

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Virus Corona yang menyebar secara menyeluruh di berbagai negara membuat manusia menyadari bahwa dunia telah berubah dan mengharuskan masyarakat menyiapkan diri untuk meresponnya (Maulidina & Bhakti, 2020). Perserikatan Bangsa-Bangsa (PBB) telah mengumumkan secara resmi bahwa sektor pendidikan terdampak dengan adanya pandemi virus *Corona* (Purwanto dalam Handarini & Wulandari, 2020). Pemerintah dan lembaga-lembaga yang terkait kemudian dituntut untuk menyiapkan proses pendidikan yang dapat menjadi alternatif bagi pembelajaran siswa dengan tidak melupakan keamanan dan kesehatan siswa (Anugrahana, 2020).

Demi memberikan jaminan bahwa peserta didik tetap mendapatkan pembelajaran di masa pandemi, pemerintah mengeluarkan kebijakan mengenai pembelajaran *online* atau dalam jaringan sebagai ganti pembelajaran tatap muka (Irhandayaningsih, 2020). Supaya pelaksanaan proses pembelajaran tetap berlangsung, pembelajaran *online* menjadi satu-satunya pilihan yang harus diambil (Damayanthi, 2020). Hal itu karena pembelajaran *online* dianggap mampu mengurangi risiko penularan virus Corona karena orang seperti pendidik, siswa dan tenaga kependidikan tidak perlu bertemu tatap muka (Suyono, 2020).

Pembelajaran *online* adalah sistem pembelajaran menggunakan suatu *platform online* yang memiliki tujuan untuk menyediakan proses pembelajaran dalam jaringan yang berkualitas. Pembelajaran dilakukan dengan masif dan terbuka demi tercapainya ruang belajar yang lebih luas (Sofyana & Abdul dalam

Handarini & Wulandari, 2020). Pembelajaran berbasis teknologi dan media sosial kemudian menjadi opsi utama dalam pelaksanaan pembelajaran *online* (Wilson, 2020). *WhatsApp Group, Edmodo, E-mail, Zoom, Google Classroom, Zoology* adalah contoh aplikasi yang dapat mendukung terlaksananya pembelajaran *online* (Septiani & Setyowati, 2020). Namun, setelah beralihnya sistem pembelajaran tatap muka menjadi *online*, eksekusinya di lapangan tidak bisa semudah seperti yang dibayangkan (Widodo & Nursaptini, 2020).

Menurut penjabaran Wartulas (2021), salah satu masalah sebagai dampak dari pembelajaran *online* adalah motivasi siswa yang rendah. Motivasi menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi terjadinya prokrastinasi akademik pada siswa (Nitami, Daharnis, & Yusri, 2015). Selain itu, ada pula masalah jaringan internet lambat yang membuat siswa sering terlambat dalam mengumpulkan tugas atau bahkan terhambat untuk menghadiri serta mengikuti pembelajaran *online* (Widodo & Nursaptini, 2020).

Prokrastinasi akademik adalah penundaan yang disengaja dalam memulai ataupun menyelesaikan kegiatan akademik yang dirasa penting dan tepat waktu (Schouwenburg dalam Rabin, Fogel & Nutter-Upham, 2011). Prokrastinasi akademik atau yang disebut pula dengan perilaku menunda-nunda berasal dari bahasa latin yaitu *pro* dan *crastinus*. Arti kata *Pro* adalah bergerak ke depan sedangkan arti kata *crastinus* adalah keputusan hari esok. Jika terdapat pelakunya, maka dapat diberi makna “akan kulakukan nanti”. Seorang individu yang cenderung menunda mengerjakan tugas dapat disebut sebagai seorang prokrastinator (Burka & Yuen, 2008).

Prokrastinasi akademik adalah kebiasaan menunda yang terjadi karena adanya keyakinan irasional, dan keyakinan itu diakibatkan oleh suatu kesalahan

persepsi utamanya persepsi pada tugas akademik, sehingga menganggap tugas adalah sesuatu yang tidak menyenangkan. Penundaan jauh lebih kompleks daripada masalah perilaku sederhana, dari penundaan itu dapat tumbuh masalah kebiasaan yang lebih besar (Knaus, 2010). Respon tetap dari penundaan atau kebiasaan penundaan dapat dilihat sebagai sebuah *trait* prokrastinasi (Said & Basri, 2017). Antoni, Taufik, Yendi dan Yuca (dalam Saputri & Ilyas, 2020) menjelaskan lebih lanjut bahwa siswa yang melakukan prokrastinasi menghabiskan waktu untuk mempersiapkan diri secara berlebihan serta melakukan hal-hal yang tidak diperlukan dalam menyelesaikan tugasnya. Hal tersebut dilakukan dengan tidak memperhitungkan keterbatasan waktu.

Ferrari (dalam Thahir, Farida & Alamsyah, 2014) menambahkan bahwa prokrastinasi adalah suatu watak, tidak hanya sebatas perilaku penundaan saja, namun melibatkan komponen perilaku atau struktur mental lain yang saling terkait yang dapat diketahui secara langsung maupun tidak langsung (Thahir, Farida & Alamsyah, 2014). Siswa yang melakukan prokrastinasi diasumsikan memiliki tipe kepribadian yang mudah menyerah, apalagi saat mendapatkan tugas yang sulit, dan kurangnya kontrol diri. Dalam tipe kepribadian McCrae & Costa, siswa yang melakukan prokrastinasi diasumsikan cenderung ke dalam tipe *neuroticism* (Utaminingsih & Setyabudi, 2012).

Penundaan akademik saat ini banyak terjadi di kalangan siswa SMA. Untuk melihat masalah prokrastinasi lebih dalam peneliti mewawancarai guru dan murid dari SMA Negeri 14 Semarang. SMA Negeri 14 Semarang saat ini tengah melaksanakan pembelajaran *online* di masa pandemi.

Berdasarkan hasil wawancara peneliti pada tanggal 24 Maret 2021 terhadap tiga orang siswa dan satu orang guru, peneliti menemukan bahwa ada

indikasi perilaku prokrastinasi. Siswa pertama adalah A yang dalam wawancaranya menunjukkan perilaku prokrastinasi dengan mengerjakan tepat di hari pengumpulan tugas, lalu siswa kedua berinisial P yang menunjukkan perilaku prokrastinasi seperti menunda tugas berurutan berdasarkan deadline dan ketika saat sedang lelah. Lalu pada murid berinisial N yang menunjukkan perilaku prokrastinasi menunda karena ada perasaan malas dan harus bertanya kepada teman. Ditambah dengan pernyataan Ibu H yang berprofesi sebagai guru matematika dan wali kelas yang menyatakan bahwa ada siswa yang tidak mengumpulkan tugas dan sulit dihubungi sehingga harus dikejar-kejar oleh guru B.K baru mau mengumpulkan tugas.

Prokrastinasi akademik sebagai perilaku dapat disebabkan karena beberapa faktor. Menurut Patrzek, Grunschel dan Fries (2012), faktor internal dan eksternal adalah faktor mempengaruhi terjadinya prokrastinasi akademik. Faktor internal adalah faktor yang meliputi kepribadian, faktor terkait kompetensi individu meliputi rendahnya regulasi diri, faktor afeksi, faktor kognitif, faktor *learning history*, faktor kesehatan fisik dan mental, faktor persepsi terhadap karakteristik tugas. Sementara itu faktor eksternal adalah faktor yang terkait situasi siswa dan faktor terkait sekolah.

Dalam hal pembelajaran *online* pada siswa di SMA Negeri 14 Semarang, peneliti menganalisis berdasarkan teori Patrzek dkk., (2012), ada beberapa faktor-faktor prokrastinasi yang tampak. Faktor internal meliputi citra diri negatif pada siswa mengenai kompetensi mereka, menghindari tugas dan standar yang tinggi. Ini seperti subjek N yang menganggap tugasnya sulit sehingga perlu menunggu teman terlebih dahulu (ia merasa tidak mampu menyelesaikannya jika tidak ada bantuan). Selain itu ada faktor yang berkaitan dengan individu meliputi

regulasi diri, kurangnya keterampilan manajemen waktu, rendahnya keterampilan belajar dan kurangnya pengetahuan. Ini tampak pada subjek A yang menunda tugasnya karena perlu mengurus pesanan di tokonya sehingga harus menunda tugas hingga hari pengumpulan tugas. Faktor kesehatan fisik dan mental, ini seperti subjek P yang menunda tugasnya karena merasa lelah setelah membantu orang tua di rumah. Faktor persepsi terhadap karakteristik tugas meliputi tingkat kesulitan tugas, beban tugas, dan tugas yang menarik dan tidak menyenangkan. Ini tampak pada subjek N yang merasa tugasnya sulit saat pembelajaran online sehingga ia memilih menunggu teman. P juga menyatakan bahwa beban tugas tidak sesuai dengan deadlinenya. Selain itu ada juga faktor eksternal, yaitu faktor terkait universitas (dalam hal ini tempat belajar). Menurut N, ada guru yang hanya memberikan *link youtube* dan tugas secara terus menerus membuat N kesulitan memahami tugas.

Dari data wawancara di atas, banyak fakta di lapangan yang didapatkan mengenai permasalahan pada siswa SMA terutama masalah menunda-nunda tugas hingga *deadline* ataupun sulit untuk mengumpulkan tugas yang didasari oleh berbagai macam alasan di dalam pembelajaran *online* ini. Data di atas juga menjelaskan mengenai pernyataan Marantika (dalam Handoyo, Afiati, Khairun & Prabowo, 2020) yang menyatakan bahwa kegiatan pembelajaran *online* juga masih menyisakan berbagai macam problem sebagai efek samping salah satunya prokrastinasi.

Tidak hanya itu, ada juga beberapa penelitian yang memaparkan bahwa prokrastinasi telah menjadi masalah pada siswa SMA sejak lama. Karena prokrastinasi akademik adalah permasalahan yang cenderung berulang dari generasi ke generasi (Febrija, 2016). Menurut Kumar (2017) dalam artikelnya

yang berjudul "*The Issue of Procrastination Among High School Students*", lebih dari 85% siswa sekolah menengah atas mengaku menunda-nunda tugas sekolah dibanding dengan 30% kebawah pada akhir 1970-an.

Jika di Indonesia sendiri, penelitian Nuruddin (2014) pada siswa Madrasah Aliyah Al-Hidayah di Malang menyebutkan bahwa dari 53 siswa, sebagian besar siswa dengan perilaku prokrastinasi ada pada kategori tingkat prokrastinasi sedang 64,2%, dan 20,8% memiliki tingkat prokrastinasi tinggi serta 15,0% memiliki prokrastinasi rendah . Fenomena prokrastinasi di provinsi Sumatera Barat ditunjukkan pada salah satu penelitian yaitu penelitian Afriyeni (2015) yang menunjukkan bahwa siswa kelas XI di SMA Negeri 9 Padang sebanyak 18,2% siswa menunjukkan kecenderungan perilaku prokrastinasi rendah, 72,73% menunjukkan kecenderungan perilaku prokrastinasi sedang, dan 9,1% siswa menunjukkan kecenderungan perilaku prokrastinasi tinggi dari 66 sampel siswa.

Menurut beberapa penelitian, prokrastinasi akademik berdampak negatif terhadap prestasi akademik. Penelitian yang dilakukan oleh Akinsola, Tella dan Tella (2007), menyatakan bahwa korelasi yang sangat erat terlihat antara sikap prokrastinasi dengan menurunnya performa akademis. Selain itu, siswa dengan tingkat prokrastinasi akademik yang lebih tinggi akan memiliki *self-efficacy* yang rendah serta berakhir dengan memperoleh nilai yang rendah (Yuniarti, Setyowani dan Sunawan,2018).

Dampak dari prokrastinasi akademik tidak hanya pada prestasi akademik saja, namun juga berdampak pada psikis siswa. Siswa dapat mengalami gangguan emosi yang negatif (*negative emotion*). Annisa dan Ildil (2016) menyebutkan bahwa emosi negatif akan menghasilkan pada perasaan yang tidak menyenangkan seperti cemas. Prokrastinasi bisa menyebabkan stres

karena timbulnya banyak stresor (Taylor dalam Rumiani, 2006). Chu dan Choi (2005) menjelaskan bahwa prokrastinasi memiliki dampak buruk pada fisik dan psikologis, yaitu menimbulkan kecemasan, stress tinggi serta masalah pada kesehatan. Emosi negatif seperti cemas dan stres tersebut dikhawatirkan menjadi penghambat siswa dalam menuntaskan tugas-tugas akademik. Prokrastinasi akademik juga menimbulkan penyesalan dan permasalahan dalam menjalin relasi sosial, seperti menghindari dan pemutusan hubungan dengan orang lain (Krause & Freund, 2014; Kim & Seo, 2015).

Menurut Steel (dalam Septian, 2018), regulasi diri menjadi salah satu faktor penting yang memberikan pengaruh pada prokrastinasi akademik. Duckworth, Grant, Loew, Oettingen dan Gollwitzer (2011) menyatakan bahwa regulasi diri berkontribusi pada kedisiplinan diri remaja, remaja dapat lebih menghargai waktu dan memprioritaskan hal yang penting untuk dihadapi. Regulasi diri penting dimiliki karena melalui regulasi diri, individu dapat mengendalikan keadaan lingkungan dan dorongan emosional yang mengganggu perkembangan (Cervone & Pervin dalam Alfiana, 2013). Sementara itu, individu yang kurang mampu meregulasi diri, kemungkinan tidak mampu untuk memperoleh kesuksesan (Alfiana, 2013). Menurut Park dan Sperling (2012), peserta didik dengan regulasi diri yang buruk seringkali tidak berhasil menyusun strategi belajar yang efektif dan memiliki motivasi yang maladaptif, rendahnya *self-efficacy* dan orientasi tujuan kinerja, dan sering mengalami ketakutan akan kegagalan dan kecemasan (Pintrich dalam Park & Sperling, 2012). Karakteristik dari pelajar yang meregulasi dirinya rendah telah diamati ada dalam seorang prokrastinator di bidang akademik (Park & Sperling, 2012).

Berdasarkan pernyataan beberapa tokoh tersebut, maka dapat disimpulkan oleh peneliti bahwa siswa SMA memerlukan regulasi diri untuk dapat mengatur waktu dalam mengerjakan dan menyelesaikan tugas sehingga dapat meraih kesuksesan akademik. Regulasi diri diharapkan membawa siswa untuk tidak melakukan prokrastinasi sehingga tidak mendapatkan tekanan psikologis sebagai dampak dari prokrastinasi.

Penelitian yang dilakukan pada siswa kelas X di SMA Negeri 10 Jakarta oleh Ardina & Wulan (2016), menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik. Pengaruh tersebut bersifat negatif, jadi dapat diartikan semakin tinggi regulasi diri yang dimiliki seseorang, maka akan semakin rendah prokrastinasi akademik. Hal ini senada dengan penelitian Santika & Sawitri (2016), bahwa terdapat hubungan negatif dan signifikan antara *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI di SMA Negeri 2 Purwokerto, artinya semakin tinggi *self-regulated learning* yang dimiliki siswa maka semakin rendah prokrastinasi akademiknya. Hal itu berlaku pula sebaliknya, semakin rendah *self regulated learning*, maka semakin tinggi pula tingkat prokrastinasi akademiknya.

Dari semua penelitian tentang prokrastinasi yang telah ada, penelitian yang peneliti lakukan adalah penelitian mengenai prokrastinasi di masa pandemi virus Corona . Dikarenakan di tahun 2021 pembelajaran siswa tidak dilakukan di sekolah, melainkan di rumah. Aktivitas sosial dilarang untuk sementara waktu. Hal ini dilakukan mengingat situasi COVID-19 pada saat ini mengharuskan sekolah untuk melaksanakan Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ). Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia (Kemendikbud) telah memerintahkan sekolah untuk menyelenggarakan proses pembelajaran secara

online, menggantikan pembelajaran tatap muka (Surat Edaran Kemendikbud Dikti Nomor 1 tahun 2020).

Bagi beberapa pihak, proses pembelajaran *online* dapat menjadi solusi yang efektif dan efisien (Damayanthi, 2020), tapi tidak sedikit pula masyarakat yang mengeluhkan sulitnya penyelenggaraan pembelajaran *online* mulai dari siswa, guru, hingga orang tua siswa (Atiqoh, 2020). Oleh karena itu, berdasarkan permasalahan yang telah dijabarkan di atas, peneliti ingin mengetahui apakah ada Hubungan antara Regulasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik dalam Pembelajaran *Online* pada Siswa SMA ?

1.2. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara Regulasi Diri terhadap Prokrastinasi Akademik dalam Pembelajaran *Online* pada Siswa SMA.

1.3. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan masukan dalam pengembangan ilmu psikologi khususnya psikologi pendidikan yang berkaitan langsung dengan hubungan antara Regulasi Diri terhadap Prokrastinasi Akademik dalam Pembelajaran *Online* pada Siswa SMA.

2. Manfaat Praktis

Peneliti berharap hasil penelitian ini dapat bermanfaat untuk kalangan Guru Sekolah Menengah Atas , sekolah, siswa, dan orang tua siswa untuk memahami prokrastinasi sebagai suatu watak yang buruk.