

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Perilaku belajar seorang siswa sangat berpengaruh terhadap kelangsungan pembelajarannya. Sesuai dengan pendapat Roestiah (2001), belajar yang efisien dapat dicapai apabila menggunakan strategi yang tepat, yakni adanya pengaturan waktu yang baik dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar, belajar di rumah, berkelompok ataupun untuk mengikuti ujian. Perilaku belajar yang baik dapat terwujud apabila siswa sadar akan tanggung jawab mereka sebagai pelajar sehingga mereka dapat membagi waktu mereka dengan baik antara belajar dengan kegiatan di luar belajar.

Dalam beragam perilaku belajar yang dimiliki siswa, perilaku menunda-nunda tugas adalah hal yang paling umum terjadi, perilaku ini disebut dengan istilah prokrastinasi (Steel, dalam Kartadinata dan Tjundjing, 2008). Suatu penundaan dikatakan prokrastinasi, apabila penundaan itu dilakukan pada tugas yang penting, dilakukan berulang-ulang secara sengaja dan menimbulkan perasaan tidak nyaman (Solomon dan Rothblum, dalam Tondok, Ristyadi dan Kartika, 2008).

Lebih lanjut, Covington (Ormrod, 2003) mengungkapkan bahwa timbulnya perilaku prokrastinasi berasal dari kecemasan, keragu-raguan dan rasa malu. Ia mengemukakan bahwa setiap individu memiliki kebutuhan yang tinggi untuk melindungi keyakinan akan kompetensinya (*self-worth*). Untuk dapat mempertahankan atau mengembangkan keyakinan ini, individu harus sesering mungkin mencapai kesuksesan. Namun nyatanya, kesuksesan tidak selalu dapat dicapai, khususnya pada tugas-tugas yang tingkat kesulitannya lebih tinggi. Pada saat-saat semacam itu, individu berusaha untuk mempertahankan keyakinan akan kompetensinya dengan membuat alasan-alasan yang dapat membenarkan kinerja buruk mereka. Lebih jauh lagi, mereka dapat melakukan hal-hal yang justru membuat semakin kecilnya kemungkinan untuk mencapai sukses.

Ellis dan Knaus juga Solomon dan Rothblum, (Gufron, 2003: 3) menyatakan bahwa prokrastinasi merupakan salah satu masalah yang secara luas menimpa sebagian besar masyarakat dan siswa pada lingkungan yang lebih kecil. Sekitar 25% sampai 75% siswa memiliki masalah prokrastinasi dalam lingkup akademis mereka. Perilaku prokrastinasi ini tentu saja banyak memberikan akibat negatif pada siswa tersebut, diantaranya adalah meningkatnya jumlah absen di kelas, nilai yang menurun atau lebih rendah dan dikeluarkan dari sekolah. Prokrastinasi juga dapat berakibat pada emosi seseorang. Ketika seseorang sadar bahwa dirinya telah melakukan prokrastinasi, mereka cenderung akan mengalami berbagai perasaan, diantaranya adalah merasa bersalah, merasa telah melakukan kecurangan, mengutuk diri sendiri, mengalami kecemasan, kepanikan, ketegangan, dan rendah diri (Blinder, 2000).

Fenomena penundaan tugas yang tidak bertujuan dan berakibat jelek tersebut di kalangan siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) bukanlah hal yang asing. Berdasarkan keterangan para pengajar di SMA Negeri 3 Kota Sukabumi, fenomena prokrastinasi akademik memang kerap kali dijumpai di sekolah. Bila beberapa tahun lalu dikenal istilah *Sistem Kebut Semalam* (SKS), kini perilaku tersebut dikenal dengan SKS (*Sistem Kebut Sejam*). Siswa semakin terbiasa mengerjakan tugas menjelang batas waktu yang ditentukan. Padahal siswa SMA merupakan siswa yang telah mengalami proses belajar di sekolah selama enam tahun di Sekolah Dasar (SD) dan tiga tahun di Sekolah Menengah Pertama (SMP). Bahkan siswa kelas XII yang memiliki pengalaman belajar di SMA selama dua tahun, ternyata memiliki pola belajar yang tidak sehat seperti menunda mengerjakan tugas akademik. Hal ini terjadi bukan karena siswa kekurangan waktu, akan tetapi beberapa faktor internal dan eksternal mempengaruhi siswa untuk terus menunda-nunda mengerjakan tugas.

Fenomena prokrastinasi akademik yang tak kunjung putus dari generasi ke generasi ini membuat peneliti bertanya-tanya, apakah yang sesungguhnya terjadi pada manusia Indonesia, sehingga begitu dekat dengan perilaku yang disebut prokrastinasi. Terutama pada siswa SMA yang memunculkan gejala prokrastinasi di usia yang masih muda. Hingga saat ini, belum ada tanggapan serius mengenai

fenomena penundaan di kalangan siswa. Kebanyakan siswa dan guru menutup mata dan membiarkan perilaku yang jelas berdampak negatif ini. Siswa yang melakukan prokrastinasi akademik di sekolah biasanya tidak mendapatkan bantuan atau bimbingan untuk mengurangi perilaku menundanya, melainkan biasanya menerima teguran dan dimarahi saja karena terlambat mengumpulkan tugas. Berdasarkan fenomena prokrastinasi akademik yang memprihatinkan di kalangan generasi muda, maka peneliti bermaksud melakukan penelitian lebih mendalam mengenai prokrastinasi akademik siswa SMA.

Perilaku tidak mau segera mengerjakan tugas di Indonesia biasanya dikaitkan sebagai salah satu perilaku nakal. Hal ini karena terjadi perbandingan antara siswa-siswa yang terlihat selalu belajar dan yang tidak. Oleh sebab itu, dalam penelitian Alinda (2006: 66) disebutkan pula perilaku menunda sebagai perilaku nakal. Penelitian tersebut menunjukkan perilaku nakal yang sering dilakukan siswa, yaitu: bermain sepulang sekolah (70%), malas mengerjakan tugas (40%) dan bolos sekolah (37%). Penelitian Rudiana (2006: 43) menemukan karakteristik kesulitan belajar yang dialami oleh siswa, yaitu kesulitan membuat contoh apabila diminta oleh guru (63%), kesulitan memahami materi yang disampaikan (63%) dan tidak mampu menyelesaikan tugas tepat waktu (61%). Hasil penelitian Desandi (2007: 71), sebanyak 47% siswa yang menjadi responden (78 orang siswa) melakukan penundaan tugas akademik pada seluruh area prokrastinasi akademik.

Sebagaimana diutarakan Pascale, *et al* (Solihat, 2010: 3), bahwa daya saing yang dimiliki seseorang tergantung pada perilaku yang berorientasi pada kesempatan, tidak statis dan tidak membuang waktu dengan percuma. Siswa SMA yang saat ini sedang menempuh bangku sekolah merupakan generasi penerus yang akan menghadapi persaingan yang lebih luas, bila perilaku prokrastinasi akademik sering dilakukan, akan menimbulkan masalah tersendiri, sehingga dapat dikatakan bahwa daya saing dan tingkat kedisiplinan siswa masih rendah. Hal tersebut merupakan salah satu indikator bahwa generasi muda saat ini belum bisa dikatakan sebagai calon sumber daya manusia yang berkualitas seperti yang diharapkan. Dengan demikian, prokrastinasi akademik dapat dikatakan sebagai

suatu masalah yang terus berkembang dan layak untuk diperjuangkan penyelesaiannya.

Menurut Ferrari (Gufon, 2003: 3) bahwa prokrastinasi akademik banyak berakibat negatif, karena dengan melakukan penundaan, banyak waktu yang terbuang dengan sia-sia, tugas-tugas menjadi terbengkalai, bahkan bila diselesaikan hasilnya menjadi tidak maksimal. Penundaan juga bisa mengakibatkan seseorang kehilangan kesempatan dan peluang yang datang. Permasalahan prokrastinasi akademik merupakan permasalahan yang kompleks dan cenderung akan terus menerus muncul pada tiap generasi. Lalu bagaimana cara mereduksi atau bahkan memutus mata rantai prokrastinasi? Perkembangan prokrastinasi yang terus-menerus tentunya perlu diimbangi dengan pengembangan upaya penanganannya, sehingga berbagai pihak dapat menemukan titik terang penyelesaian yang lebih efektif, inovatif dan tepat untuk diterapkan pada generasi muda zaman sekarang.

Solomon dan Rothblum (Rianingtias, 2008: 3) menyatakan bahwa tingkat prokrastinasi akademik seseorang akan semakin meningkat seiring dengan makin lamanya studi seseorang. Jika pada masa SMA seseorang sudah melakukan prokrastinasi akademik, diasumsikan pada jenjang pendidikan berikutnya tingkat prokrastinasi akademiknya juga akan semakin meningkat. Oleh sebab itu, prokrastinasi akademik pada siswa SMA merupakan salah satu masalah yang perlu mendapat perhatian.

Menurut Tondok, Ristyadi dan Kartika (2008), salah satu faktor siswa memiliki kecenderungan prokrastinasi adalah karena kondisi psikologis, seperti rendahnya kontrol diri yang merupakan cakupan dari kecerdasan emosional menurut Aristoteles (Goleman, 2007). Menurut Achir (dalam Armiyanti, 2008), kecerdasan emosional adalah kemampuan individu untuk menguasai situasi yang penuh tantangan dan biasanya dapat menimbulkan kecemasan. Apabila individu memiliki kecerdasan pada dimensi kehidupan emosionalnya, maka akan mampu mengendalikan perilakunya hingga tidak terpengaruh oleh kegagalan.

Dalam berbagai aspek, proses belajar mengajar sangat berkaitan dengan kecerdasan emosional siswa. Kecerdasan emosional ini mampu melatih

kemampuan yang mendukung seorang siswa dalam mencapai tujuan dan cita-citanya, diantaranya kemampuan untuk memotivasi diri sendiri, kemampuan untuk menghadapi situasi yang membuat frustrasi, kemampuan mengendalikan dorongan dalam diri, kemampuan untuk mengendalikan perasaan yang dialaminya, kemampuan mengatur suasana hati yang reaktif, serta mampu berempati dan bekerja sama dengan orang lain.

Akan tetapi, pada kenyataannya kecerdasan emosional ini oleh sebagian besar masyarakat jarang dipahami karena faktor ketidaktahuan dan dapat berakibat pada sukarnya mencapai kesuksesan. Jika ingin meraih kesuksesan dalam bidang akademik, maka seorang siswa harus memiliki kecerdasan intelektual dan kecerdasan emosional yang baik. Dengan memiliki kecerdasan emosional yang baik, maka ia akan mampu mengelola emosi menjadi kekuatan untuk mencapai prestasi terbaik dan juga mampu memotivasi diri sendiri termasuk memotivasi diri untuk menekan dan mengurangi perilaku prokrastinasi akademik.

Menurut Goleman (2007), khusus pada orang-orang yang murni hanya memiliki kecerdasan akademis tinggi, mereka cenderung memiliki rasa gelisah yang tidak beralasan, terlalu kritis, rewel, cenderung menarik diri, terkesan dingin, dan cenderung sulit mengekspresikan kekesalan dan kemarahannya secara tepat. Bila didukung dengan rendahnya taraf kecerdasan emosionalnya, maka orang-orang seperti ini sering menjadi sumber masalah. Karena sifat-sifat di atas, bila seseorang memiliki IQ tinggi namun taraf kecerdasan emosionalnya rendah maka cenderung akan terlihat sebagai orang yang keras kepala, sulit bergaul, mudah frustrasi, tidak mudah percaya kepada orang lain, tidak peka dengan kondisi lingkungan, dan cenderung putus asa bila mengalami stress. Kondisi sebaliknya, dialami oleh orang-orang yang memiliki taraf IQ rata-rata namun memiliki kecerdasan emosional yang tinggi.

Seperti yang telah diuraikan di atas, salah satu faktor siswa memiliki kecenderungan prokrastinasi adalah karena kondisi psikologis. Hal ini berkaitan dengan analisis yang dilakukan oleh Solomon dan Rothblum (Tondok, Ristyadi dan Kartika, 2008) mengenai berbagai kemungkinan penyebab terjadinya prokrastinasi akademik. Hasilnya menunjukkan bahwa terdapat dua alasan utama

yang menyebabkan timbulnya kecenderungan prokrastinasi akademik, yaitu takut gagal (*fear of failure*) yang meliputi kecemasan dievaluasi, perfeksionis dan percaya diri yang rendah; dan ketidaksenangan terhadap tugas (*averseveenes of the task*) yang meliputi tidak suka pada aktivitas akademik dan kurang bertenaga atau rasa malas.

Hal-hal yang menjadi alasan tersebut termasuk dalam cakupan dari pengelolaan kecerdasan emosional individu. Siswa dengan kecerdasan emosional yang baik akan mampu mengetahui dan menanggapi perasaan mereka sendiri dengan baik dan mampu membaca dan menghadapi perasaan-perasaan orang lain dengan efektif. Individu dengan keterampilan emosional yang berkembang baik berarti kemungkinan besar ia akan berhasil dalam kehidupan dan memiliki motivasi untuk berprestasi. Sedangkan individu yang tidak dapat menahan kendali atas kehidupan emosionalnya akan mengalami pertarungan batin atau kecemasan yang merusak kemampuannya untuk memusatkan perhatian pada tugas-tugasnya.

Selain penelitian mengenai faktor penyebab terjadinya prokrastinasi akademik di atas, masih banyak hasil penelitian yang mendukung adanya hubungan antara kecerdasan emosional dengan prokrastinasi akademik, salah satunya adalah penelitian mengenai hubungan antara *locus of control* dengan prokrastinasi oleh Hampton (2005). Penelitian tersebut menjelaskan bahwa seseorang yang memiliki *locus of control* eksternal akan lebih cenderung untuk menunda-nunda atau melakukan prokrastinasi, hal ini sesuai dengan penelitian serupa yang dilakukan oleh Milgram dan Tenne (2000). Hal ini juga relevan dengan pernyataan bahwa orang yang percaya bahwa kekuatan-kekuatan luar mengendalikan situasi lebih dari kekuatan internal juga lebih mungkin untuk menunda-nunda atau melakukan prokrastinasi. Memiliki *locus of control* eksternal juga dapat menyebabkan seseorang untuk memiliki tingkat ketekunan yang rendah (Dewitte dan Schouwenburg, 2002). Kurangnya keberhasilan dapat membuat seseorang tidak ingin mengambil inisiatif dan menyelesaikan tugas. Individu dengan *locus of control* internal mungkin merasa lebih percaya diri dan memegang kendali dan akan mengurangi prokrastinasi. Juga, ketika tugas lebih

sulit dari yang diharapkan, atau yang dapat menghasilkan lebih banyak stres, prokrastinasi akan hadir dalam jumlah yang lebih tinggi (Pychyl *et al*, 2000).

Hasil penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa laki-laki melakukan prokrastinasi lebih dari perempuan dan tidak ada perbedaan antara laki-laki dan perempuan dari segi *locus of control*-nya. Penelitian tersebut juga membahas faktor-faktor yang dapat berkaitan erat dengan prokrastinasi, salah satunya adalah kemampuan akademik, yaitu bagaimana kecerdasan seseorang dapat memprediksi berapa banyak waktu yang dibutuhkan seseorang untuk mengerjakan suatu tugas, yang akan mempengaruhi tingkat dan kesempatan untuk prokrastinasi. Selain itu, Szalavitz (2003: 25) juga mengidentifikasi variabel lain yang dapat meningkatkan prokrastinasi seseorang, seperti: takut gagal, perfeksionisme, pengendalian diri, pengaruh orang tua, mencari hukuman, dan kecemasan terkait tugas.

Hasil penelitian-penelitian tersebut mendukung adanya hubungan antara kecerdasan emosional dengan prokrastinasi akademik. Karena hasil penelitian tersebut mengungkapkan bahwa prokrastinasi banyak dipengaruhi oleh faktor internal seperti kontrol diri. Dari pengertiannya, Goldfried dan Marbaum (Muhid, 2009) mendefinisikan kontrol diri sebagai kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa ke arah konsekuensi positif. Faktor internal ini jelas termasuk dalam cakupan kemampuan dalam kecerdasan emosional.

Meninjau hasil dari penelitian-penelitian tersebut yang mengindikasikan pentingnya kecerdasan emosional pada diri siswa sebagai salah satu faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik dan dengan memandang dinamika prokrastinasi akademik pada siswa dari berbagai sudut pandang secara lebih mendalam, para praktisi pendidikan serta psikolog dalam bidang pendidikan hendaknya dapat memahami permasalahan prokrastinasi akademik secara lebih utuh, menyadari perlunya penanganan secara serius dan mengetahui unsur mana yang harus diberikan bantuan melalui penanganan masalah akademik. Bila penelitian ini tidak dilakukan, maka kesempatan untuk menambah wawasan yang berbeda mengenai profil prokrastinasi akademik siswa dan hubungannya dengan kecerdasan emosional siswa pun tidak didapatkan. Bila para praktisi pendidikan

maupun psikolog dalam bidang pendidikan tidak memahami permasalahan prokrastinasi secara tepat, bisa jadi permasalahan prokrastinasi akademik akan dikesampingkan dan prokrastinasi akan terus dianggap sebagai hal biasa. Perilaku buruk yang terus dibiarkan ini kelak akan terlihat dampaknya. Siswa yang diharapkan menjadi sumber daya manusia berkualitas, tentu adalah siswa yang perilakunya sesuai dengan harapan, bukan siswa yang merupakan seorang prokrastinator. Selain itu, pembahasan mengenai hubungan kecerdasan emosional dengan prokrastinasi akademik dalam penelitian ini dapat menjadi rujukan bagi lembaga pendidikan serta psikolog dalam bidang pendidikan dalam menangani permasalahan prokrastinasi akademik di sekolah.

Berdasarkan pemahaman-pemahaman tersebut, maka dalam penelitian ini peneliti memfokuskan kajian pada “Hubungan antara kecerdasan emosional dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMA Negeri 3 Kota Sukabumi Tahun Ajaran 2013-2014”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, maka pokok permasalahan dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat kecerdasan emosional yang dimiliki oleh para siswa SMA Negeri 3 Kota Sukabumi Tahun Ajaran 2013-2014?
2. Bagaimana tingkat prokrastinasi akademik yang dimiliki oleh para siswa SMA Negeri 3 Kota Sukabumi Tahun Ajaran 2013-2014?
3. Apakah terdapat hubungan antara kecerdasan emosional dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMA Negeri 3 Kota Sukabumi Tahun Ajaran 2013-2014?

C. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah dan pertanyaan penelitian di atas, maka tujuan diadakannya penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Memperoleh gambaran tentang tingkat kecerdasan emosional yang dimiliki oleh para siswa SMA Negeri 3 Kota Sukabumi Tahun Ajaran 2013-2014.
2. Memperoleh gambaran tentang tingkat prokrastinasi akademik yang dimiliki oleh para siswa SMA Negeri 3 Kota Sukabumi Tahun Ajaran 2013-2014.
3. Mengidentifikasi apakah terdapat hubungan antara kecerdasan emosional dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMA Negeri 3 Kota Sukabumi Tahun Ajaran 2013-2014.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran dan wawasan mengenai hubungan antara kecerdasan emosional dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMA. Lebih lanjut, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat teoritis: dapat memberikan gambaran faktor-faktor psikologis yang mendorong perilaku prokrastinasi akademik, khususnya dalam penelitian ini adalah kecerdasan emosional.
2. Manfaat praktis: dapat membantu khususnya para orang tua, konselor maupun psikolog sekolah dan para pengajar agar lebih mampu mengidentifikasi perilaku prokrastinasi akademik serta kaitannya dengan kecerdasan emosional siswa.

E. Sistematika Penulisan

Penyusunan skripsi ini terdiri dari lima bagian dengan sistematika sebagai berikut:

1. Bab I Pendahuluan

Bab ini menjelaskan tentang latar belakang yang menjadi dasar penelitian berupa keadaan serta fenomena seputar kecerdasan emosional dan prokrastinasi akademik yang sedang berkembang saat ini serta berbagai tinjauan literatur dan hasil penelitian sebelumnya mengenai kecerdasan emosional dan prokrastinasi

akademik. Bab ini terdiri dari beberapa subbab, yaitu latar belakang penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan.

2. Bab II Kajian Pustaka

Bab ini menguraikan landasan teoritik yang mendasari masalah yang menjadi objek penelitian, seperti landasan teori serta konsep-konsep tentang kecerdasan emosional dan prokrastinasi akademik, penelitian terdahulu yang relevan, kerangka pemikiran, serta hipotesis penelitian.

3. Bab III Metode Penelitian

Bab ini berisi penjabaran lebih rinci terkait metode dan prosedur penelitian yang digunakan dalam penelitian ini mulai dari persiapan hingga penelitian berakhir, seperti prosedur pengambilan data, pengolahan data sampai interpretasi data. Lebih luasnya, pada bab ini akan membahas definisi operasional variabel, metode pengambilan sampel, alat ukur yang digunakan, uji validitas dan reliabilitas alat ukur, serta metode analisa data yang digunakan untuk mengolah hasil data penelitian.

4. Bab IV Hasil Penelitian dan Pembahasan

Bab ini berisi tentang hasil penelitian yang disertai dengan interpretasi dan pembahasan. Bab ini mendeskripsikan proses pelaksanaan penelitian, hasil temuan peneliti yang telah dilakukan, serta analisis pembahasan mengenai hasil temuan peneliti.

5. Bab V Kesimpulan dan Rekomendasi

Bab ini menguraikan penafsiran, pemaknaan atau interpretasi peneliti berupa kesimpulan terhadap keseluruhan hasil penelitian yang diperoleh sebagai jawaban dari permasalahan yang menjadi dasar dilakukannya penelitian. Bab ini juga memaparkan rekomendasi berdasarkan hasil penelitian.