum di kalangan siswa yang berdampak negatif pada kinerja akademik dan kesejahteraan mental mereka. Hasil wawancara dengan guru BK di SMKN 1 Bandung mengungkapkan bahwa banyak siswa melakukan prokrastinasi karena merasa terbebani oleh banyaknya tugas dan menganggap tugas tersebut terlalu sulit untuk diselesaikan, sehingga mereka memilih untuk menunda pekerjaan hingga mendekati tenggat waktu. Hal ini, diakibatkan karena siswa harus bekerja sambil bersekolah. Selain itu, siswa juga cenderung lebih memilih kegiatan ekstrakurikuler dibandingkan pelajaran serta ketergantungan pada gadget juga berpengaruh pada rendahnya pemahaman terhadap tugas sekolah. Selain itu, kurangnya pengawasan orangtua dan ketidakmampuan siswa untuk terbuka mengenai kesulitan mereka memperparah prokrastinasi, dengan hasil akhir berupa penurunan prestasi akademik dan penundaan tugas.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik berdampak pada beberapa hal terhadap siswa. Penelitian oleh Pratama dan Wahyuni (2020) menunjukkan bahwa prevalensi prokrastinasi akademik di kalangan siswa SMK di Indonesia, 60% hingga 80%, yang sering menyebabkan penurunan hasil akademik. Di tingkat SMA, Santoso dan Rahmawati (2022) melaporkan sekitar 60% siswa SMA di SMA Negeri 5 Bandung mengalami prokrastinasi akademik, yang berakibat pada penurunan kinerja akademik dan peningkatan stres. Selain itu, Dewi (2021) menemukan bahwa 62% siswa SMA di SMA Negeri 3 Jakarta mengalami prokrastinasi akibat manajemen waktu yang buruk dan motivasi yang rendah. Rahayu (2019) juga melaporkan bahwa sekitar 70% siswa SMK, termasuk di SMK Negeri 2 Yogyakarta, mengalami prokrastinasi yang mempengaruhi kualitas tugas mereka. Di Jawa Barat, penelitian menunjukkan bahwa prevalensi prokrastinasi akademik mencapai sekitar 65% di kalangan siswa SMA dan SMK (Hidayat & Kusuma, 2021). Di Bandung khususnya, prevalensi prokrastinasi akademik di kalangan siswa SMA dan SMK mencapai 68%, yang berdampak pada penurunan prestasi akademik dan peningkatan tingkat stres (Purnama & Setiawan, 2022). Data ini menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik adalah fenomena yang meluas

dengan dampak signifikan pada prestasi belajar dan kesejahteraan mental siswa di SMK dan SMA

Fenomena prokrastinasi akademik pada siswa SMA dan SMK dipengaruhi oleh beberapa faktor utama seperti kurikulum yang tidak fleksibel, gaya belajar yang tidak sesuai, dan proses belajar yang kurang menarik. Penelitian menunjukkan bahwa kurikulum yang padat dan tidak responsif membuat siswa merasa terbebani dan cenderung menunda-nunda tugas (Pratama & Wahyuni, 2020). Steel (2007) menjelaskan bahwa kurikulum yang tidak mempertimbangkan kemampuan individu dapat meningkatkan prokrastinasi karena siswa merasa kewalahan. Selain itu, gaya belajar yang tidak selaras dengan metode pengajaran juga berkontribusi pada prokrastinasi (Lestari, 2019), sesuai dengan Kolb (1984) yang menyatakan bahwa ketidaksesuaian antara gaya belajar dan metode pengajaran dapat menyebabkan kesulitan dalam memahami materi. Proses belajar yang monoton dan kurang menarik juga menyebabkan siswa cenderung menunda penyelesaian tugas (Indriani, 2021), sejalan dengan Schraw (2007) yang menemukan bahwa kurangnya kesempatan untuk diskusi dan partisipasi aktif dapat meningkatkan prokrastinasi. Masalah ini terlihat di berbagai daerah seperti Jakarta dan Yogyakarta di tingkat SMK (Wibowo, dkk., 2022).

Kurangnya motivasi, daya juang yang rendah, mudah menyerah, dan kurangnya inisiatif adalah faktor-faktor yang juga berperan dalam perilaku prokrastinasi akademik ini (Wahyuni, 2021). Hal ini menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik sering kali disebabkan oleh kurikulum yang tidak fleksibel, ketidaksesuaian gaya belajar dengan metode pengajaran, dan proses belajar yang kurang menarik, yang dapat menghambat pencapaian hasil belajar siswa (Deci & Ryan, 1985).

Prokrastinasi akademik membawa dampak negatif yang luas bagi siswa, memengaruhi aspek akademik dan kesejahteraan pribadi mereka. Salah satu dampak utama adalah penurunan kinerja akademik akibat kebiasaan menunda-nunda tugas sering mengakibatkan hasil belajar yang tidak optimal dan nilai yang lebih rendah, disebabkan oleh terbatasnya waktu untuk menyelesaikan tugas

dengan baik (Steel, 2007). Selain itu, prokrastinasi dapat menyebabkan peningkatan stres dan masalah kesehatan mental, karena tekanan untuk menyelesaikan tugas mendekati tenggat waktu dapat menyebabkan kecemasan dan stres (Sirois, Melia-Gordon, & Pychyl, 2013).

Prokrastinasi juga dapat menurunkan rasa percaya diri dan motivasi siswa, karena kegagalan dalam memenuhi tenggat waktu seringkali membuat mereka merasa tidak kompeten, yang berdampak pada motivasi mereka untuk belajar di masa depan (Burka & Yuen, 2008; Kim & Seo, 2015). Dampak jangka panjangnya adalah kesulitan dalam mencapai tujuan akademik dan karier, karena kebiasaan menunda tugas dapat menghambat pencapaian pendidikan yang dibutuhkan untuk melanjutkan studi atau mendapatkan pekerjaan (Steel, 2007; Tuckman, 2007). Selain itu, prokrastinasi dapat menyebabkan kualitas pekerjaan yang kurang memuaskan akibat penyelesaian tugas yang terburu-buru (Sirois, Melia-Gordon, & Pychyl, 2013), serta gangguan hubungan sosial, karena siswa yang terlalu fokus pada tugas sering mengabaikan interaksi sosial dengan teman dan keluarga (Pychyl, 2013). Fenomena di atas menggambarkan bahwa prokrastinasi sangat penting untuk diatasi oleh sekolah.

Dalam konteks pendidikan, bimbingan dan konseling memainkan peran kunci dalam mendukung pencapaian tujuan pendidikan siswa. Seiring dengan tantangan yang dihadapi siswa, Lase (2018) menyatakan bahwa bimbingan dan konseling adalah proses yang memberikan bantuan dan arahan kepada siswa untuk meningkatkan kualitas diri mereka. Hal ini penting karena siswa sering menghadapi berbagai masalah dan tantangan yang mempengaruhi proses belajar mereka, seperti prokrastinasi akademik. Untuk mengatasi prokrastinasi akademik ini, Sukardi (2002) menjelaskan bahwa peran bimbingan dan konseling tidak hanya mencakup aspek akademis, tetapi juga aspek pribadi, sosial, dan karir. Oleh karena itu, guru BK di SMK perlu memahami tantangan yang dihadapi siswa dan memberikan dukungan untuk membantu mereka mengatasi prokrastinasi akademik sehingga tujuan pendidikan dapat tercapai dengan lebih baik.

Dalam hal ini, bimbingan belajar dapat menjadi solusi yang efektif untuk mengatasi prokrastinasi akademik siswa. Bimbingan belajar membantu siswa dengan memberikan dukungan akademik tambahan, seperti penjelasan materi, latihan soal, dan strategi belajar yang efektif untuk mengelola waktu dan menyelesaikan tugas (Sari, 2020, hlm. 22). Dengan menyediakan struktur yang jelas dan umpan balik konstruktif, bimbingan belajar dapat mengurangi kebiasaan menunda-nunda tugas yang dimiliki siswa (Kim & Seo, 2015). Selain itu, bimbingan belajar membantu siswa dalam mengembangkan keterampilan manajemen waktu dan motivasi yang dapat mendukung keberhasilan akademik mereka di masa depan (Burka & Yuen, 2008).

1.2 Identifikasi Masalah

Terdapat beberapa penelitian mengenai prokrastinasi akademik yang terjadi pada siswa di berbagai jenjang mulai dari SMP, SMA/SMK maupun pada Tingkat perkuliahan. Penelitian yang dilakukan oleh Fitriani dkk. (2022) mengenai analisis penyebab perilaku prokrastinasi akademik siswa kelas VII di SMP PGRI 01 Semarang di masa pandemi covid-19 menyebutkan bahwa faktor penyebab perilaku prokrastinasi akademik yang terjadi pada siswa adalah dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal, dimana faktor internal terdiri dari faktor fisik dan psikologis, sedangkan faktor eksternal terdiri dari faktor pola pengasuhan orang tua dan lingkungan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dimastuti dkk. (2024) yaitu prokrastinasi akademik di SMP Negeri 22 Kota Jambi terjadi karena adanya faktor internal dan eksternal yang memengaruhi. Hal ini terbukti dari faktor internal yang berupa kondisi kesehatan, kemampuan sosial, dan motivasi memperoleh persentase sebesar 50,5% serta faktor eksternal yang berupa kondisi lingkungan dengan persentase 52,2%. Faktor internal dan eksternal tersebut berada pada kualitas sedang sehingga menyebabkan sebagian siswa melakukan prokrastinasi akademik.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Agustina dkk. (2023) mendapatkan kesimpulan bahwa tingkat prokrastinasi akademik pada siswa SMK Negeri di Kota Serang yang mencakup 336 siswa sebagai responden memperoleh persentase

sebesar 89%, yaitu berada pada kategori sedang dan 3.9% sedangkan pada kategori tinggi terdapat sejumlah 312 siswa. yang berpotensi mengalami prokrastinasi akademik. Sumber prokrastinasi akademik berasal dari penundaan dalam memulai maupun menyelesaikan tugas yang dihadapi, keterlambatan mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual dan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan. Penelitian lain yang mendukung hasil tersebut yaitu penelitian yang dilakukan oleh Ramadhani dkk. (2020) yaitu siswa cenderung melaksanakan prokrastinasi akademik dan berada pada kategori yang tinggi dengan rata-rata skor 90,92. Berdasarkan data tersebut maka perlunya di atasi masalah ini sehingga kita dapat membantu kesuksesan siswa, salah satu cara yang mengatasi adalah memberikan layanan informasi, layanan bimbingan kelompok, dan layanan layanan lainnya yang berkaitan dengan bimbingan dan konseling.

Pada tingkatan perkuliahan, Purnama (2014) menemukan bahwa dari 275 mahasiswa Fakultas Keolahragaan Universitas Negeri Surabaya, 12% melakukan prokrastinasi akademik dalam kategori rendah, 62% dalam kategori sedang dan 21% dalam kategori tinggi. Bahkan, penelitian yang dilakukan oleh Huda (2015) menemukan sebanyak 78,5% mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga melakukan prokrastinasi akademik. Penelitian selanjutnya yang dilakukan oleh Suhadianto & Pratitis (2019). Berdasarkan pada temuan penelitian, dapat disimpulkan bahwa faktor penyebab prokrastinasi akademik pada mahasiswa sangatlah bervariasi, yang secara umum dapat dikategorikan ke dalam faktor internal dan faktor eksternal. Berbeda dengan hasil penelitian sebelumnya yang lebih banyak menemukan korelasi yang kuat antara regulasi emosi dan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik. Pada penelitian ini prokrastinasi akademik justru lebih banyak disebabkan oleh penilaian terhadap tugas yang dianggap terlalu sulit dan faktor kemalasan. Namun demikian penilaian individu terhadap tugas sangat mungkin terkait dengan regulasi emosi dan efikasi diri. Faktor eksternal seperti strategi guru dalam mengajar, lingkungan akademik dan regulasi institusi juga sangat berpengaruh terhadap akademik. Solomon dan Rothblum (Lidya Prayekti, R.R., 2008) menyatakan, tingkat prokrastinasi akademik seseorang akan semakin

meningkat seiring dengan makin lamanya studi seseorang. Oleh sebab itu, prokrastinasi akademik pada siswa merupakan salah satu masalah yang perlu mendapat perhatian.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah, maka pertanyaan umum sebagai arahan perumusan masalah dalam penelitian yaitu bagaimana rancangan layanan bimbingan belajar berdasarkan profil prokrastinasi akademik siswa SMKN 1 Bandung.

Adapun beberapa pertanyaan penelitian sebagai berikut :

1. Bagaimana gambaran prokrastinasi akademik secara umum di SMKN 1 Bandung?
2. Bagaimana rancangan layanan bimbingan belajar berdasarkan gambaran umum prokrastinasi siswa SMKN 1 Bandung?

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk :

1. Mengetahui gambaran umum prokrastinasi akademik siswa di SMKN 1 Bandung.
2. Merumuskan rancangan pemberian bimbingan belajar berdasarkan gambaran umum prokrastinasi akademik di SMKN 1 Bandung

1.5 Manfaat Penelitian

Dalam penelitian ini terdapat dua manfaat, yaitu manfaat bagi teoritis dan manfaat praktis. Secara teoritis hasil penelitian ini bermanfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam layanan dasar, yaitu bimbingan belajar pada bimbingan dan konseling untuk mengurangi sikap prokrastinasi akademik siswa.

Manfaat bagi praktisi yaitu bagi Program Studi Bimbingan dan Konseling hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan kajian dan menambah referensi untuk mengetahui profil prokrastinasi akademik siswa di SMKN 1 Bandung serta pengembangan teori bimbingan dan konseling, terutama dalam hal strategi dan pendekatan yang efektif untuk mengatasi prokrastinasi akademik di kalangan siswa SMK khususnya di SMKN 1 Bandung.

Bagi pihak sekolah, hasil penelitian diharapkan menjadi rekomendasi terkait kolaborasi orang tua terkait perencanaan program bimbingan dan konseling mengenai sikap prokrastinasi akademik pada siswa. Guru BK di sekolah dapat menindaklanjuti dan membantu mengatasi masalah yang berkaitan dengan sikap prokrastinasi siswa di sekolah.

1.6 Struktur Organisasi Skripsi

Struktur organisasi skripsi terdiri dari lima bab dengan beberapa subbab didalamnya. Bab I merupakan pendahuluan yang berisikan latar belakang penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan struktur organisasi skripsi. Bab II berisi kajian pustaka mengenai konsep dan teori prokrastinasi akademik dan layanan bimbingan belajar. Bab III berisikan metode penelitian yang mencakup desain penelitian, populasi, lokasi, definisi operasional variabel, instrumen penelitian, uji coba instrumen, langkah penelitian dan analisis data. Bab IV berisikan hasil penelitian dan pembahasan yang membahas mengenai temuan penelitian. Bab V berisi simpulan penelitian dan rekomendasi penelitian.