

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dalam suatu pendidikan formal, seperti SMA/SMK terdapat dua kegiatan yang tidak dapat terpisahkan yaitu belajar dan pembelajaran. Kedua kegiatan tersebut melibatkan guru dan para siswa. Di dalam proses belajar-mengajar, kegiatan interaksi antara guru dan siswa merupakan kegiatan yang cukup dominan. Kemudian, di dalam kegiatan interaksi antara guru dan siswa akan senantiasa menuntut komponen yang serasi antara komponen-komponen yang ada pada kegiatan proses belajar-mengajar, hal itu akan saling menyesuaikan dalam rangka mendukung pencapaian tujuan belajar bagi siswa (Komalasari, 2010). Jelasnya, proses interaksi antara guru dan siswa tidak semata-mata hanya tergantung pada cara atau metode yang dipakai, tetapi komponen-komponen yang lain juga akan mempengaruhi keberhasilan interaksi belajar-mengajar tersebut.

Beberapa pendekatan dalam belajar-mengajar yang dapat dilakukan, salah satunya seperti pendekatan interaktif. Dengan pendekatan interaktif ini diharapkan interaksi dapat terjalin dan dapat meningkatkan hasil belajar siswa yaitu membuat siswa aktif bertanya dan menyelesaikan masalah secara bersama-sama (Cartono, 2010). Akan tetapi, dalam proses belajar mengajar terdapat berbagai permasalahan seperti tidak selamanya siswa dan siswi menyukai tugas-tugas yang di berikan guru, mengerjakan tepat waktu apa yang di tugaskan guru, dan mengumpulkan tugas tepat pada waktunya. Di sekolah terdapat beberapa permasalahan, salah satunya seperti kebiasaan siswa yang suka menunda-nunda tugas, mengulur-ulur waktu, terlambat datang ke sekolah dan kurang mampu mengatur waktu dengan baik.

Belajar merupakan tugas utama seorang siswa, dan tidak semua siswa memiliki pengelolaan belajar yang baik, khususnya dalam pengelolaan waktu. Pengelolaan waktu belajar yang kurang baik menyebabkan siswa sering melakukan penundaan dalam mengerjakan

tugas-tugas akademik. Perilaku menunda tugas-tugas akademik disebut dengan prokrastinasi akademik. Burka dan Yuen (2008) mengungkapkan bahwa prokrastinasi terjadi pada setiap individu tanpa mengenal usia, jenis kelamin, atau statusnya sebagai pekerja atau pelajar. Menurut Ellis & Knaus (Tuckman, 1978), prokrastinasi merupakan kebiasaan penundaan yang tidak perlu, yang dilakukan seseorang karena adanya ketakutan gagal serta ketakutan akan adanya pandangan bahwa segala sesuatu harus dilakukan dan harus diselesaikan dengan sempurna, sehingga individu merasa lebih aman untuk tidak melakukan dengan segera, karena hal itu akan menghasilkan sesuatu yang tidak maksimal.

Menurut Millgram (Ghufron 2003), prokrastinasi adalah suatu perilaku spesifik, yang meliputi : (1) suatu perilaku yang melibatkan unsur penundaan, baik untuk memulai maupun menyelesaikan suatu tugas atau aktivitas; (2) menghasilkan akibat-akibat lain yang lebih jauh, misalnya keterlambatan menyelesaikan tugas maupun kegagalan dalam mengerjakan tugas; (3) melibatkan suatu tugas yang dipersepsikan oleh pelaku prokrastinasi sebagai suatu tugas yang penting untuk dikerjakan, misalnya tugas kantor, tugas sekolah, maupun tugas rumah tangga; (4) menghasilkan keadaan emosional yang tidak menyenangkan misalnya perasaan cemas, perasaan bersalah, marah, panik, dan sebagainya.

Prokrastinasi tidak lebih dari sekedar kecenderungan, melainkan suatu respon tetap dalam mengantisipasi tugas-tugas yang tidak disukai dan dipandang bisa diselesaikan dengan sukses. Prokrastinasi akademik merupakan kegagalan dalam mengerjakan tugas dalam kerangka waktu yang diinginkan atau menunda mengerjakan tugas sampai saat-saat terakhir. Prokrastinasi akademik merupakan jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik. Berdasarkan beberapa penelitian yang telah dilakukan mengenai prokrastinasi akademik, dapat disimpulkan bahwa perilaku prokrastinasi telah banyak terjadi baik di lingkungan masyarakat secara luas, maupun pelajar pada lingkungan yang lebih kecil.

Hasil penelitian Wiyanti dkk, (2012) menunjukkan bahwa ditemukan sumbangan efektif kepercayaan diri dan dukungan sosial pada prokrastinasi akademik sebesar 21,5 %, secara parsial kepercayaan diri mempunyai peran pada prokrastinasi sebesar 17,7 % dan dukungan sosial mempunyai peran pada prokrastinasi sebesar 10,8 %. Yunita (2011) melakukan penelitian yang menggambarkan perilaku prokrastinasi pada siswa yang mana terbagi ke dalam 3 kategori yaitu : siswa yang termasuk pada kategori tinggi sebanyak 2,13% (4 siswa), siswa yang termasuk pada kategori sedang sebanyak 69,68% (131 siswa), dan siswa yang termasuk pada kategori rendah sebanyak 28,19% (53 siswa). Novian (2010) dalam penelitiannya mengemukakan bahwa siswa kelas XI SMA pada salah satu sekolah memiliki intensitas yang tinggi dalam melakukan prokrastinasi yang ditandai dengan perilaku penundaan berperilaku di bawah standar, mengabaikan tugas penting dan mengakibatkan kerisauan emosional. Hasil penelitian Fardila (2008) menunjukkan bahwa sebagian besar dari siswa (38,71%) mengalami prokrastinasi. Penelitian Bruno juga mengungkapkan bahwa ada 60% individu memasukkan sikap prokrastinasi sebagai kebiasaan dalam hidup mereka (Hayyinah, 2004).

Hasil pengamatan Ghufron (2004), pada remaja SMA/SMK dan yang sederajat, di Yogyakarta dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi merupakan salah satu kebiasaan yang sering dilakukan remaja dalam menghadapi tugas-tugas mereka. Banyak remaja 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 istilah yang ada dalam dunia mahasiswa tentang SKS, yang dibelokkan kepanjangannya dengan "Sistem Kebut Semalam", berlaku pula bagi dunia remaja setingkat SMA/SMK. Kebiasaan belajar tersebut tentunya tidak termasuk metode belajar yang baik dan dapat melekat dalam pribadi siswa dan kebiasaan buruk apabila dilakukan secara terus menerus, perilaku tersebut menurut istilah psikologi disebut dengan prokrastinasi akademik.

Adanya perilaku menunda dapat mempengaruhi keberhasilan akademik dan pribadi individu (Knaus, 1992). Sirois (2004) mengemukakan konsekuensi negatif yang timbul dari perilaku penunda yaitu : (1) performa akademik yang rendah, (2) stres yang tinggi, (3) menyebabkan penyakit, (4) kecemasan yang tinggi. Bruno (1998) menyatakan bahwa perilaku menunda mempengaruhi mutu kehidupan seseorang dan merendahkan segala yang ada dalam diri individu. Djamarah (2002) menemukan bahwa banyak mahasiswa yang gelisah akibat menunda-nunda penyelesaian tugas seperti tidur kurang nyenyak, duduk tidak tenang, berjalan terburu-buru, dan istirahat tidak dapat dinikmati. Menurut Knaus (1992), prokrastinasi dapat mempengaruhi keberhasilan akademik dan pribadi mahasiswa. Apabila kebiasaan menunda ini muncul terus menerus pada mahasiswa, tentu akan memberikan dampak negatif dalam kehidupan akademik.

Penundaan yang kronis berhubungan dengan sejumlah sifat, termasuk rendahnya rasa kepercayaan diri dan harga diri dan depresi yang tinggi, neurosis, kesadaran diri, kecemasan sosial, pelupa, disorganisasi, impulsif disfungsi, kekakuan perilaku, dan kekurangan energi (Ferrari et. all, 1995). Penelitian Ferrari, prokrastinasi itu terkait dengan rendahnya tingkat kekuatan pribadi atas situasi dan merasa rentan tentang kesalahan, serta menjadi mudah malu di depan orang lain, lebih mencerminkan rendah rasa kepercayaan diri dan harga diri (Ferrari,2004). Individu-individu yang melaporkan kecenderungan prokrastinasi yang kuat diharapkan untuk menggunakan presentasi taktik diri yang *defensif replected* untuk melindungi harga diri mereka. Oleh karena itu, diharapkan bahwa individu yang melakukan prokrastinasi yang kronis akan mencoba untuk bertindak percaya diri untuk meningkatkan citra publik mereka dengan menampilkan dirinya, dan mengevaluasi secara kompetitif perilaku negatif lainnya.

Individu yang mempunyai kepercayaan diri yang rendah berarti orang tersebut kurang sanggup, kurang mampu, dan kurang meyakini dirinya bahwa ia dapat mencapai prestasi yang diinginkannya.

Kepercayaandiri merupakan modal untuk dapat maju, karena pencapaian prestasi maksimal harus dimulai dengan percaya bahwa ia dapat dan sanggup melampaui prestasi yang pernah dicapainya (Gunarsa, 1989). Perasaan kurangnya kepercayaan diri merupakan tumpuan yang lemah untuk mencapai prestasi maksimal, kurangnya kepercayaan diri berarti meragukan kemampuan diri, dan merupakan pendukung untuk melakukan prokrastinasi.

Ferrari (1991) telah secara konsisten menemukan bahwa kecenderungan penundaan yang berkaitan dengan harga diri yang rendah dan rendahnya kepercayaan diri, serta kekhawatiran tentang citra publik, kecemasan atas kinerja tugas, dan kesadaran diri secara umum dan khusus. Prokrastinator ataupun non prokrastinator juga memiliki harapan negatif tentang kinerja tugas sekarang dan masa depan mereka (Ferrari, 1991). Semakin tingginya kesadaran diri oleh seorang prokrastinator tentang kurangnya kinerja potensial mereka, disertai dengan kurangnya kepercayaan diri, kecemasan atas keterampilan, dan ketidakamanan tentang kemampuan tugas (Ferrari et. all, 1995), membuat mereka tidak mampu mengatur secara efektif kinerja mereka dengan cepat dan ketepatan dalam rentang waktu terbatas untuk menyelesaikan tugas. Singkatnya, individu yang melakukan prokrastinasi yang kronis tidak akan tampil baik di bawah tekanan, melainkan mereka akan menunjukkan kegagalan dalam kecepatan kinerja dan akurasinya.

Kepercayaan diri merupakan modal seseorang untuk mencapai sukses. Orang yang mempunyai kepercayaan diri berarti orang tersebut sanggup, mampu, dan meyakini dirinya bahwa ia dapat mencapai prestasi yang diinginkannya. Dengan adanya kepercayaan diri yang kurang merupakan tumpuan yang lemah untuk mencapai prestasi maksimal, sehingga kurangnya kepercayaan diri tersebut berarti meragukan kemampuan diri dan merupakan pendukung untuk melakukan prokrastinasi akademik.

B. Rumusan Masalah

Prilaku prokrastinasi akademik atau menunda-nunda suatu tugas atau pekerjaan sering dialami pada banyak orang dalam kehidupan sehari-hari. Menurut Solomon & Rothblum (1984) prokrastinasi akademik adalah suatu kecenderungan menunda untuk memulai maupun menyelesaikan tugas-tugas secara keseluruhan untuk melakukan aktivitas lain yang tidak berguna, sehingga tugas-tugas menjadi terhambat, tidak pernah menyelesaikan tugas tepat waktu, serta sering terlambat dalam mengikuti pertemuan kelas.

Berdasarkan hasil observasi awal pada tanggal 23 Agustus 2013 di SMAN 1 Ciracap Kabupaten Sukabumi, peneliti menemukan bahwa Kelas 10 melakukan prokrastinasi akademik dalam bentuk mengerjakan PR dan tugas di sekolah, terlambat datang ke sekolah, dan terlambat datang ke kelas. Hal ini didukung dengan pernyataan 3 siswa dan 2 siswi SMAN 1 Ciracap bahwa selain mengerjakan tugas dan PR di kelas, mereka juga sering datang terlambat. Mereka memilih mengerjakan PR di kelas karena merasa kurang percaya diri apabila mengerjakan di rumah tanpa bantuan teman.

Keadaan siswa tersebut tentunya dilatarbelakangi oleh beberapa faktor yang menyebabkan prokrastinasi akademik siswa. Perilaku prokrastinasi akademik, terbentuk dan berkembang dalam proses sosialisasi yang dimulai dari keluarga, akan diperkuat di lingkungan sekolah dan lingkungan masyarakat. Ferrari secara konsisten menemukan bahwa kecenderungan penundaan itu berkaitan dengan harga diri yang rendah dan rendahnya kepercayaan diri (Ferrari, 1991). Dan penundaan yang kronis berhubungan dengan sejumlah sifat, termasuk salah satunya adalah rendahnya kepercayaan diri (Ferrari et. all, 1995).

Berdasarkan latar belakang penelitian yang diuraikan, maka permasalahan dalam penelitian ini adalah bagaimana hubungan antara kepercayaan diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas 10 di SMAN 1 Ciracap.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kepercayaan diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas 10 di SMAN 1 Ciracap.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi keilmuan Psikologi Pendidikan yakni dengan cara memperkaya temuan empirik mengenai hubungan antara kepercayaan diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMA atau sederajat.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan pertimbangan pada guru SMA/sederajat untuk dapat mengantisipasi sebab-sebab terjadinya prokrastinasi akademik pada siswa di Sekolah.

E. Sistematika Penelitian

BAB I : PENDAHULUAN

Pada pendahuluan berisi latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, dan manfaat penelitian, dan sistematika penelitian.

BAB II : TINJAUAN PUSTAKA

Berisi tentang kajian pustaka mengenai variabel penelitian yaitu mengenai kepercayaan diri dengan prokrastinasi akademik, kerangka pemikiran dan hipotesis penelitian.

BAB III : METODE PENELITIAN

Berisi tentang uraian lokasi dan subjek penelitian, desain penelitian, metode dan teknik pengumpulan data, definisi operasional, instrumen penelitian, proses pengembangan instrumen, teknik pengumpulan data dan teknik analisis data.

BAB IV: HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Dalam bab ini akan dijelaskan mengenai hasil penelitian dan pembahasan.

BAB V : KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

Berisi kesimpulan dan saran dari hasil penelitian. Bagian akhir. Bagian akhir dari skripsi ini berisikan daftar pustaka, lampiran-lampiran dan riwayat hidup penulis.