

**FAKTOR – FAKTOR PENYEBAB PROKRASTINASI AKADEMIK
SISWA XI IPA 2 SMA NEGERI 1 BUKITKEMUNING**

(Skripsi)

Oleh

**NURUL IKHSANA AMALIA
NPM 1813052003**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2022**

ABSTRAK

FAKTOR – FAKTOR PENYEBAB PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA XI IPA 2 SMA NEGERI 1 BUKITKEMUNING

Oleh

NURUL IKHSANA AMALIA

Prokrastinasi akademik adalah penundaan atau penghindaran tugas dengan melakukan hal lain yang tidak perlu dan dianggap lebih menyenangkan secara sadar sehingga tugas individu menjadi tidak tuntas pada waktu yang di tetapkan. Permasalahan yang peneliti angkat dalam penelitian ini adalah tentang bagaimana prokrastinasi akademik serta apa sajakah faktor-faktor penyebab prokrastinasi akademik siswa XI IPA 2 SMA Negeri 1 Bukitkemuning. Tujuan dari penelitian adalah mengetahui tentang segala macam bentuk faktor prokrastinasi siswa XI IPA 2 SMA Negeri 1 Bukitkemuning. Metode yang peneliti gunakan adalah metode deskriptif kualitatif, dengan pengumpulan data menggunakan teknik wawancara, observasi, dan dokumentasi dengan 5 (lima) siswa sebagai subjek penelitian. Hasil dari penelitian ini ialah adanya faktor-faktor penyebab prokrastinasi akademik, yaitu faktor eksternal seperti faktor lingkungan dan faktor gaya pengasuhan orangtua, serta faktor internal seperti faktor fisik dan psikologis individu.

Kata kunci: faktor prokrastinasi akademik, siswa IPA, bimbingan dan konseling.

ABSTRACT

FACTORS CAUSED ACADEMIC PROCRASTINATION OF STUDENTS XI IPA 2 SMA NEGERI 1 BUKITKEMUNING

By

NURUL IKHSANA AMALIA

Academic procrastination is consciously delaying or avoiding assignments by doing other things that are not necessary and considered more enjoyable so that individual tasks are not completed at the appointed time. The problem that the researchers raise in this study is about how academic procrastination is and what are the factors that cause academic procrastination in XI IPA 2 students at SMA Negeri 1 Bukitkemuning. The purpose of this study was to find out about all kinds of procrastination factors for XI IPA 2 students at SMA Negeri 1 Bukitkemuning. The method that the researcher used was descriptive qualitative method, by collecting data using interview, observation, and documentation techniques with 5 (five) students as research subjects. The result of this study is that there are factors that cause academic procrastination, namely external factors such as environmental factors and parenting style factors, as well as internal factors such as individual physical and psychological factors.

Keywords: *academic procrastination factors, science students, guidance and counseling.*

**FAKTOR – FAKTOR PENYEBAB PROKRASINASI AKADEMIK
SISWA XI IPA 2 SMA NEGERI 1 BUKITKEMUNING**

Oleh

NURUL IKHSANA AMALIA

SKRIPSI

**Sebagai Salah Satu Syarat untuk Mencapai Gelar
SARJANA PENDIDIKAN**

Pada

**Program Studi Bimbingan dan Konseling
Jurusan Ilmu Pendidikan
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2022**

Judul Skripsi : **FAKTOR – FAKTOR PENYEBAB PROKRASTINASI
AKADEMIK SISWA XI IPA 2 SMA NEGERI 1
BUKITKEMUNING**

Nama Mahasiswa : **Nurul Ikhana Amalia**

Nomor Pokok Mahasiswa : **1813052003**

Program Studi : **S-1 Bimbingan dan Konseling**


Jurusan : **Ilmu Pendidikan**

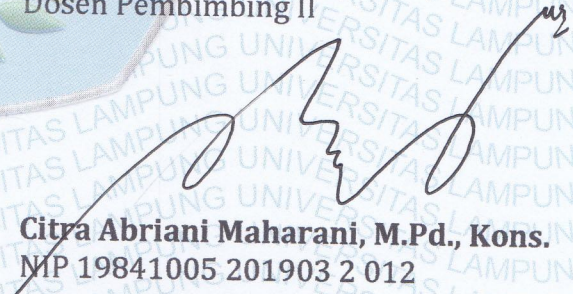
Fakultas : **Keguruan dan Ilmu Pendidikan**



Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II


Prof. Dr. Syarifuddin Dahlan, M.Pd.
NIP 19591110 198603 1 005


Citra Abriani Maharani, M.Pd., Kons.
NIP 19841005 201903 2 012

2. **Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan**

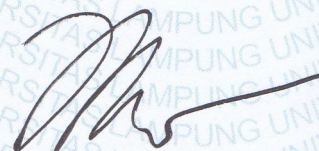

Dr. Riswandi, M.Pd.
NIP 19760808 200912 1 001

MENGESAHKAN

1. Tim Penguji

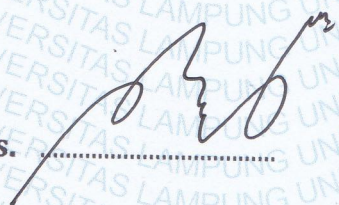
Ketua

: Prof. Dr. Syarifuddin Dahlan, M.Pd.



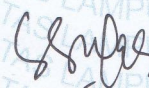
Sekretaris

: Citra Abriani Maharani, M.Pd., Kons.



Penguji

Bukan Pembimbing : Shinta Mayasari, M.Psi., Psi.



2. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan



Prof. Dr. Sunyono, M.Si.

NIP 19651230 199111 1 001

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 25 November 2022

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nurul Ikhsana Amalia
NPM : 1813052003
Program Studi : S-1 Bimbingan dan Konseling
Jurusan : Ilmu Pendidikan
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Faktor-Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI IPA 2 SMA Negeri 1 Bukitkemuning” adalah asli penelitian saya kecuali pada bagian-bagian tertentu yang dirujuk dari sumbernya dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Demikian pernyataan ini saya buat apabila dikemudian hari ternyata pernyataan ini tidak benar, maka saya sanggup dituntut berdasarkan Undang-Undang dan peraturan yang berlaku.

Bandar Lampung, 25 November 2022

Pernyataan

Nurul ikhsana Amalia
NPM 1813052003

RIWAYAT HIDUP



Penulis bernama Nurul Ikhsana Amalia yang dilahirkan di Bukitkemuning, Lampung Utara pada tanggal 23 Oktober 2000, sebagai anak kedua dari dua bersaudara, dari Bapak Mas'ud Asri dan Almarhumah Ibu Holila.

Pendidikan Taman kanak-kanak (TK) Muslimin Bukitkemuning yang diselesaikan pada tahun 2006, Sekolah Dasar Negeri (SDN) 01 Bukitkemuning yang diselesaikan pada tahun 2012, Sekolah Menengah Pertama (SMPN) 04 Bukitkemuning yang diselesaikan pada tahun 2015, Sekolah Menengah Atas (SMAN) 01 Bukitkemuning, Lampung Utara yang diselesaikan pada tahun 2018. Penulis tercatat sebagai mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling, Jurusan Ilmu Pendidikan pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung pada tahun 2018 melalui jalur Seleksi Nasional Masuk Perguruan Tinggi Negeri (SNMPTN) pada tahun 2018. Selama mengikuti perkuliahan, penulis aktif dalam Forkom Bidikmisi Universitas Lampung (anggota Divisi Kominfo periode 2018/2019). Selain itu, penulis juga aktif dalam organisasi kampus yaitu UKM KSR PMI Unit Universitas Lampung (anggota Divisi Transfusi Darah periode 2019-Wakil Ketua Divisi Transfusi Darah periode 2020-Ketua Divisi Kominfo periode 2021/2022).

MOTTO

"Waktu bagaikan pedang. Jika engkau tidak memanfaatkannya dengan baik, maka ia akan memanfaatkanmu."

-(HR. Muslim)-

"Dan carilah pada apa yang telah dianugerahkan kepadamu (kebahagiaan) negeri akhirat dan janganlah kamu melupakan bagianmu dari (kenikmatan) duniawi."

-(Q.S Al-Qashas: 77)-

“Bergerak!!! atau diam tergantung, anak panah tidak akan pernah mencapai sasaran jika tak pernah meninggalkan busurnya”

-(Surya Akbar Awaluddin)-

PERSEMBAHAN

Bismillahirrohmanirrohim..

Segala puji dan syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat serta hidayah-Nya, juga kepada Baginda Rasulullah Muhammad SAW yang telah mengeluarkan manusia dari alam kegelapan menuju cahaya terang benderang yakni Ad-din Islam.

Ku persembahkan karya yang sederhana ini untuk para tersayang, kepada:

Kedua Orangtuaku Tercinta,

(Bapak Mas'ud Asri dan Almh. Mamak Holila)

Terimakasih atas doa di setiap helaan nafas, untuk sujud yang tak pernah henti demi keberhasilanku, dorongan positif untukku melakukan hal yang terbaik.

Terimakasih untuk kepercayaan yang diberikan selama aku hidup di tanah perantauan, dan segala perjuangan serta cinta yang sangat tulus untukku yang mungkin tidak bisa ku balas dengan hal apapun itu. Terkhusus untuk bidadari tanpa sayapku yang sudah berada di surga-Nya, InsyaAllah.. Terimakasih sekali, meski ragamu telah lama tak ku dekap, namun restu dan pelukan hangat itu tetap selalu terasa menemani di setiap langkahku. Kita bertemu di Surga-Nya InsyaAllah ya? Banyak sekali yang ingin ku ceritakan ketika aku mulai beranjak dewasa, tetapi harus tanpamu, wahai bidadariku.

Kakakku Tersayang,

(Ridho Habiburrahkman)

Terimakasih untuk semua doa, dukungan, motivasi, dan energi semangat tanpa henti untuk adikmu yang sangat keras kepala ini. Terimakasih telah sabar dan selalu menjagaku dari sejak aku menghirup udara pertama kali di dunia sampai sekarang dan seterusnya. Kak, adikmu sudah dewasa.. tetapi tetap butuh kakak untuk terus menjadi sosok teladan sepanjang masa.

Almamaterku tercinta, Universitas Lampung

SANWACANA

Puja dan puji selalu selalu penulis haturkan atas rasa syukur kepada Allah SWT atas berkat dan rahmat-Nya penulis mampu menyelesaikan penulisan Skripsi dengan judul “Faktor-Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik Siswa XI IPA 2 SMA Negeri 1 Bukitkemuning” sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan sarjana.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan Skripsi ini tidak lepas dari bimbingan, bantuan, petunjuk, dan saran dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa hormat dan terimakasih kepada:

1. Bapak Dr. Mohammad Sofwan Effendi, M. Ed. selaku pelaksana tugas (Plt) Rektor Universitas Lampung.
2. Bapak Prof. Dr. Sunyono, M. Si. selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
3. Bapak Dr. Riswandi, M. Pd. selaku Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
4. Ibu Diah Utaminingsih, S. Psi., M.A., Psi. selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
5. Bapak Prof. Syarifuddin Dahlan, M. Pd. selaku pembimbing utama yang selalu memberikan motivasi, saran dan kritik yang sangat membangun, juga semangat kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan lancar.
6. Ibu Citra Abriani Maharani, M. Pd., Kons. selaku pembimbing pembantu yang sangat baik, sangat memahami, dan pastinya sangat sabar juga tak henti memberikan semangat dan dorongan untuk penulis dalam menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
7. Ibu Shinta Mayasari, S. Psi., M. Psi, Psi. selaku dosen penguji yang telah menyediakan waktu dalam memberikan arahan dan bimbingan kepada penulis.
8. Seluruh Bapak/Ibu Dosen Bimbingan dan Konseling Universitas Lampung. Terimakasih untuk semua ilmu yang telah diberikan selama penulis menduduki bangku perkuliahan S1.

9. Seluruh Bapak dan Ibu staff karyawan Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung, terimakasih sudah membantu penulis dalam segala keperluan administrasi.
10. Kedua orangtuaku tercinta, Bapak Mas'ud Asri dan Almarhumah Mamak Holila yang sedang menunggu kesuksesanku, terimakasih telah bersedia menjadi rumah untukku pulang. Selalu memberikan doa, dukungan yang sangat luar biasa dan selalu mengusahakan untuk memberikan yang terbaik untuk penulis.
11. Kakakku tersayang, Ridho Habiburrahkman. Terimakasih selalu ada walaupun kita berjauhan. Terimakasih untuk doa dan dukungan yang kakak berikan untuk penulis. Semoga kita bisa menjadi anak yang sukses untuk kedua orangtua kita, negara kita, dan dunia akhirat.
12. Bundaku terkasih, Bunda Hasanah.. Bunda selalu mengusahakan yang terbaik untuk kami, terimakasih untuk itu ya bunda.. Terimakasih untuk semua motivasi dan doa yang bunda berikan untuk penulis.
13. Keluarga besarku (dari bapak), bung beserta suami bung tersayang, yuk Lena, yuk Septi, kak Ari, Melin, Nayla, dan sneluruh keluarga besar terimakasih atas dukungan kalian selama ini untuk penulis. Serta keluarga besarku (dari mamak), ombai dan akasku sayang, cik Emi, cik Yuli, cik Ita, Kiyay Amin, Nik Atong, kak Robby, yuk Indah, yuk Cici, Destia, Ananda, Yusuf, Nugi, Gian, Araisyaa, Al tario, Araiki, dan seluruh keluarga besar terimakasih atas dukungan kalian selama ini untuk penulis.
14. Surya Akbar Awaluddin, S.H. Selalu menemani dalam setiap keadaan, terutama pada saat penulis mengerjakan skripsi dengan penuh lika-liku ini hingga skripsi ini dapat terselesaikan. Terimakasih sudah selalu berkenan di repotkan dan terimakasih atas segala doa dan dukunganmu.
15. Sahabatku dari sejak kecil. Annisa Umzi Anwar, Ayu Effendi dan Anita Ayu Putri, terimakasih selalu mendukung dan tidak lelah menjadi orang baik untuk penulis.
16. Dewi Utari Murti, yang menjadi teman hidup selama diperantauan dari hari pertama kita berkuliah memegang status mahasiswa sampai penulis melepas

status mahasiswa. Kamu menjadi saksi kehidupan penulis dalam suka maupun duka, pahit manisnya setiap peristiwa yang terjadi selama masa perkuliahan.

17. Seluruh teman-teman Bimbingan dan Konseling angkatan 2018, terimakasih atas dukungannya selama ini.
18. Adik-adik XII IPA 2 SMA Negeri 1 Bukitkemuning, terimakasih sudah berpartisipasi dalam penelitian penulis. Semangat menggapai prestasi, semoga Tuhan membalas semua kebaikan kalian.
19. Para “pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini, terima kasih atas semua bantuan dan dukungannya.
20. *Last but not least, I wanna thank me.. I wanna thank me for believing in me, I wanna thank me for doing all this hard work, I wanna thank me for having no days off, I wanna thank me for never quitting, I wanna thank me for always being a giver and trying to give more, I wanna thank me for trying to do more right than wrong, I wanna thank me just being me at all times.*

Penulis sangat menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Tidak sedikit kekurangan dan kelemahan di dalamnya, akan tetapi semoga skripsi ini dapat berguna. dan bermanfaat bagi masyarakat, .bangsa.dan.negara, para mahasiswa, akademisi, serta pihak-pihak lain terutama bagi .penulis. Semoga Tuhan Yang.Maha Esa senantiasa memberikan.perlindungan.dan keberkahan.untuk kita.semua,” Aamiin.

Bandarlampung, 25 November 2022



Nurul Ikhsana Amalia

DAFTAR ISI

	Halaman
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
I. PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang Masalah.....	1
1.2. Identifikasi Masalah	4
1.3. Pembatasan Masalah	4
1.4. Rumusan Masalah	5
1.5. Tujuan Penelitian.....	5
1.6. Manfaat Penelitian.....	5
1.6.1. Manfaat Teoritis.....	5
1.6.2. Manfaat Praktis	5
1.7. Ruang Lingkup	6
1.7.1. Ruang Lingkup Objek Penelitian.....	6
1.7.2. Ruang Lingkup Subjek Penelitian	6
1.7.3. Ruang Lingkup Tempat dan Waktu.....	6
1.8. Kerangka Pikir.....	7
II. TINJAUAN PUSTAKA	9
2.1. Prokrastinasi Akademik.....	9
2.1.1. Pengertian Prokrastinasi Akademik.....	9

2.1.2. Karakteristik Prokrastinasi Akademik	10
2.1.3. Dampak Prokrastinasi Akademik	11
2.1.4. Teori Prokrastinasi Akademik	12
2.1.5. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik.....	16
2.2. Siswa SMA Jurusan Ilmu Pengetahuan Alam.....	20
2.2.1. Hakikat Ilmu Pengetahuan Alam	22
2.2.2. Karakteristik Ilmu Pengetahuan Alam	22
2.3. Penelitian Yang Relevan	23
III. METODE PENELITIAN	26
3.1. Tempat dan Waktu Penelitian	26
3.2. Jenis Penelitian	26
3.3. Populasi dan Sampel.....	26
3.3.1. Populasi.....	26
3.3.2. Sampel	27
3.4. Teknik Pengumpulan Data	27
3.4.1. Wawancara.....	27
3.4.2. Observasi	28
3.4.3. Dokumentasi	30
3.5. Pengujian Keabsahan Data Penelitian	32
3.5.1. Pengujian Kreadibilitas.....	32
3.6. Analisis Data	33
3.6.1. Reduksi Data (<i>Data Reduction</i>).....	33
3.6.2. Penyajian Data (<i>Data Display</i>).....	33
3.6.3. Penarikan Kesimpulan (<i>Conclusion Drawing/verification</i>)	33

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN	35
4.1. Hasil Penelitian.....	35
4.1.1. Profil SMA Negeri 1 Bukitkemuning	35
4.1.2. Informasi Tentang Siswa (Subjek Penelitian)	36
4.1.3. Informasi Orangtua Siswa (Subjek Penelitian)	41
4.1.4. Informasi Guru di SMA Negeri 1 Bukitkemuning	42
4.2. Pembahasan	43
V. SIMPULAN DAN SARAN	51
5.1. Simpulan.....	51
5.2. Saran.....	51
DAFTAR PUSTAKA	53
LAMPIRAN	58

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1. Kisi-Kisi Pedoman Wawancara.....	28
Tabel 3.2. Kisi-Kisi Pedoman Observasi	29
Tabel 3.3. Kisi-Kisi Pedoman Dokumentasi	30
Tabel 4.1. Data Diri Subjek Penelitian.....	40
Tabel 4.2. Data Diri Orangtua Subjek Penelitian.....	41

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1.2. Kerangka Pikir Penelitian	8
Gambar 4.1. Nama Guru Dengan Mata Pelajaran Yang di Ampu	42

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Transkrip Wawancara.....	59
2. <i>Open Coding</i>	82
3. <i>Axial Coding</i>	117
4. <i>Selective Coding</i>	118
5. Hasil Sebar Instrumen.....	119
6. Pedoman Instrumen.....	129
7. Pedoman Wawancara	132
8. Pedoman Observasi.....	134
9. Pedoman Dokumentasi.....	135
10. Dokumentasi Wawancara.....	136
11. Hasil Observasi Siswa.....	138
12. Rapport Siswa	143
13. Absensi Siswa	153
14. Dokumentasi Pengumpulan Tugas Siswa/i Kepada Guru	155
15. Dokumentasi Penundaan Siswa Memasuki Ruang Kelas (Jam Pelajaran)....	156
16. Catatan Lapangan.....	157
17. Ruang BK SMAN1 Bukitkemuning	161
18. Photo Bersama Guru BK.....	163
19. Surat Izin Penelitian	164
20. Surat Balasan Sekolah.....	165

I. PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Siswa merupakan komponen pendidikan dalam proses pendidikan dan pembelajaran disekolah baik siswa SD/MI,SMP/MTS, maupun SMA/MA,SMK agar proses pembelajaran berjalan sesuai dengan tujuan pendidikan nasional sehingga menjadi manusia yang berkualitas dan berpendidikan serta dapat mencapai pembelajaran optimal dan sesuai dengan tujuan dari pendidikan nasional, membutuhkan peran yang sangat penting dari berbagai macam komponen di dalam sistem pendidikan sekolah tersebut, baik pembelajaran yang formal maupun informal sehingga memudahkan siswa untuk mengembangkan kemampuan yang dimilikinya. Untuk dapat mencapai pendidikan yang baik dan optimal, siswa harus belajar lebih giat lagi, tekun, rajin dan disiplin sehingga memperoleh hasil belajar yang maksimal. Proses belajar individu terbentuk dengan sendirinya secara internal yaitu melalui proses kognitif, membuat siswa belajar sehingga akan timbul transfigurasi karakter pada diri siswa sebagai bentuk tujuan pembelajaran yang diharapkan.

Tugas utama siswa adalah belajar untuk mengembangkan diri. Baik di lingkungan sekolah maupun di tempat lainnya. Belajar ialah perubahan di dalam diri antara lain tingkah laku. Dengan adanya kegiatan belajar maka norma yang dimiliki oleh seseorang setelah ia melakukan kegiatan belajar akan berubah menjadi lebih baik.

Slameto (2015) berpendapat bahwa belajar adalah suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk mencapai suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan atau totalitas, sebagai bentuk hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan situasi lingkungannya. Dalam proses belajar perubahan-perubahan senantiasa bertambah dan tertuju untuk memperoleh sesuatu yang lebih baik dari sebelumnya atau dengan kata lain perubahan itu sebagian dari motivasi belajar. Seperti menurut Uno (Nindia, 2013) mengungkapkan motivasi

atau dorongan belajar adalah dukungan internal dan eksternal pada siswa yang sedang belajar untuk tercipta perubahan tingkah laku dengan beberapa parameter atau elemen yang mendukung di dalam kegiatan belajar, anak memerlukan motivasi, karena belajar dan motivasi saling mempengaruhi.

Semua siswa berada pada masa remaja dimana individu-individu tersebut yang sedang menjalani proses pencarian identitas diri dengan menunjukkan beberapa karakter diri, menuju kepada masa dewasa awal yang memiliki karakter, dan remaja senang untuk mencoba hal-hal yang aktual untuk mencari jati dirinya.

Berdasarkan fenomena yang terjadi saat ini akibat rendahnya motivasi belajar siswa menyebabkan sering terjadinya penundaan tugas sehingga tugas semakin banyak dan menumpuk dan banyak juga siswa yang selalu menyelesaikan tugas dengan cara sks (sistem kebut semalam) yang dianggap kurang efektif, hal ini tidak sesuai dengan kewajiban siswa yang seharusnya, yaitu belajar dan mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru. Banyaknya siswa yang berpikiran bahwa dengan keadaan yang terdesak oleh tekanan jangka waktu pengumpulan tugas, mereka akan cepat menyelesaikan tugas tindakan tersebut tidak efektif, dan kenyataannya masih banyak siswa yang tidak mengerjakan tugas. Individu yang melakukan penundaan tidak akan melakukan prokrastinasi jika tugas tersebut harus dikerjakan dan merasa yakin dengan kemampuannya dalam melaksanakan tugas tersebut. Menurutny, menunda mungkin tampak lebih menyenangkan dari pada meningkatkan kemampuan dalam mengerjakan tugas.

Istilah prokrastinasi dapat didefinisikan sebagai suatu penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang, dengan melakukan aktivitas lain yang tidak diperlukan dalam pengerjaan tugas. Kata prokrastinasi berasal dari bahasa Latin *procrastinare*, yaitu kata pro yang artinya maju, ke depan, bergerak maju, dan crastinus yang berarti besok atau menjadi hariesok. Sehingga dari asal katanya prokrastinasi adalah menunda sampai hari esok atau lebih suka melakukan pekerjaannya besok. Orang yang melakukan prokrastinasi dapat disebut sebagai prokrastinator. Seperti yang dikatakan Carthy (Nafeesa, 2018) menyatakan, prokrastinasi adalah kecenderungan untuk menunda atau menghindari sepenuhnya tanggung jawab, keputusan, atau tugas yang perlu dilakukan, dan biasanya baru

mulai dikerjakan pada saat-saat terakhir batas pengumpulan tugas.

Orang yang melakukan prokrastinasi memiliki pandangan bahwa suatu tugas harus diselesaikan dengan sempurna, sehingga dia merasa lebih aman untuk tidak melakukannya dengan segera. Selanjutnya Steel (Ursia, 2013) mengemukakan bahwa prokrastinasi adalah menunda dengan sengaja kegiatan yang diinginkan walaupun individu mengetahui bahwa perilaku penundaannya tersebut dapat menghasilkan dampak buruk. Bersumber kepada pendapat para ahli maka bisa disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik yakni kebiasaan yang melahirkan kemalasan sehingga sering menunda-nunda tugas bahkan secara sengaja dan lebih memilih aktivitas lain dan ini akan berpengaruh terhadap perilakunya sehingga tugas yang harusnya dikerjakan sengaja ditunda-tunda dan terabaikan akhirnya semakin menumpuk dan banyak.

Prokrastinasi akademik dapat membawa siswa pada ketertinggalan, karena prokrastinasi akademik dapat menimbulkan kerusakan pada kinerja akademik termasuk di dalamnya kebiasaan belajar yang buruk, motivasi belajar menurun, nilai akademik kurang baik, bahkan membawa seseorang yang melakukan prokrastinasi pada kegagalan yang fatal atau *drop out*. Disamping itu juga dapat berakibat pada afeksi seperti depresi dan kecemasan yang tinggi.

Dalam proses belajarnya di sekolah tidak sedikit siswa yang mengalami masalah-masalah akademik yang disebabkan oleh kebiasaan menunda-nunda, seperti; pengumpulan tugas, penyelesaian tugas sesuai dengan aturan-aturan yang berlaku, pengaturan waktu belajar, memilih metode belajar untuk mempersiapkan ujian, dan menyelesaikan tugas-tugas sekolah. Berdasarkan hasil pengamatan peneliti saat melakukan prapenelitian pada siswa kelas XI IPA di SMA Negeri 1 Bukitkemuning bersama guru-guru BK, ditemukan informasi bahwa sebagian besar siswa sering kali melakukan prokrastinasi. Hal ini sesuai dengan pendapat Ghufron (2017) mengungkapkan bahwa seseorang dalam hal ini pelajar SMA/ yang sederajat memiliki ciri-ciri 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. Tidak peduli apakah penundaan tersebut mempunyai

alasan atau tidak, setiap penundaan dalam menghadapi suatu tugas disebut prokrastinasi. Banyak faktor yang melatarbelakangi siswa melakukan prokrastinasi, diantaranya adalah rendahnya manajemen diri setiap siswa dalam menyelesaikan tugas akademik. Prokrastinasi akademik akan menjadi suatu kebiasaan buruk yang akan dibawa terus jika tidak segera ditanggulangi.

Untuk memberikan solusi terhadap permasalahan perilaku prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI IPA 2 SMA Negeri 1 Bukitkemuning, diperlukan informasi lebih dalam mengenai hal-hal apa saja yang melatarbelakangi munculnya perilaku prokrastinasi akademik. Sehingga, solusi yang diberikan tepat sasaran dan sesuai kebutuhan siswa. Oleh karena itu, dalam hal ini peneliti mengambil keputusan ingin meninjau lebih dalam apa saja yang mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik siswa. Sehingga, peneliti menetapkan judul penelitian: faktor-faktor penyebab prokrastinasi akademik siswa kelas XI IPA 2 SMA Negeri 1 Bukitkemuning.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan fenomena yang ditemukan pada uraian di atas, maka dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut:

1. Terdapat siswa-siswa yang menunda-nunda dalam mengerjakan tugas.
2. Terdapat siswa-siswa melakukan kegiatan yang lebih menyenangkan sebelum mengerjakan tugas akademiknya (bermain *game*, membuka sosial media dan sebagainya).
3. Terdapat siswa-siswa yang berfikir masih banyak waktu untuk mengerjakan tugas harian individu maupun kelompok.
4. Terdapat siswa-siswa yang mengerjakan PR di sekolah.
5. Terdapat siswa-siswa yang mengumpulkan tugas melampaui batas *deadline*.

1.3. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas peneliti memperjelas masalah tentang perilaku prokrastinasi akademik yang akan dikaji dalam penelitian ini, maka peneliti membatasi pada Faktor-Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI IPA 2 SMA Negeri 1 Bukitkemuning Tahun Ajaran 2021/2022.

1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan hasil pengamatan peneliti ketika melaksanakan PLP 1 dan 2 tanggal 1 Februari - 22 Maret 2021 pada siswa kelas XI IPA di SMA Negeri 1 Bukitkemuning peneliti dan rekan-rekan PLP membantu guru BK yang ada disekolah tersebut. Beliau adalah ibu Dina Maryana, S. Pd, dan ibu Emilia Roza, S. Pd dengan melaksanakan wawancara kepada siswa kelas XI IPA. Ditemukan informasi bahwa sebagian besar siswa sering kali melakukan perilaku prokrastinasi.

Berdasarkan permasalahan yang di temui di sekolah ini, peneliti dapat merumuskan pertanyaan-pertanyaan sebagai rumusan masalah yaitu sebagai berikut:

1. Bagaimanakah prokrastinasi akademik siswa kelas XI IPA 2 SMA Negeri 1 Bukitkemuning?
2. Apa sajakah faktor-faktor penyebab prokrastinasi akademik siswa kelas XI IPA 2 SMA Negeri 1 Bukitkemuning?

1.5. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dipaparkan di atas maka tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui gambaran prokrastinasi akademik siswa kelas XI IPA 2 SMA Negeri 1 Bukitkemuning.
2. Untuk mengetahui apa saja faktor–faktor penyebab prokrastinasi akademik siswa kelas XI IPA 2 SMA Negeri 1 Bukitkemuning.

1.6. Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk hal-hal sebagai berikut:

1.6.1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, dari data penelitian ini diharapkan dapat memberi wacana bagi perkembangan ilmu Bimbingan dan Konseling tentang faktor-faktor yang menyebabkan prokrastinasi akademik.

1.6.2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada sekolah dalam meningkatkan kemampuan mengelola waktu siswa dan mengurangi atau bahkan menghilangkan perilaku prokrastinasi akademik siswa.

b. Bagi Guru Bimbingan Konseling (BK)

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada guru BK dalam memberikan layanan BK khususnya terkait perilaku prokrastinasi akademik siswa.

c. Bagi peserta didik

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi peserta didik dalam mengurangi perilaku prokrastinasi akademik dan dapat mengelola waktu dengan baik.

d. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan bisa memaksimalkan serta memperdalam kembali penelitian terkait mengetahui faktor-faktor penyebab prokrastinasi akademik siswa.

1.7. Ruang Lingkup

Agar penelitian lebih jelas dan penelitian ini tidak menyimpang dari tujuan yang telah ditetapkan maka penulis memberi ruang lingkup penelitian sebagai berikut:

1.7.1. Ruang Lingkup Objek Penelitian

Ruang lingkup objek penelitian ini yaitu faktor-faktor penyebab prokrastinasi akademik siswa kelas XI IPA 2 SMA Negeri 1 Bukitkemuning.

1.7.2. Ruang Lingkup Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah siswa kelas XI IPA 2 SMA Negeri 1 Bukitkemuning.

1.7.3. Ruang Lingkup Tempat dan Waktu

Tempat penelitian ini di SMA Negeri 1 Bukitkemuning, Lampung Utara. Waktu penelitian ini adalah pada Tahun Ajaran 2021/2022.

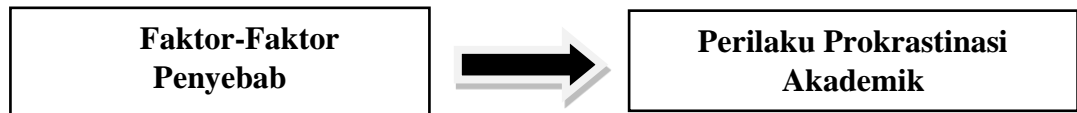
1.8. Kerangka Pikir

Kerangka pikir adalah penjelasan sementara mengenai gejala yang menjadi objek atas permasalahan yang diperlukan dalam metode penelitian. Sehingga kerangka pikir disusun berdasar kriteria utama berupa alur-alur pemikiran yang logis. Menurut Sugiyono (2017), arti kerangka pikir adalah bentuk strategi konseptual yang mengaitkan antara teori dengan berbagai faktor permasalahan yang dianggap penting untuk diselesaikan, sehingga dalam hal lebih mengacu pada tujuan penelitian tersebut dijalankan.

Prokrastinasi dapat dirumuskan sebagai penundaan awal atau penyelesaian tugas yang disengaja dan berulang dengan melakukan aktivitas lain yang tidak penting, yang mengakibatkan penundaan dalam menyelesaikan tugas atau aktivitas. Berkenaan dengan penundaan dalam arti positif dan negatif, prokrastinasi dapat dibagi menjadi dua jenis, tergantung pada tujuan dan kegunaan dari penundaan. Karena penalaran yang kuat memiliki tujuan tertentu, upaya konstruktif untuk melakukan tugas dengan benar tidak berbahaya atau bahkan berguna. Penundaan tugas bisa terjadi karena rasa malas, mencari hiburan, tugas-tugas yang menumpuk, banyaknya kegiatan, rasa takut gagal atau tidak mampu mengerjakan, atau bahkan ingin mencari bahan yang lebih mendukung. Kondisi seperti ini kiranya akan mempengaruhi kinerja siswa yang pada akhirnya mempengaruhi prestasi akademik siswa.

Peneliti telah melakukan wawancara yang dilaksanakan oleh para guru BK ketika peneliti dan rekan-rekan melaksanakan PLP, wawancara dilakukan terhadap 104 siswa Jurusan Ilmu Pengetahuan Alam. Berdasarkan masalah yang ditemui disekolah, munculnya perilaku prokrastinasi akademik tepatnya pada kelas XI IPA 2 dengan prokrastinasi akademik tertinggi. Hal ini menjadikan suatu indikator yang sangat penting untuk dijadikan landasan penelitian apa sebenarnya yang memicu munculnya perilaku tersebut. Seperti yang disampaikan oleh Ferrari, dkk., (1995) mengatakan bahwa sebagai suatu perilaku penundaan, prokrastinasi akademik dapat termanifestasikan dalam aspek atau indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati. Oleh sebab itu, untuk mencapai kesuksesan siswa dalam hal akademik, serta kemampuan

dalam mengatur diri perlu adanya perilaku untuk tidak menunda. Maka, berdasarkan uraian diatas kerangka pikir dalam uraian penelitian ini ditunjukkan pada gambar sebagai berikut:



Gambar1.2.KerangkaPikirPenelitian

II. TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Prokrastinasi Akademik

2.1.1. Pengertian Prokrastinasi Akademik

Selama menuntut ilmu di sekolah, siswa tidak lepas diri dari keharusan mengerjakan atau menyelesaikan tugas-tugas akademiknya. Siswa harus mengerjakan dan menyelesaikan tugas akademiknya sesuai dengan penugasan dan dalam jangka waktu tertentu, semua penugasan yang diberikan guru harus dikerjakan dan diselesaikan tepat waktu dan adanya penundaan. Prokrastinasi akademik merupakan kegagalan dalam mengerjakan tugas dalam kerangka waktu yang diinginkan atau menunda mengerjakan tugas sampai saat-saat terakhir (Bestari Laia, 2018). Prokrastinasi Akademik merupakan jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik. Ghufron dalam (Bestari Laia, 2020) mengemukakan jenis prokrastinasi akademik yaitu “Jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik, misalnya tugas sekolah atau tugas khusus”. Upaya menyelesaikan tugas akademik, setiap siswa mempunyai strategi yang berbeda. Ada yang langsung mengerjakan tugas sesuai dengan waktu yang telah ditentukan, dan ada pula yang memilih menunda mengerjakan tugas dengan alasan masih ada hari esok atau waktu untuk menyelesaikannya. Berdasarkan hasil wawancara kepada beberapa guru bahwa respon siswa ketika diberikan tugas, ada yang dengan senang hati mengerjakan, ada juga yang kurang senang karena malas belajar (Surur, M., 2020). Ketika siswa diberi tugas di kelas, banyak siswa yang tidak langsung mengerjakan, sehingga menjadi tugas pekerjaan rumah, dan lebih banyak siswa yang terlambat menyerahkan tugasnya. Siswa membuat perencanaan dalam menyelesaikan tugas belajarnya bagi siswa yang merasa penting akan tugasnya, dan bagi siswa yang malas pastinya tidak akan memiliki perencanaan apapun dalam belajarnya dalam jangka pemberian tugas diberikan selama satu minggu. Penundaan pengerjaan tugas dan kewajiban belajar

merupakan salah satu tanda ketidaksiapan individu dalam menggunakan waktu secara efektif. Penundaan penyelesaian tugas juga berpotensi menghambat proses belajar siswa itu sendiri. Muhid dalam (Maria Magdalena Duha, 2021) mengemukakan “Prokrastinasi akademik sebagai suatu penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang, dengan melakukan aktivitas lain yang tidak diperlukan dalam pengerjaan tugas-tugas akademik”.

Solomon dan Rothblum (dalam Makhinudin 2019), menyatakan bahwa ada 6 (enam) disiplin ilmu yang merupakan unsur prokrastinasi akademik, yaitu:

- a. Menulis. Meliputi penundaan pelaksanaan kewajiban menulis makalah, laporan praktikum dan tugas menulis lainnya.
- b. Belajar untuk menghadapi ujian. Mencakup penundaan belajar untuk menghadapi kuis, ujian tengah semester dan ujian akhir semester.
- c. Menulis. Meliputi penundaan pelaksanaan kewajiban menulis makalah, laporan praktikum dan tugas menulis lainnya.
- d. Belajar untuk menghadapi ujian. Mencakup penundaan belajar untuk menghadapi kuis, ujian tengah semester dan ujian akhir semester.
- e. Membaca. Menunda membaca buku atau referensi yang berkaitan dengan tugas akademik yang diwajibkan.
- f. Kinerja administratif. Penundaan pengerjaan dan penyelesaian tugas-tugas administratif, seperti menyalin catatan, mendaftarkan diri dalam presensi kehadiran.
- g. Menghadiri pertemuan. Penundaan atau keterlambatan menghadiri kelas, praktikum dan pertemuan lainnya.
- h. Kinerja akademik secara keseluruhan. Mencakup penundaan mengerjakan atau menyelesaikan tugas-tugas akademik secara keseluruhan.

2.1.2. Karakteristik Prokrastinasi Akademik

Perilaku prokrastinasi akademik dapat muncul dalam berbagai macam gaya berdasarkan ciri-ciri yang menonjol.

Sapadin dan Maguire (dalam Syafi'i, 2001) membagi 6 gaya prokrastinasi yang pokok yaitu:

- a. *Perfectionist* yaitu mengerjakan sesuatu yang dirasakan kurang sempurna. Seseorang melakukan pekerjaan mereka sebanyak mungkin (sepenuhnya). Sesuatu yang dilakukan untuk menyelesaikan tugas sering ditentukan tidak lengkap dengan sendirinya, sehingga individu memutuskan untuk menunda pekerjaannya.
- b. *Dreamer* yaitu banyak orang memiliki ide-ide hebat, tetapi mereka tidak mewujudkannya. Penundaan menghabiskan banyak waktu untuk mempersiapkan, mencari buku dan dengan hati-hati merencanakan membutuhkan dan melakukan tugas, tetapi pada kenyataannya itu sangat berlebihan sehingga individu ditugaskan.
- c. *Worrier* yaitu tidak berfikir tugas akan berjalan dengan baik. Tapi takut dengan apa yang harus dilakukan selanjutnya akan buruk atau gagal. Merasa bahwa mereka telah gagal atau bahwa pekerjaan mereka tidak berjalan dengan baik. Orang-orang khawatir akan gagal, sehingga mereka memutuskan untuk menunda pekerjaan mereka.
- d. *Defier* yaitu tidak mau diperintah atau dinasihati orang lain (mau menentang). Mereka sering disebut sebagai orang yang suka menunda-nunda karena pada umumnya memiliki kebiasaan.
- e. *Crisis Maker* yaitu suka membuat masalah dalam pekerjaan karena terlambat memulai. Individu suka menunda pengerjaan tugas menjelang batas akhir waktu yang disediakan sehingga sering tidak dapat menyelesaikan tugas tepat waktu.
- f. *Over Doer* yaitu terlalu banyak pekerjaan untuknya. Individu selalu mengatakan “ya”, untuk tugas yang diberikan lalu kehilangan kendali atas waktu dan sumber daya yang tersedia, dan kehilangan kemampuan untuk menyelesaikan konflik yang muncul. Bagaimanapun, individu sering ragu tentang tugas yang harus mereka lakukan. Ciri-ciri di atas merupakan salah satu bentuk indikator prokrastinasi.

2.1.3. Dampak Prokrastinasi Akademik

Menurut Burka & Yuen (2008), prokrastinasi mengganggu dalam dua hal, yaitu:

- a. Prokrastinasi menciptakan masalah eksternal, seperti menunda

mengerjakan tugas membuat kita tidak dapat mengerjakan tugas dengan baik dan mendapat peringatan dari guru.

- b. Prokrastinasi menimbulkan masalah internal, seperti merasa bersalah atau menyesal.

2.1.4. Teori Prokrastinasi Akademik

Ada beberapa teori psikologi yang menjadi dasar perkembangan prokrastinasi akademik diantaranya:

1) Psikodinamik

Penganut Psikodinamik beranggapan bahwa pengalaman masa anak-anak akan mempengaruhi perkembangan proses kognitif seseorang ketika dewasa, terutama trauma. Orang yang pernah mengalami trauma akan suatu tugas tertentu, misalnya gagal menyelesaikan tugas sekolahnya, akan cenderung melakukan prokrastinasi ketika dihadapkan lagi pada suatu tugas yang sama. Dia akan teringat kepada pengalaman kegagalan dan perasaan tidak menyenangkan yang pernah dialami. Oleh sebab itu, orang tersebut akan menunda mengerjakan tugas yang dipersiapkan akan mendatangkan perasaan seperti masa lalu. Ferrari dkk., (dalam M. N. Ghufron, 2017).

Menurut Freud, berkaitan konsep tentang penghindaran dalam tugas mengatakan bahwa seseorang yang dihadapkan tugas yang mengancam ego pada alam bawah sadar akan menimbulkan ketakutan dan kecemasan. Perilaku penundaan atau prokrastinasi merupakan akibat dari penghindaran tugas dan sebagai mekanisme pertahanan diri. Seseorang secara tidak sadar melakukan penundaan untuk menghindari penilaian yang dirasakan akan mengancam keberadaan ego atau harga dirinya. Akibatnya, tugas yang cenderung dihindari atau yang tidak diselesaikan adalah jenis tugas yang mengancam ego seseorang, misalnya tugas-tugas di sekolah. Seperti tercermin dalam perilaku prokrastinasi akademik sehingga bukan semata-mata karna ego yang membuat seseorang melakukan prokrastinasi. Ferrari dkk., (dalam M. N. Ghufron, 2017).

2) Behavioristik

Penganut psikologi behavioristik beranggapan bahwa perilaku prokrastinasi akademik muncul akibat proses pembelajaran. Seseorang melakukan prokrastinasi akademik karena dia pernah mendapatkan *punishment* atas perilaku tersebut. Seorang yang pernah merasakan sukses dalam melakukan tugas sekolah dengan melakukan penundaan, cenderung akan mengulangi lagi perbuatannya. Sukses yang pernah dia rasakan akan dijadikan *reward* untuk mengurangi perilaku yang sama pada masa yang akan datang. Bijou dkk., (dalam M.N. Ghufron, 2017). Adanya objek lain yang memberikan *reward* lebih menyenangkan daripada objek yang di prokrastinasi, menurut McCown dan Johnson dapat memunculkan perilaku prokrastinasi akademik. Ibia (dalam M.N. Ghufron, 2017). Seseorang yang merasa bermain video *game* lebih menyenangkan daripada mengerjakan tugas sekolah, mengakibatkan tugas sekolah lebih sering di prokrastinasi daripada bermain video *game*. Disamping *reward* yang diperoleh, prokrastinasi akademik juga cenderung dilakukan pada jenis tugas sekolah yang mempunyai *punishment* atau konsekuensi dalam jangka waktu yang lebih lama daripada tugas yang tidak ditunda. Oleh karena *punishment* yang akan dihadapi kurang kuat untuk menghentikan perilaku prokrastinasi, misalnya ketika seseorang disuruh memilih untuk menunda belajar ujian semester atau menunda untuk mengerjakan pekerjaan rumah mingguan, maka kecenderungan untuk menunda belajar untuk ujian semester lebih besar daripada menunda mengerjakan pekerjaan rumah mingguan. Dikarenakan risiko nyata yang dihadapi lebih pendek mengerjakan pekerjaan rumah daripada belajar untuk ujian.

Perilaku prokrastinasi akademik juga bisa muncul pada kondisi lingkungan tertentu. Kondisi yang menimbulkan stimulus tertentu bisa menjadi *reinforcement* bagi munculnya perilaku prokrastinasi. Kondisi yang *linent* atau rendah dalam pengawasan akan mendorong seseorang untuk melakukan prokrastinasi akademik karena tidak adanya pengawasan akan mendorong seseorang untuk berperilaku tidak tepat waktu. Dossett dkk., dalam (M. N. Ghufron, 2017).

3) Kognitif dan *Behavioral-Cognitive*

Ellis dan Knaus memberikan penjelasan tentang prokrastinasi akademik dari sudut pandang *Cognitive-Behavioral* menurut B.W. Tuchman (dalam M. N. Ghufron, 2012). Prokrastinasi akademik terjadi karena adanya keyakinan irasional yang dimiliki oleh seseorang. Keyakinan irasional tersebut dapat disebabkan suatu kesalahan dalam mempersepsikan tugas sekolah. Seseorang memandang tugas sebagai sesuatu yang berat dan tidak menyenangkan (*aversiveness of task* dan *fear of failure*).

Oleh karena itu, seseorang merasa tidak mampu menyelesaikan tugasnya secara memadai sehingga menunda-nunda menyelesaikan tugas tersebut secara memadai.

Dalam penelitian ini akan menitikberatkan pada pandangan Teori behavioral-kognitif. Prokrastinasi akademik terjadi karena adanya keyakinan irasional yang dimiliki seseorang. Burka & Yuen (2008), keyakinan irasional tersebut dapat disebabkan oleh suatu kesalahan yang mempersepsikan tugas sekolah, seseorang menunda tugas sebagai suatu yang berat dan tidak menyenangkan (*aversiveness of the task* dan *fear of failure*), oleh karena itu seseorang merasa tidak mampu untuk menyelesaikan tugasnya secara memadai, sehingga seseorang menunda-nunda dalam menyelesaikan tugas tersebut.

Fear of the failure adalah ketakutan yang berlebihan untuk gagal, seseorang menunda-nunda mengerjakan tugas sekolahnya karena takut jika gagal menyelesaikannya sehingga akan mendatangkan penilaian yang negatif akan kemampuannya, akibatnya seseorang menunda-nunda untuk mengerjakan tugas yang dihadapinya.

Ghufron dan Risnawita (2017) faktor-faktor prokrastinasi akademik dikategorikan menjadi 2 macam, yaitu faktor internal dan eksternal.

1. Faktor internal

Faktor internal adalah faktor yang terdapat dalam diri individu yang mempengaruhi prokrastinasi.

a) Kondisi fisik individu

Keadaan fisik dan kesehatan tubuh dapat mempengaruhi munculnya prokrastinasi akademik pada individu, misalnya *fatigue*. Seseorang yang mengalami *fatigue* akan lebih cenderung melakukan prokrastinasi dibandingkan orang yang tidak mengalami.

b) Kondisi psikologis individu

Kondisi psikologis individu seperti *trait*, motivasi, ataupun kontrol diri mempengaruhi munculnya prokrastinasi akademik. *Trait* kemampuan sosial yang tercermin dalam *self regulation* dan tingkat kecemasan dalam berhubungan sosial mempengaruhi munculnya perilaku penundaan. Motivasi juga ikut serta mempengaruhi prokrastinasi secara negatif. Semakin tinggi motivasi intrinsik yang dimiliki maka semakin rendah kecenderungan melakukan prokrastinasi.

2. Faktor eksternal

Faktor eksternal adalah faktor-faktor yang terdapat di luar diri individu yang memengaruhi prokrastinasi. Faktor-faktor itu berupa pengasuhan orangtua dan lingkungan yang kondusif, yaitu lingkungan yang *lenient*.

a) Gaya Pengasuhan Orangtua

Hasil penelitian Ferrari & Ollivete menemukan bahwa tingkat pengasuhan otoriter ayah menyebabkan munculnya kecenderungan perilaku prokrastinasi yang kronis pada subjek penelitian anak, sedangkan tingkat pengasuhan demokratis ayah menghasilkan anak yang bukan prokrastinator. Ibu yang memiliki kecenderungan melakukan *Javoidance procrastination* menghasilkan anak yang memiliki kecenderungan untuk melakukan *avoidance procrastination* pula.

b) Kondisi lingkungan

Kondisi lingkungan yang *lanient* prokrastinasi akademik lebih banyak dilakukan pada lingkungan yang rendah dalam pengawasan daripada lingkungan yang penuh pengawasan. Tingkat atau level sekolah, juga apakah sekolah terletak di desa ataupun di kota tidak mempengaruhi perilaku prokrastinasi seseorang. (Ghufron & Risnawita, 2017).

Ferrari (dalam M.N.Ghufron, 2017), mengatakan bahwa seseorang melakukan

prokrastinasi akademik untuk menghindari informasi diagnostik akan kemampuannya. Prokrastinasi tersebut dilakukan karena seseorang tidak mau dikatakan mempunyai kemampuan yang rendah atau kurang dengan hasil kerjanya. Seseorang yang melakukan penundaan akan merasa bahwa bila mengalami kegagalan atau hasilnya tidak memuaskan itu bukan karena rendahnya kemampuan, akan tetapi ketidaksungguhan dalam mengerjakan tugas yang dihadapi yaitu dengan menunda-nunda. Hal ini pula yang dialami siswa di SMA Negeri 1 Bukitkemuning.

2.1.5 Faktor – faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik

Menurut Tuckman (1991) faktor prokrastinasi terdiri dari 3 faktor, antara lain:

1) Kecenderungan membuang waktu

Kecenderungan untuk membuang waktu secara sia-sia dalam menyelesaikan tugas yang perlu diprioritaskan demi melakukan hal lain yang kurang penting. Aspek ini merujuk pada individu yang selalu menunda untuk melakukan ataupun menyelesaikan pengerjaan suatu tugas.

2) Kecenderungan untuk menghindari tugas yang tidak menyenangkan

Ini merupakan kecenderungan untuk merasa berkeberatan mengerjakan hal-hal yang tidak disukai dalam tugas yang harus dikerjakannya tersebut atau jika memungkinkan akan menghindari hal-hal yang dianggap mendatangkan perasaan tidak menyenangkan. Individu cenderung mudah menyerah ketika menemui tugas yang sulit dan memilih sesuatu yang menyenangkan yang mudah untuk diperolehnya dan mendatangkan hiburan, seperti menonton, ngobrol, jalan, mendengarkan musik, dan sebagainya.

3) Kecenderungan menyalahkan orang lain

Merupakan kecenderungan untuk menghindari tanggung jawab sendiri dan menyalahkan pihak lain atas penderitaan yang dialami diri sendiri dalam mengerjakan sesuatu yang ditundanya. Misalnya, individu cenderung menyalahkan pihak lain karena telah memberikan batas waktu kepada individu dalam mengerjakan tugas.

Menurut Ferrari (1995) terdapat 4 indikator tertentu prokrastinasi, diantaranya:

- 1) Penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan kerja pada tugas yang dihadapi.

Siswa yang melakukan prokrastinasi paham jika tugas yang dihadapinya harus segera diselesaikan namun siswa cenderung menunda-nunda untuk memulai atau menunda untuk menyelesaikan tugas hingga akhir jika sudah mengerjakan sebelumnya.

- 2) Keterlambatan dalam mengerjakan tugas.

Siswa yang melakukan prokrastinasi seringkali memerlukan waktu yang lebih lama dari waktu yang telah ditentukan.

- 3) Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual.

Seseorang biasanya merencanakan waktu untuk mengerjakan sesuatu akan tetapi pada waktunya tiba ia mengalami kesulitan untuk melakukannya dan cenderung untuk menunda mengerjakan tugas akibatnya tugas terlambat dikerjakan bahkan gagal dikerjakan.

- 4) Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan

Seorang procrastinator cenderung lebih memilih untuk mengerjakan sesuatu yang dianggapnya membawa kesenangan dibandingkan harus mengerjakan tugas yang dinilai tidak menyenangkan. Akibatnya, pengerjaan tugas menjadi tertunda.

Menurut Surijah & Tjundjing (2010) menjelaskan terdapat 4 faktor penyebab prokrastinasi, antara lain:

- 1) *Perceived time*

Seseorang dengan prokrastinasi adalah orang-orang yang gagal menepati *deadline*. Mereka berorientasi pada masa sekarang dan tidak mempertimbangkan masa mendatang. Hal ini mengakibatkan seseorang menjadi individu yang tidak tepat waktu karena gagal memprediksikan waktu yang dibutuhkan untuk mengerjakan tugas. Ferrarri, Johnson, & Mc Gown (Surijah & Tjundjing 2010).

- 2) *Intention-action gap*

Perbedaan antara keinginan dan perilaku seseorang menjadi penyebab

kegagalan dalam mengerjakan tugas akademik walaupun sesungguhnya individu tersebut sangat menginginkan untuk mengerjakannya. Namun, ketika tenggat waktu semakin dekat, celah antara keinginan dan perilaku akan semakin kecil bahkan pelaku yang semula menunda mengerjakan tugas dapat mengerjakan lebih dari yang ditargetkan diawal. Steel (dalam Surijah & Tjundjing 2010).

3) *Emotional distress*

Perasaan cemas yang nampak saat melakukan prokrastinasi. Perilaku menunda-nunda sudah pasti membawa perasaan tidak nyaman. Konsekuensi negatif yang ditimbulkan memicu kecemasan dalam diri pelaku prokrastinasi. Steel (dalam Surijah & Tjundjing 2010).

4) *Perceived ability*

Keragu-raguan terhadap diri sendiri menyebabkan seseorang melakukan prokrastinasi. Hal ini ditambah rasa takut yang berlebihan akan kegagalan. Seseorang menunda mengerjakan tugas karena takut jika gagal akan mendatangkan penilaian negatif atas kemampuannya.

Bernard (dalam Fauziah 2015) terdapat 10 faktor yang mendorong terjadinya prokrastinasi, antara lain:

1) Kecemasan

Salah satu faktor yang mendorong terjadinya prokrastinasi adalah kecemasan. Kecemasan tinggi yang timbul pada siswa menyebabkan siswa terus menunda-nunda mengerjakan atau menyelesaikan tugasnya.

2) Rendah diri

Siswa cenderung memiliki penghargaan yang rendah atas dirinya sendiri dan selalu siap untuk menyalahkan diri sendiri ketika terjadi kesalahan dan juga merasa tidak percaya diri untuk mendapat masa depan yang cerah.

3) Rendahnya toleransi terhadap ketidaknyamanan

Kecenderungan memiliki toleransi yang rendah terhadap ketidaknyamanan. Adanya kesulitan pada tugas yang sedang dikerjakan membuat siswa mengalami kesulitan untuk menoleransi rasa frustrasi dan kecemasan, sehinggamereka mengalihkan diri sendiri kepada tugas-tugas

yang mengurangi ketidaknyamanan dalam diri mereka.

4) Pencari kesenangan (*pleasure seeking*)

Siswa yang cenderung selalu mencari kenyamanan tidak mau melepaskan situasi yang membuat nyaman tersebut. Jika siswa memiliki kecenderungan yang tinggi dalam mencari situasi yang nyaman, siswa akan memiliki hasrat kuat untuk bersenang-senang dan memiliki kontrol impuls yang rendah.

5) Disorganisasi waktu

Mengatur waktu berartimampu memperkirakan dengan baik berapa lama seseorang membutuhkan waktu untuk menyelesaikan suatu pekerjaan. Bukan hanya itu, siswa juga harus mampu membedakan pekerjaan apa yang penting dan kurang penting untuk dikerjakan. Semua pekerjaan yang terlihat sangat penting memunculkan kesulitan untuk menentukan apa yang harus dikerjakan terlebih dahulu.

6) Disorganisasi lingkungan

Lingkungan yang tidak teratur menjadi salah satu penyebab prokrastinasi. Tidak teraturnya lingkungan bisa dalam bentuk interupsi dari orang lain, kurangnya privasi, adanya begitu banyak gangguan pada area wilayah pekerjaan menyulitkan seseorang untuk berkonsentrasi sehingga pekerjaan tersebut tidak bisa selesai tepat pada waktunya.

7) Pendekatan yang lemah terhadap tugas

Pendekatan yang lemah terhadap tugas membuat siswa cenderung untuk menghindari tugasnya kembali karena tidak tahu harus memulai darimana sehingga cenderung tertahan oleh ketidaktahuan tentang bagaimana harus memulai dan menyelesaikan pekerjaan tersebut.

8) Kurang asertif

Dapat diartikan sebagai kurangnya memberikan pernyataan yang tegas. Contohnya, jika siswa mengalami kesulitan untuk berkata tidak terhadap permintaan yang ditujukan kepadanya sedangkan banyak hal yang harus dikerjakan karena telah dijadwalkan terlebih dulu. Hal ini bisa terjadi karena mereka kurang memberikan kehormatan atas semua komitmen dan tanggung jawab yang dimiliki.

9) Permusuhan dengan orang lain

Kemarahan yang terus menerus bisa menimbulkan dendam dan sikap bermusuhan sehingga bisa menuju sikap menolak atau menentang apapun yang dikatakan oleh orang tersebut.

10) Stres dan kelelahan

Tekanan dan perasaan lelah yang dirasakan membuat siswa menolak atau menghindari tugas.

2.2. Siswa SMA Jurusan Ilmu Pengetahuan Alam

Sekolah menengah atas (SMA) adalah jenjang pendidikan menengah pada pendidikan formal di Indonesia setelah lulus sekolah menengah pertama (atau sederajat). Sekolah menengah atas ditempuh dalam waktu 3 tahun, mulai dari kelas 10 sampai kelas 12. SMA diselenggarakan oleh pemerintah maupun swasta. Sejak diberlakukannya otonomi daerah pada tahun 2001, pengelolaan SMA negeri di Indonesia yang sebelumnya berada di bawah Departemen Pendidikan Nasional, kini menjadi tanggung jawab pemerintah provinsi. Sedangkan, Departemen Pendidikan Nasional hanya berperan sebagai regulator dalam bidang standar nasional pendidikan. Secara struktural, SMA Negeri merupakan unit pelaksana teknis dinas pendidikan provinsi.

Siswa di jenjang SMA sudah mulai memasuki masa remaja. Masa remaja adalah upaya menentukan jati dirinya (identitasnya) atau aktualisasi diri. Masa remaja dan perubahan yang menyertainya merupakan fenomena yang harus dihadapi oleh guru. Dalam pertumbuhan dan perkembangannya, manusia mempunyai kebutuhan-kebutuhan. Selama di SMA, seluruh aspek perkembangan siswa yaitu psikomotor, kognitif, dan afektif mengalami perubahan yang luar biasa. Siswa SMA mengalami masa remaja, satu periode perkembangan sebagai transisi dari masa anak-anak menuju masa dewasa. Anak dipandang sebagai salah satu sumber untuk menentukan apa yang akan dijadikan bahan pelajaran. Anak bukanlah hanya sekedar versi yang lebih kecil dari orang dewasa. Anak memiliki kemampuan dan kebutuhan yang sangat khusus. Untuk itu perlu dipelajari bagaimana anak tumbuh, berkembang dan

belajar, apa kebutuhan dan apa minatnya.

Secara umum, ada 3 (tiga) jurusan SMA yang paling banyak diketahui adalah IPA dan IPS dan Ilmu Bahasa. Jurusan IPA adalah jurusan yang fokus pada ilmu pasti yang terdiri dari biologi, matematika, kimia, dan fisika. Sedangkan jurusan IPS, materi pembelajarannya lebih mengacu pada interaksi sosial dalam kehidupan keseharian. Jadi yang dipelajari adalah tentang ekonomi, sejarah, sosiologi, dan geografi. Terakhir ada jurusan Bahasa yang fokus pada pemahaman bahasa, peserta didik yang masuk pada jurusan Bahasa akan mempelajari aspek kebahasaan yang lebih dalam. Jurusan ini sesuai dengan namanya, tentu saja lebih mengedepankan keahlian dalam berbahasa.

IPA merupakan cabang ilmu yang fokus kajiannya adalah alam dan proses-proses yang ada di dalamnya (Ina Fitriyana, 2010). Pembelajaran IPA merupakan studi tentang manusia atau studi tentang masalah-masalah bagaimana manusia mengembangkan satu kehidupan yang lebih baik. Pendidikan sains menekankan pada pemberian secara langsung dan kegiatan praktis untuk mengembangkan kompetensi agar siswa mampu menjelajahi dan memahami alam sekitar secara ilmiah. Pendidikan sains diarahkan untuk mencari tahu dan berbuat sehingga dapat membantu siswa untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam tentang alam sekitar. Sedangkan menurut Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan SD 2006 bahwa, IPA berhubungan dengan cara mencari tahu tentang alam secara sistematis, sehingga IPA bukan hanya penguasaan kumpulan pengetahuan yang bersifat fakta-fakta, konsep-konsep, prinsip-prinsip saja, tetapi juga merupakan suatu proses penemuan. Pendidikan IPA diharapkan dapat menjadi wahana bagi peserta didik untuk mempelajari diri sendiri dan alam sekitar, serta prospek pengembangan lebih lanjut dalam menerapkan ke dalam kehidupan sehari-hari. Dari definisi di atas dapat disimpulkan bahwa IPA bukan hanya sekedar teori tapi IPA juga lebih menekankan proses di mana kita harus menemukan konsep dan menghubungkan dengan pengalaman yang sudah kita alami sehingga dapat mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari.

2.2.1. Hakikat Ilmu Pengetahuan Alam

IPA merupakan salah satu cabang ilmu yang fokus pengkajiannya adalah alam dan proses-proses yang ada di dalamnya. (Sitiatava, 2013) Hakikat IPA adalah:

- a. IPA adalah pengetahuan yang mempelajari, menjelaskan, serta menginvestigasi fenomena alam dengan segala aspeknya yang bersifat empiris.
- b. IPA sebagai proses atau metode dan produk. Dengan menggunakan metode ilmiah yang syarat keterampilan proses, mengamati, mengajukan masalah, mengajukan hipotesis, mengumpulkan dan menganalisis, serta mengevaluasi data dan menarik kesimpulan terhadap fenomena alam, maka akan diperoleh produk IPA, misalnya fakta, konsep, prinsip dan generalisasi yang kebenarannya bersifat tentatif.
- c. IPA bisa dianggap sebagai aplikasi. Dengan penguasaan pengetahuan dan produk, IPA dapat dipergunakan untuk menjelaskan, mengolah dan memanfaatkan, memprediksi fenomena alam, serta mengembangkan disiplin ilmu lainnya dan teknologi.

2.2.2. Karakteristik Ilmu Pengetahuan Alam

Implikasi dari pemahaman hakikat IPA dalam proses pembelajaran (pembelajaran kreatif berbasis sains) mendukung diketahuinya karakteristik 18 pembelajaran berbasis sains. Mengenai hal ini, Carin & Sound (Sitiatava, 2013) memberikan petunjuk sebagai berikut :

- a. Siswa perlu dilibatkan secara aktif dalam aktivitas yang didasari sains yang merefleksikan metode ilmiah dan keterampilan proses yang mengarah kepada *discovery* atau inkuiri terbimbing.
- b. Siswa perlu didorong melakukan aktivitas yang melibatkan pencarian jawaban bagi masalah dalam masyarakat ilmiah dan teknologi.
- c. Siswa perlu dilatih *learning by doing* (belajar dengan berbuat sesuatu), kemudian merefleksikannya. Ia harus secara aktif mengkonstruksi konsep, prinsip, dan generalisasi melalui proses ilmiah.
- d. Siswa perlu dibantu untuk memahami keterbatasan atau ketentatifan sains,

nilai-nilai dan sikap yang dapat dikembangkan melalui pembelajaran sains di masyarakat sehingga ia bisa membuat keputusan.

2.3. Penelitian yang Relevan

Berikut ini merupakan beberapa hasil penelitian terdahulu yang mempunyai relevansi dengan faktor-faktor prokrastinasi akademik siswa.

1. Penelitian yang dilakukan oleh Grace Shinta Esther Penata pada tahun 2020 dengan judul “Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa Sekolah Menengah Kejuruan”. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas XI SMK Negeri 2 Depok Tahun Ajaran 2019/2020 yang berjumlah 185 siswa dengan menggunakan metode penelitian kuantitatif komparatif. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat prokrastinasi akademik siswa kelas XI SMK Negeri 2 Depok mayoritas berada kategori sedang. Tingkat prokrastinasi akademik dan capaian skor item tingkat prokrastinasi akademik dianalisis dengan menggunakan teknik deskriptif. Persamaan penelitian dengan penelitian ini terdapat pada topik masalah yang di temukan yakni tentang prokrastinasi akademik, sedangkan untuk perbedaannya yaitu pada metode penelitian dan subjek penelitiannya. Penelitian ini dengan siswa Sekolah Menengah Kejuruan sedangkan penulis dengan siswa Sekolah Menengah Atas.
2. Penelitian yang dilakukan oleh Shela Isna Sahara pada tahun 2017 dengan judul “Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Program Studi BKI Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Kalijaga Yogyakarta Angkatan 2012 Dalam Menulis Skripsi”. Subjek penelitian adalah mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga angkatan 2012 dan dosen pembimbing skripsi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa faktor-faktor mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga angkatan 2012 melakukan prokrastinasi akademik adalah adanya faktor internal dan faktor eksternal. Sedangkan langkah-langkah yang dilakukan adalah dengan menghilangkan pengalih perhatian, melakukan tugas itu sendiri, mematok tujuan, menjadi sadar ganjaran, dan memperlajari kecakapan intropeksi.

Persamaan penelitian dengan penelitian ini terdapat pada topik masalah yang di temukan yakni tentang prokrastinasi akademik, sedangkan untuk perbedaannya yaitu terdapat pada lokasi penelitian dan subjek penelitiannya. Penelitian ini dengan mahasiswa sedangkan penelitian penulis dengan siswa/i di Sekolah Menengah Atas.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Dewi Rahmadani pada tahun 2019 dengan judul “Upaya Guru Bimbingan dan Konseling Untuk Mereduksi Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas X Melalui Teknik *Self Management* Di SMK Yayasan Pendidikan Delisha Tandam Hilir II”. Subjek Penelitiannya dalam PTBK ini adalah siswa kelas X SMK Yayasan Pendidikan Delisha Tandam Hilir II yang berjumlah 36 siswa, yang terdiri atas 2 kelas. Dari hasil wawancara dengan guru bimbingan dan konseling menunjukkan bahwa kelas X Otomatisasi dan Tata Kelola Perkantoran (OTKP) teridentifikasi dalam kelas yang memiliki sikap prokrastinasi akademik yang lebih dominan dibandingkan dengan kelas X jurusan lainnya. Dimana hasil angket yang diperoleh setelah tindakan di siklus I 60%, dan siklus II menjadi 80%. Dan ini terlihat jelas bahwa setiap siklusnya mengalami penurunan dan sudah mencapai target keberhasilan tindakan yang diharapkan. Setelah dilakukan penelitian diperoleh hasil bahwa: upaya guru bimbingan dan konseling untuk mereduksi prokrastinasi akademik siswa kelas X melalui teknik *self management* di SMK Yayasan Pendidikan Delisha Tandam Hilir II sudah terlaksana dengan baik. Persamaan penelitian dengan penelitian ini terdapat pada masalah yang digali, sedangkan untuk perbedaannya yaitu pada metode analisis data.
4. Penelitian yang dilakukan oleh Idham Sudrajat pada tahun 2021 dengan judul “Studi Kasus Prokrastinasi Akademik Dalam Pembelajaran Jarak Jauh SMA Negeri 1 Tanggul Kabupaten Jember” Teknik pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling* dengan subjek berjumlah 11 orang. Berdasarkan hasil temuan peneliti salah satu kelas X di SMAN 2 Tanggul dengan jumlah 34 siswa mengalami prokrastinasi akademik dengan tingkat 87,5% selama proses pembelajaran jarak jauh di tengah pandemi.

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui lebih lanjut mengenai apa saja faktor-faktor prokastinasi akademik dalam pembelajaran jarak jauh di SMAN 2 Tanggul. Melalui analisa kualitatif, hasil penelitian yang diperoleh menunjukkan terdapat 2 faktor yang mempengaruhi prokrastinasi pada peserta didik SMAN 2 Tanggul selama pembelajaran jarak jauh ditinjau dari faktor internal terdiri dari kondisi psikologi meliputi *mood*, *self-regulated learning*, dan kontrol diri sedangkan faktor eksternal berasal dari banyaknya tugas, lingkungan (jaringan), kondisi ekonomi, manajemen waktu dan keterbatasan metode pembelajaran. Berdasarkan temuan ini perlunyah pihak sekolah dan guru memberikan dan membimbing anak didik yang melakukan prokrastinasi akademik. Persamaan penelitian dengan penelitian ini terdapat pada metode penelitiannya, sedangkan untuk perbedaannya yaitu pada metode pengolahan datanya.

III. METODE PENELITIAN

3.1. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 1 Bukitkemuning Jl. Baturaja LK-IX, Kec. Bukitkemuning, Kab. Lampung Utara, Lampung. Adapun waktu pelaksanaan penelitian pada semester genap dalam Tahun Ajaran 2021/2022.

3.2. Jenis Penelitian

Jenis pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kualitatif. Penelitian kualitatif adalah jenis penelitian yang temuan-temuannya tidak diperoleh melalui prosedur statistik atau bentuk hitungan lainnya dan bertujuan mengungkapkan gejala secara holistik kontekstual melalui pengumpulan data dari latar alami dengan memanfaatkan diri peneliti sebagai instrumen kunci (Sugiarto, 2017). Menurut Sugiyono (2017) penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat *postpositivisme*, digunakan untuk meneliti pada kondisi objek yang alamiah (sebagai lawannya adalah eksperimen) dimana peneliti adalah instrumen kunci, analisis data bersifat induktif atau kualitatif, dan hasil penelitian kualitatif lebih menekankan *makna* daripada *generalisasi*. Hasil penelitian akan disimpulkan dalam rangkaian kata-kata tertulis setelah semua data-data/dokumen hasil dari proses penelitian telah terkumpul sesuai dengan kepentingan dan kebutuhan yang diperlukan dalam penelitian ini.

3.3. Populasi dan Sampel

3.3.1. Populasi

Populasi adalah seluruh jumlah dari subjek yang akan diteliti oleh seorang peneliti. Sugiyono (2017) menjelaskan bahwa populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: objek/subjek yang mempunyai kualitas dan

karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Pada penelitian ini populasinya adalah seluruh siswa kelas XI IPA 2 Tahun Ajaran 2021/2022. Seluruh siswa kelas XI IPA 2 Tahun Ajaran 2021/2022 berjumlah 34 orang.

3.3.2. Sampel

Sampel adalah bagian kecil dari anggota populasi yang diambil menurut prosedur tertentu sehingga dapat mewakili populasinya secara representatif. Sugiyono (2017) menjelaskan bahwa sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Jadi berdasarkan uraian tersebut, peneliti memutuskan untuk menggunakan teknik pengumpulan sampel menggunakan teknik (*non probability*) dengan *purposive sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu. Pertimbangan tertentu ini, misalnya subjek yang dianggap paling tahu tentang apa yang diharapkan, atau mungkin sebagai penguasa sehingga memudahkan peneliti menjelajahi objek atau situasi sosial yang diteliti (Sugiyono, 2017) dan untuk sampel dalam penelitian ini adalah sejumlah 5 (lima) siswa di kelas XI IPA 2 SMA Negeri 1 Bukitkemuning.

3.4. Teknik Pengumpulan Data

3.4.1. Wawancara

Wawancara adalah proses tanya jawab yang dilakukan oleh satu pihak dan pihak lainnya untuk tujuan tertentu. Pertanyaan meliputi hal-hal yang berkaitan dengan faktor-faktor penyebab prokrastinasi akademik XI IPA 2 SMA Negeri 1 Bukitkemuning.

Tabel 3.1

Kisi-Kisi Pedoman Wawancara

No.	Aspek	Indikator	Kata Kunci	Responden
1	Internal	Kondisi psikologis individu	Kondisi psikis siswa dalam menghadapi proses belajar di sekolah	Siswa
		Kondisi fisik individu	Kondisi fisik siswa dalam menghadapi proses belajar di sekolah	
2	Eksternal	Gaya pengasuhan orangtua	Perlakuan dan tuntutan orangtua terhadap proses dan hasil belajar siswa	
		Kondisi lingkungan	Pengalihan kapasitas tindakan	
			Situasi belajar	
			Perlakuan guru	
		Perlakuan teman		

3.4.2 Observasi

Menurut Sutrisno Hadi (dalam Sugiyono 2019) mengemukakan bahwa observasi merupakan suatu proses yang kompleks, suatu proses yang tersusun dari berbagai proses biologis dan psikologis. Diantara yang terpenting adalah proses-proses pengamatan dan ingatan. Jadi dapat disimpulkan bahwa observasi adalah cara menghimpun bahan-bahan keterangan (data-data) dengan dilakukan adanya pengamatan. Pengamatan

ini dilakukan sebagai salah satu bentuk untuk menilai kondisi lingkungan. Dengan menggunakan observasi ini, peneliti memperoleh situasi serta perilaku yang dilakukan para siswa/i SMA Negeri 1 Bukitkemuning.

Tabel 3.2.

Kisi-Kisi Pedoman Observasi Prokrastinasi Akademik Siswa

No.	Aspek	Indikator	Situasi	Observer
1	Keterlambatan dalam mengerjakan tugas	a. Mengerjakan tugas menjelang batas pengumpulan b. Tugas yang dikerjakan tidak langsung sampai tuntas	KBM di kelas	Peneliti
2	Penundaan untuk menyelesaikan tugas	a. Terlambat mengumpulkan tugas b. Membutuhkan waktu lebih lama dalam mengerjakan tugas	KBM di kelas	Peneliti
3	Kesenjangan waktu antara rencana dengan pelaksanaan	a. Gagal menyelesaikan tugas mengarang dan laporan b. Tidak dapat mengatasi hambatan ketika mengerjakan tugas	KBM di kelas	Peneliti

4	Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan	<ul style="list-style-type: none"> a. Lebih banyak menghabiskan waktu bermain b. Lebih mengutamakan mengobrol 	KBM di kelas	Peneliti
---	---	---	--------------	----------

3.4.3. Dokumentasi

Dokumentasi adalah catatan peristiwa yang sudah berlalu atau yang dilakukan. Dokumentasi biasanya berbentuk gambar, tulisan, atau karya-karya monumental dari seseorang. Dokumen yang berbentuk tulisan misalnya catatan harian, sejarah kehidupan (*life histories*), kriteria, biografi, peraturan, dan kebijakan. Dokumentasi yang berbentuk gambar misalnya foto, gambaran hidup, sketsa dan lain-lain. Dokumentasi yang berbentuk karya misalnya karya seni yang dapat berupa gambar, patung, film dan lain-lain. Studi dokumentasi merupakan kelengkapan dari penggunaan metode observasi dan wawancara dalam penelitian (Sugiyono, 2019).

Tabel 3.3

Kisi-Kisi Pedoman Dokumentasi

No	Dokumen	Tujuan	Sumber Data
1	Data hasil prestasi belajar (<i>raport</i>)	Hasil <i>raport</i> dianalisis untuk memperoleh gambaran pencapaian hasil belajar subjek	Wali Kelas

2	Kehadiran	Catatan pada absensi kelas maupun pada catatan terlambat diharapkan dapat memberi keterangan tambahan baik mengenai faktor maupun dampaknya	Guru Piket
3	Pengumpulan tugas siswa	Untuk mengetahui tanggungjawab serta kedisiplinan siswa dalam kewajibannya sebagai seorang pelajar	Wali kelas dan Guru Mata Pelajaran
4	Catatan lapangan (<i>fieldnotes</i>)	Catatan lapangan berisi gambaran situasi ketika observasi dan wawancara dianalisis untuk mendapatkan keterangan yang lebih jelas juga sebagai pengingat jika ada hal yang terlewat dalam proses analisis	Peneliti

3.5. Pengujian Keabsahan Data Penelitian

3.5.1. Pengujian Kreadibilitas

Kredibilitas adalah Kesesuaian antara konsep peneliti dan konsep informan (Gunawan Imam, 2013).

1. Dalam penelitian kualitatif , peneliti terjun ke lapangan yaitu di SMA Negeri 1 Bukitkemuning dan ikut serta dalam subjek-subjek penelitian yaitu siswa-siswi kelas XI IPA 2 diantaranya **CS, D, HFA, AP, NY** keikutsertaan tersebut tidak hanya dilakukan dalam waktu yang singkat, akan tetapi memerlukan waktu untuk melakukan wawancara tertulis terhadap 5 (lima) siswa tersebut untuk dapat memperoleh data.
2. Perpanjangan pengamatan, berarti peneliti kembali ke lapangan, melakukan pengamatan dengan sumber data yang ditemui maupun yang baru. Dengan perpanjangan pengamatan ini berarti hubungan peneliti dengan narasumber akan semakin terbentuk *rapport*, semakin akrab (tidak ada jarak lagi), semakin terbuka, saling mempercayai sehingga tidak ada informasi yang disembunyikan lagi. Bila telah terbentuk *rapport*, maka telah terjadi kewajaran dalam penelitian, di mana kehadiran peneliti tidak lagi mengganggu perilaku yang dipelajari (Sugiyono, 2017).
3. Meningkatkan ketekunan, melakukan pengamatan secara lebih cermat dan berkesinambungan. Dengan cara tersebut maka kepastian data dan urutan peristiwa akan dapat disusun secara pasti dan sistematis. Dengan meningkatkan ketekunan peneliti dapat melakukan pengecekan kembali apakah data yang telah ditemukan itu salah atau tidak. Demikian juga dengan meningkatkan ketekunan maka, peneliti dapat memberikan deskripsi data yang akurat dan sistematis tentang apa yang diamati. Sebagai bekal peneliti untuk meningkatkan ketekunan adalah dengan cara membaca berbagai referensi buku maupun hasil penelitian atau dokumentasi-dokumentasi yang terkait dengan temuan yang diteliti. Dengan membaca wawasan peneliti akan semakin luas dan tajam, sehingga digunakan untuk memeriksa data yang ditemukan itu benar atau dipercaya atau tidak (Sugiyono, 2017). Dalam penelitian ini peneliti memperoleh data-data dari hasil wawancara, observasi dan dokumentasi. Data-data tersebut dideskripsikan sesuai dengan apa yang telah didapatkan pada proses mewawancarai subjek penelitian.

3.6. Analisis Data

Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara tertulis, catatan lapangan, dan bahan-bahan lain. Sehingga dapat mudah dipahami, dan temuannya dapat diinformasikan kepada orang lain. Analisis data dalam penelitian kualitatif dilakukan sejak sebelum memasuki lapangan, selama dilapangan dan setelah selesai di lapangan.

Namun dalam penelitian kualitatif, analisis data lebih difokuskan selama proses dilapangan bersamaan dengan pengumpulan data. Analisa data dalam penelitian ini peneliti menggunakan model Miles dan Huberman, yang mengemukakan bahwa aktivitas dalam analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus menerus sampai tuntas. Aktivitas dalam analisa data yaitu data *reduction*, data *display* dan *conclusion drawing/ verification*.

3.6.1. Reduksi Data (*Data Reduction*)

Hasil dari wawancara tertulis maupun observasi yang berupa kumpulan catatan yang masih belum tersusun sistematis serta berkas-berkas dokumentasi akan dirangkum dengan kalimat yang baik dan dapat diklasifikasi sesuai dengan pokok-pokok pembahasan yang akan disusun. Reduksi data mempermudah dalam pengelompokan penulisan hasil penelitian agar tersusun dengan bahasa maupun kalimat yang baik, serta tersusun secara sistematis.

3.6.2. Penyajian Data (*Data Display*)

Setelah data direduksi, maka langkah selanjutnya adalah data *display*.

Data Display merupakan hasil reduksi yang ditampilkan dalam penulisan penelitian yang berupa kalimat naratif.

3.6.3. Penarikan Kesimpulan (*Conclusion Drawing/verification*)

Langkah ketiga dalam analisis data adalah penarikan kesimpulan dan verifikasi. Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara, dan akan berubah bila tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat yang mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya. Tetapi, apabila kesimpulan yang dikemukakan pada tahap awal, didukung oleh bukti-bukti yang valid dan konsisten saat peneliti kembali kelapangan mengumpulkan data, maka kesimpulan yang dikemukakan merupakan kesimpulan yang telah pasti.

Dengan demikian kesimpulan dalam penelitian kualitatif mungkin dapat menjawab rumusan masalah yang dirumuskan sejak awal, tetapi mungkin juga tidak, karena seperti telah dikemukakan bahwa masalah dan rumusan masalah dalam penelitian kualitatif masih bersifat sementara dan akan terus berkembang.

V. SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa faktor yang menyebabkan prokrastinasi akademik terhadap siswa yaitu faktor internal dan faktor eksternal diantaranya, siswa kurang menjaga stamina tubuh yang berdampak pada kesehatan fisiknya, tidak mempunyai dorongan yang kuat untuk belajar, lingkungan kelas yang tidak kondusif untuk belajar, siswa kurang memahami materi yang disampaikan guru, tidak percaya diri terhadap kemampuannya, kurang bisa mengatur waktu untuk mengerjakan tugas dan kegiatan lainnya, siswa sangat terpengaruh untuk ikut bermain dengan teman-temannya walaupun belum menyelesaikan tugas, dan siswa merasa bosan dan kurangnya perhatian dan dorongan motivasi belajar dari orang tua.

Peran lingkungan sangatlah penting dalam membangkitkan motivasi dan semangat belajar siswa. Guru yang belum menerapkan sistem pembelajaran yang canggih dan menarik sehingga membuat siswa bosan dan malas untuk belajar. Kurangnya perhatian dan dorongan yang kuat untuk belajar baik dari dalam diri maupun dari lingkungan (terutama orangtua) dalam hal meraih cita-cita menyebabkan siswa terkadang sering menunda-nunda tugas dan bahkan tidak mengerjakan tugas sebagai kewajibannya.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil secara keseluruhan dari penelitian ini, penulis memberikan beberapa saran, diantaranya:

1. Bagi sekolah

Sekolah dapat memfasilitasi guru dalam mengembangkan pembelajaran terutama bagi guru bimbingan dan konseling agar memberikan waktu untuk melaksanakan layanan-layanan bimbingan konseling dan menerapkan

berbagai teknik agar guru bimbingan dan konseling dapat mengentaskan masalah para siswa melalui dinamika kelompok, sekaligus untuk mengembangkan potensi siswanya.

2. Bagi Guru BK

Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan bahan masukan bagi guru BK sebagai landasan guru BK untuk memberikan layanan BK bagi siswa-siswi yang mengalami masalah prokrastinasi akademik serta agar dapat mengetahui cara prokrastinasi akademik siswa sehingga dapat memberi solusi yang tepat sasaran untuk permasalahan yang sangat *urgent* ini.

3. Bagi Peserta Didik

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai informasi bagi siswa agar dapat memanfaatkan layanan BK di sekolah, sehingga siswa dapat memahami berbagai bentuk prokrastinasi akademik dan memahami faktor-faktor apa saja yang membuat siswa melakukan prokrastinasi akademik, serta strategi agar terhindar dari prokrastinasi akademik.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian lebih luas dan mendalam dari penelitian ini. Dengan menambahkan analisis kualitatif, membuat penelitian ini lebih mendalam untuk memahami subjek yang mengalami prokrastinasi akademik. Serta memberikan tinjauan dengan tujuan siswa dapat mengurangi tingkat prokrastinasi akademik.

DAFTAR PUSTAKA

DAFTAR PUSTAKA

- Babadogan, C. 2010. The impact of academic procrastination behaviors of the students in the certificate program in English language teaching on their learning modalities and academic achievements. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 2, 3263–3269.
- Bestari Laia. 2018. Kontribusi Motivasi Dan Minat Belajar Terhadap Kemampuan Berbicara Bahasa Inggris Mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling Stkip Nias Selatan. *Jurnal Education and Development*, 6, 70-73.
- Bestari Laia. 2020. Motivasi Dan Budaya Berbahasa Inggris Masyarakat Daerah Tujuan Wisata Terhadap Perkembangan Bahasa Anak Di Tingkat Slta (Studi Kasus: Desa Lagundri-Desa Sorake. *Jurnal Education and Development*, 8, 602-604.
- Basrowi & Suwandi. 2008. *Memahami Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Brownlow, S., & Reasinger, R. D. 2000. Putting off until tomorrow what is better done today: Academic procrastination as a function of motivation toward college work. *Journal of Social Behavior and Personality*, 15, 15–34.
- Burka, J. B., & Yuen, L. M. 2008. *Procrastination: Why you do it, what to do about it now*. Cambridge: Da Capo Press.
- Fauziah. 2015. Faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik pada mahasiswa fakultas psikologi uin sunan gunung djati bandung. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2, 123-132.

- Ghuffron, M. N. 2003. *Hubungan kontrol diri dan persepsi remaja terhadap penerapan disiplin orangtua terhadap prokrastinasi akademik*. (Tesis tidak diterbitkan). Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM.
- Ghuftron, M. N., & Rini, R. S. 2012. *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Ghuftron, M. N., & Rini, R. S. 2017. *Teori-teori Psikologi* (Ed. ke-2). Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Grunschel, C., Patrzek, J., & Fries, S. 2013. Exploring reasons and consequences of academic procrastination: An interview study. *European Journal of Psychology of Education*, 28, 841–861.
- Gunawan, Imam. 2013. *Metode Penelitian Kualitatif: Teori dan Praktik* Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Ina, F. 2010. *Penggunaan Multi Media Interaktif Dalam Proses Pembelajaran Materi Teori Kinetic Gas Untuk Meningkatkan Pemahaman Konsep Dan Keterampilan Berpikir Kreatif Siswa SMA*. (Thesis). Sekolah Pascasarjana Universitas Pendidikan Indonesia. Bandung.
- Kiamarsi, A., & Abolghasemi, A. 2014. The Relationship of Procrastination and Self-efficacy with Psychological Vulnerability in Students. *Procedia Social and behavioral sciences*, 114, 858-862.
- Kim, K. R., & Seo, E. H. 2015. The relationship between procrastination and academic performance: A meta- analysis. *Personality and Individual Differences*, 82, 26–33.
- Krause, K., & Freund, A. M. 2016. It's in the means: Process focus helps against procrastination in the academic context. *Motivation and Emotion*, 40, 43-44.
- Makhinudin. 2019. *Faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi pada mahasiswa di progam studi S1 keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan*. Magelang.

- Maria Magdalena Duha, S. F. L. Z. 2021. Pemanfaatan Jenis-Jenis Tumbuhan Untuk Di Jadikan Obat Konsumsi Keluarga. *KOMMAS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2,1.
- Mela Rahmawati. 2011. *Pengurangan Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Tugas Bahasa Inggris Melalui Kelompok Belajar pada Siswa Kelas X. MA Ali Maksum Yogyakarta*. (Skripsi). Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Nafeesa, N. 2018. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Siswa yang Menjadi Anggota Organisasi Siswa Intra Sekolah. *Anthropos: Jurnal Antropologi Sosial dan Budaya (Journal of Social and Cultural Anthropology)*, 4(1), 53-67.
- Nindia, H. P. A. 2013. Penerapan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Diskusi Kelompok untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas VIII D SMP Negeri 1 Ngariboyo. *Jurnal BK Unesa*, 3(1), 1-12.
- Procee, R., Kamphorst, B., Wissen, A., & Meyer, J. J. 2013. A formal model of procrastination. *BNAIC 2013: Proceedings of the 25th Benelux Conference on Artificial Intelligence*, 3, 152–160.
- Rumiani. 2006. Prokrastinasi Akademik Ditinjau dari Motivasi Berprestasi dan Stres Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*. 3(2), 37-48.
- Shalev, I. 2018. Use of a self-regulation failure framework and the NIMH Research Domain Criterion (RDoC) to understand the problem of procrastination. *Frontiers in Psychiatry*, 9, 1–4.
- Sitiatava. 2013. *Desain Belajar Mengajar Kreatif Berbasis Sains*. Yogyakarta: Diva Press.
- Slameto. 2015. *Belajar dan faktor-faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.

- Sugiarto A. 2017. Pendidikan Kesehatan Jiwa Pada Masyarakat Melalui Implementasi CMHN. *Jurnal LINK*, 6, 1829.
- Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2019. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Surijah, E, & Sia, T. 2010. “Mahasiswa Versus Tugas: Prokrastinasi Akademik dan *Conscientiousness*”, *Anima, Indonesian Psychological Journal*, 22,4.
- Surur, M., D. 2020. *Effect Of Education Operational Cost On The Education Quality With The School Productivity As Moderating Variable. Psychology and Education Journal*, 57(9), 1196–1205.
- Syafi’i, 2001. Hubungan antara Kecemasan Menghadapi Masalah dengan Prokrastinasi Akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan Skripsi. Skripsi, Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada
- Triyono, T., & Khairi, A. M. (2018). PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA SMA (Dampak Psikologis Dan Solusi Pemecahannya Dalam Perspektif Psikologi Pendidikan Islam). *JURNAL AL-QALAM: JURNAL KEPENDIDIKAN*, 19(2), 57-74.
- Ursia, N. R., Siaputra, I. B., & Sutanto, N. 2013. Prokrastinasi Akademik Dan *Self-Control* Pada Mahasiswa Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Surabaya- Academic Procrastination And Self-Control In Thesis Writing Students Of Faculty Of Psychology, Universitas Surabaya. *Makara seri sosial humaniora*, 17(1), 1-18.