

**Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas X SMA Negeri 14 Semarang**

**Ifada Putri<sup>1</sup>, Suhendri<sup>2</sup>, Sri Mulyaningsih<sup>3</sup>**

Bimbingan dan Konseling , Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Semarang  
Email Korespondensi: [ppg.ifadaagusti68@program.belajar.id](mailto:ppg.ifadaagusti68@program.belajar.id)

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor penyebab prokrastinasi akademik siswa. Pendekatan penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif dengan jenis survei. Subjek penelitian ini sebanyak empat orang siswa dari kelas XI SMA Negeri 14 Semarang. Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara dan observasi. Analisis data menggunakan metode analisis Miles dan Huberman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor penyebab prokrastinasi akademik siswa kategori penundaan terhadap tugas atau aktivitas menunjukkan angka yang seimbang. Kategori kelambanan dalam mengerjakan tugas menunjukkan responden dominan terhadap pengelolaan waktu yang buruk. Kategori adanya kesenjangan waktu antara rencana dengan kinerja actual menunjukkan pencapaian deadline yang lebih tinggi. Kategori melakukan aktivitas lain yang lebih mendatangkan hiburan dan kesenangan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan menunjukkan kegiatan bermain HP yang paling banyak dilakukan para responden.

**Kata kunci:** Penyebab Prokrastinasi Akademik

**ABSTRACT**

*This study aims to determine the factors causing student academic procrastination. The research approach used is qualitative research with a survey type. The subjects of this study were four students from class XI SMA Negeri 14 Semarang. Data collection techniques using interviews and observation. Data analysis used the Miles and Huberman analysis method. The results showed that the factors causing student academic procrastination in the category of delaying tasks or activities showed a balanced number. The category of slowness in carrying out tasks shows dominant respondents to bad time management. The category of a time gap between plans and actual performance shows a higher deadline achievement. The category of doing other activities that bring more entertainment and pleasure than doing the tasks that have to be done shows that playing HP games is mostly done by the respondents.*

*Keywords: Causes Academic Procrastination*

## PENDAHULUAN

Belajar merupakan tugas utama seorang siswa, namun tidak semua siswa memiliki pengelolaan waktu belajar yang baik. Pengelolaan waktu belajar yang kurang baik menyebabkan siswa melakukan penundaan dalam tugas-tugas akademiknya, perilaku menunda tugas-tugas akademik disebut dengan prokrastinasi akademik. Prokrastinasi adalah sebuah istilah yang merujuk pada penundaan yang dilakukan dengan sengaja oleh individu terhadap tugas atau pekerjaannya dan individu tersebut mengetahui bahwa penundaannya dapat berdampak buruk. Prokrastinasi akademik adalah penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik (Clara, dkk, 2017).

Bentuk – bentuk prokrastinasi diantaranya yang pertama mereka tidak mengerjakan tugas karena tidak cocok dengan guru mata pelajaran yang dianggap tidak atau kurang inovasi dalam mengajar, Kedua, keterlambatan dalam mengumpulkan tugas sudah menjadi fenomena yang umum dikalangan siswa karena berbagai macam alasan, Ketiga, ketergantungan tugas pada teman yang dianggap mampu untuk mengerjakannya dan yang Keempat adalah adanya pemikiran *irrational Believe*. Pemikiran yang salah ini selalu menjadi bagian pada manusia terutama siswa biasanya mereka mengatakan “ah kerjakan nanti saja” padahal nanti belum tentu dia punya waktu atau kadang *self regulated learning* yang buruk (Ilyas, dkk, 2017).

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. Sehingga peneliti akan menelusuri lebih dalam faktor penyebab siswa melakukan penundaan tugas (prokrastinasi akademik). Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui faktor penyebab prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh siswa kelas X.

Faktor penyebab prokrastinasi, diantaranya faktor internal, meliputi kondisi fisik seperti siswa memiliki fisik yang lemah sehingga penerimaan mereka terhadap sesuatu semakin kurang bersemangat, kondisi psikologis seperti anak memiliki tingkat emosional dalam belajar yang rendah, siswa mempunyai konsep diri kurang baik dalam menghadapi suatu tugas, dan kurangnya tanggung jawab dan rasa percaya diri. Kemudian faktor eksternal, meliputi pola asuh orang tua seperti pola asuh otoriter menyebabkan munculnya kecenderungan perilaku prokrastinasi yang kronis sedangkan pola asuh demokratis menghasilkan anak yang bukan procrastinator, orang tua yang tidak peduli dengan kegiatan

belajar anaknya sehingga anak belajar semaunya sendiri, kelengkapan sarana dan prasarana belajar di rumah juga menjadi salah satu alasan siswa untuk tidak mengerjakan tugas yang diberikan guru (Laia, dkk, 2022). Lingkungan yang rendah pengawasan diartikan sebagai suatu kondisi lingkungan dimana norma-norma dan aturan kurang begitu ditegakkan. Hal tersebut membuat siswa untuk berada pada lingkungan yang kondusif yang dibutuhkan untuk belajar dan mengerjakan tugas menjadi semakin berkurang (Candra, 2014). Selanjutnya penelitian lain mengemukakan bahwa penyebab prokrastinasi diantaranya siswa kurang memahami materi yang disampaikan guru, tidak percaya diri terhadap kemampuannya, kurang bisa mengatur waktu untuk mengerjakan tugas dan kegiatan lainnya, keempat siswa merasa bosan dan jenuh karena pembelajaran secara daring/*online*, kurangnya perhatian dan dorongan motivasi belajar dari orang tua (Wulandari, dkk, 2021).

Prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh siswa berasal dari keyakinan diri individu yang dimilikinya. Ketika seseorang yakin untuk tidak melakukan tindakan prokrastinasi akademik maka kecenderungan untuk tidak melakukan prokrastinasi akademik atau perilaku prokrastinasi akademik menjadi berkurang. Selain itu prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh siswa berasal dari keyakinan diri individu akan kemampuan yang dimilikinya, Ketika seseorang yakin akan kemampuan yang dimilikinya maka kecenderungan untuk melakukan penundaan atau prokrastinasi akademik menjadi berkurang. Artinya semakin tinggi tindakan prokrastinasi akademik yang dilakukan, semakin rendah motivasi belajar seseorang. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah tindakan prokrastinasi akademik, semakin tinggi motivasi belajar. Tingginya tindakan prokrastinasi akademik tidak lepas dari motivasi berprestasi untuk melakukan prokrastinasi akademik (Khanazza & Hadiwinarto, 2020). Hal ini sejalan dengan penelitian lain yang mengatakan bahwa jika siswa memiliki keyakinan terhadap kemampuannya dalam melaksanakan tugas akademik, maka siswa tersebut akan yakin mengerjakan tugas akademik dan mereka tidak akan mengundur mengerjakan tugas akademik tersebut, dengan kata lain tidak melakukan prokrastinasi. Sebaliknya, jika siswa tidak memiliki keyakinan terhadap kemampuannya dalam melaksanakan tugas akademik atau merasa tidak mampu, maka mereka akan cenderung menghindari tugas atau melakukan prokrastinasi (Afriyeni & Murjito, 2015).

Motivasi belajar memiliki hubungan yang signifikan dan negatif dengan prokrastinasi akademik siswa. Dengan kata lain semakin tinggi motivasi belajar siswa maka prokrastinasi akademik siswa semakin rendah. Sebaliknya semakin rendah motivasi belajar siswa maka semakin tinggi prokrastinasi akademiknya (Nitami, dkk, 2015). Oleh sebab itu,

guru BK perlu memberikan layanan terkait dengan motivasi belajar dan prokrastinasi akademik karena jika siswa tidak mampu mempertahankan atau meningkatkan motivasi belajar maka akan berdampak siswa melakukan prokrastinasi akademik yang otomatis hal tersebut akan berpengaruh terhadap pengembangan potensi dan prestasi belajar siswa. Seperti layanan informasi dengan materi pentingnya motivasi belajar bagi siswa, disiplin diri, menentukan prioritas, dan dampak dari prokrastinasi akademik dan lain sebagainya. Kemudian layanan penguasaan konten dengan materi manajemen waktu, penggunaan waktu senggang, gaya belajar dan sebagainya. guru BK dapat memberikan layanan konseling perorangan kepada siswa yang memiliki motivasi belajar rendah dan siswa yang melakukan prokrastinasi akademik. Bisa juga melalui layanan bimbingan kelompok dengan membahas topik tugas tentang mencintai kegiatan belajar, dan kebiasaan menunda-nunda adalah penyakit.

Prokrastinasi memiliki hubungan negative terhadap *self-regulated learning*, yang berarti bahwa semakin rendah prokrastinasi seseorang maka semakin tinggi *self-regulated learning* yang dimiliki begitupun sebaliknya. prokrastinasi adalah menunda apa yang perlu dilakukan untuk mencapai tujuan tertentu hingga beberapa waktu kedepan karena hal tersebut dirasakan berat, tidak menyenangkan, atau kurang menarik (Alfina, 2014).

Semakin tinggi manajemen waktu yang dilakukan oleh siswa maka semakin rendah siswa melakukan prokrastinasi akademik. Aspek menetapkan tujuan dan prioritas dinyatakan berkorelasi secara negatif dengan prokrastinasi akademik. Siswa yang mampu menetapkan target dan membuat prioritas dalam mengerjakan tugas cenderung dapat menghindari prokrastinasi akademik. Hal ini karena, siswa memiliki beberapa kriteria tugas yang harus dikerjakan terlebih dahulu secara urut sesuai dengan kepentingan dan tujuan yang sudah dibuat. Selain itu, dengan menetapkan tujuan dan memprioritaskan kegiatan siswa dapat belajar mengesampingkan kegiatan-kegiatan yang memiliki tanggung jawab kecil dan mengerjakan kegiatan yang penting untuk mencapai tujuan yang sudah direncanakan. Mekanisme perencanaan dan penjadwalan memiliki korelasi negatif dengan prokrastinasi akademik. Hal ini memberi informasi bahwa siswa yang memiliki perencanaan dan memiliki jadwal aktivitas keseharian atau mingguan memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang rendah. Sebaliknya, siswa yang tidak memiliki perencanaan dan jadwal kegiatan yang baik cenderung melakukan prokrastinasi akademik (Kristy, 2019). Sejalan dengan penelitian yang mengatakan bahwa Indikasi prokrastinasi akademik yang ditemukan adalah kemalasan, kelelahan, manajemen waktu yang buruk, pengaruh teman sebaya, menghindari tugas, dan

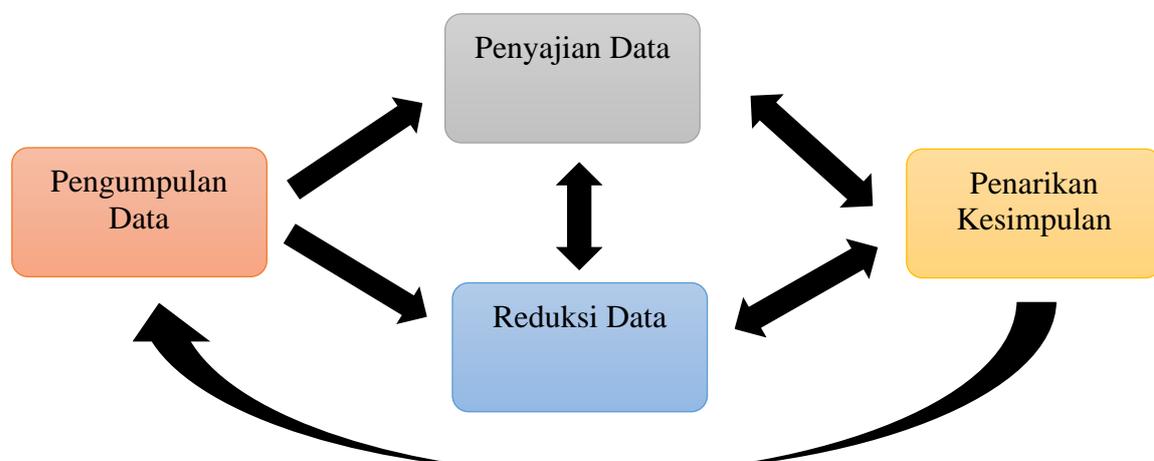
banyak membutuhkan bantuan dari orang lain. terdapat factor lain yang dominan yang mempengaruhi munculnya perilaku menyontek yaitu siswi tidak memahami atau tidak mengerti dengan materi yang dipelajari (Khairat, dkk, 2014).

Selain beberapa penyebab prokrastinasi diatas, ada pula yang mengatakan bahwa pendapatan keluarga di perdesaan dapat memberikan dampak pada peningkatan prokrastinasi pada remaja. Remaja di perdesaan dalam penelitian ini cenderung jarang mengikuti tindakan-tindakan anggota kelompoknya seperti mengikuti gaya pakaian, metode belajar, dan sebagainya. Hal ini membuktikan bahwa lingkungan tidak selalu menjadi faktor utama dalam perilaku penundaan dalam remaja (Zahra, dkk, 2015).

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini yaitu penelitian kualitatif dengan jenis penelitian survei. Penelitian ini dilaksanakan kurang lebih selama 1 bulan yaitu bulan Februari sampai Maret 2023. Penelitian ini dilaksanakan di SMA N 14 Semarang yang berada di Jl. Kokrosono, Panggung Lor, Kec. Semarang Utara, Semarang. Dalam penelitian ini yang menjadi subjek penelitian yaitu empat orang siswa dari kelas X.1 yang diperoleh dengan teknik *purposive sampling*. Untuk mengungkap variabel yang diteliti, yaitu factor penyebab prokrastinasi akademik siswa, maka digunakan angket prokrastinasi akademik dan wawancara untuk memperkuat data.

Prosedur pengumpulan data yang digunakan yaitu observasi dan wawancara. Adapun sumber data berasal dari hasil AKPD (Analisis Kebutuhan Peserta Didik), Guru BK, dan wali kelas X1. Model analisis data yang digunakan adalah Miles dan Huberman yang terbagi menjadi tiga alur, yaitu reduksi, penyajian, dan penarikan kesimpulan.



Gambar 1. Analisis Data Miles and Huberman

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **HASIL**

Dalam penelitian ini peneliti mewawancarai empat siswa yang sering melakukan prokrastinasi akademik. Keempat siswa tersebut merupakan rekomendasi dari guru BK dan juga wali kelas X1. Selain itu, berdasarkan hasil angket analisis kebutuhan peserta didik (AKPD) siswa tersebut memilih item dengan pernyataan “saya merasa kesulitan dalam memahami pelajaran tertentu”.

#### **Wawancara Siswa DN**

Wawancara kesatu dilakukan pada hari Senin tanggal 13 Maret 2023 pukul 12.47 WIB. DN adalah salah satu siswa kelas X.1 yang sering melakukan prokrastinasi akademik. Berdasarkan hasil wawancara, DN menjelaskan bahwa tugas yang diberikan guru tidak langsung dikerjakan. Ketika DN mengalami kesulitan dalam mengerjakan tugas, maka ia akan bertanya kepada temannya. DN juga menghiraukan tatkala menemukan pelajaran yang kurang dipahaminya. Saat ada jam pelajaran kosong, yang dilakukan DN yaitu tidur. DN bercerita, pernah satu ketika ia mengerjakan tugas sekolah sampai jam 2 dini hari. Cara DN menyelesaikan tugas saat merasa lelah yaitu dengan berusaha menyelesaikannya satu persatu. DN mengatakan bahwa ia merasa kesulitan pada pelajaran hitung menghitung, sehingga pada pelajaran tersebut ia lebih sering bertanya kepada teman. Namun untuk pelajaran lain ia berusaha menyelesaikannya secara mandiri. DN menuturkan bahwa kebiasaannya di rumah lebih sering bermain HP daripada belajar atau mengerjakan tugas sekolah. Cara DN memanfaatkan waktu luang yaitu dengan rebahan, menonton TV, dan melihat youtube.

#### **Wawancara Siswa R**

Wawancara kedua dilakukan pada hari Senin tanggal 13 Maret 2023 pukul 13.04 WIB. R adalah salah satu siswa kelas X.1 yang sering melakukan prokrastinasi akademik. Berdasarkan hasil wawancara, R menjelaskan bahwa cara menyelesaikan tugasnya yaitu dengan melihat materi dalam LKS (Lembar Kerja Siswa). R mengatakan bahwa kesulitan dalam mengerjakan tugas matematika sehingga tidak langsung dikerjakan. R sering menunda mengumpulkan tugas, dan ia memilih untuk bermain dengan temannya. R bertanya dengan teman saat ada tugas matematika. R mengerjakan tugas menunggu jawaban teman. Jika ada pelajaran yg belum dipahami maka R tanya teman atau melihat google. Karena jika R bertanya kepada guru, seringkali saat pulang R lupa penjelasan yang diberikan oleh guru. R merasa tidak pernah patah semangat karena selalu mengandalkan jawaban teman saat ada tugas. R mengisi waktu luang dengan bermain bersama temannya. Jika banyak tugas yang

menumpuk R mengeluh (ngomel). Tugas sejarah dan geografi R berusaha mengerjakan sendiri dengan melihat buku/googling. Saat belajar ada teman mengajak bermain, maka R akan ikut teman untuk bermain. Jika ada PR maka akan dikerjakan pagi saat di sekolah. Dari hasil wawancara, R mengaku bekerja mengambil oli kotor di kapal. Pekerjaan tersebut ia dapatkan dari om-nya sejak liburan tahun baru. Orang tua R bekerja sebagai pedagang pakaian milik om-nya. Sehari uang saku R Rp 20ribu. R bekerja karena keinginan sendiri. Gaji yang didapat Rp 700rb seminggu. R lebih suka membaca buku sejarah karena guru yang mengajar enak. R tidak suka pelajaran matematika karena merasa pusing.

#### Wawancara Siswa N

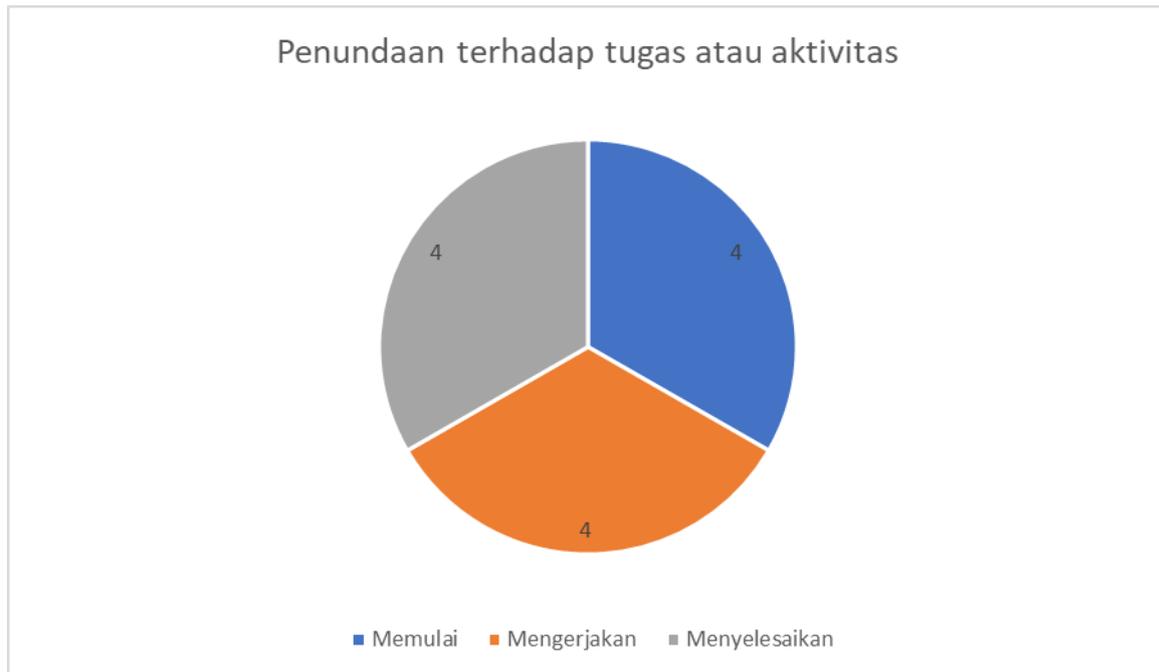
Wawancara ketiga dilakukan pada hari Senin tanggal 13 Maret 2023 pukul 13.23 WIB. N adalah salah satu siswa kelas X.1 yang sering melakukan prokrastinasi akademik. Berdasarkan hasil wawancara, N mengungkapkan cara ia dalam mengerjakan tugas yaitu pada malam hari, setelah sholat maghrib, yang mana malam sebelum pelajarannya. N pernah mengumpulkan tugas kimia terlambat karena tugas dari *Google Classroom*, dan saat itu notifikasi tidak masuk, jadi terlambat. N merasa kesulitan dengan pelajaran hitung menghitung. Karena tidak suka pelajarannya dari awal. Namun saat ini N mulai suka matematika karena gurunya enak (menjelaskan mudah dipahami). N mengaku tidak suka pelajaran Kimia karena tidak suka gurunya. Kemudian N menjelaskan bahwa caranya menghadapi mata pelajaran yang sulit yaitu dengan membaca kembali materinya dan melihat *youtube*. N mengaku selalu berusaha sendiri dalam mengerjakan tugas. N juga mengatakan bahwa mengerjakan tugas menunggu besok ada pelajarannya. Saat merasa malas belajar, N memaksakan diri untuk semangat mengerjakan tugas. N tidak pernah merasa patah semangat dalam mengerjakan tugas. Saat ada jam kosong yang dilakukan N yaitu bermain HP (*tik tok, webtoon, twitter*). Jika sudah larut malam namun tugas belum selesai, maka N akan melanjutkan mengerjakan tugas. N merasa enjoy dengan tugas-tugas yang dimiliki. N pernah sekali bertanya kepada teman tentang rumus matematika. N tidak pernah bermain dengan teman. N seorang introvert. N suka menulis cerita dan puisi namun tidak suka menulis karya ilmiah dengan alasan cerita dan puisi lebih bebas karena memakai imajinasi. N kurang suka bergaul dengan teman-temannya, lebih suka sendiri. Kegiatannya di rumah yaitu pulang sekolah kemudian menonton televisi sampai maghrib, setelah itu belajar dan tidur. N memanfaatkan waktu luang dengan menulis. Dari umur 8 tahun ia suka menulis cerpen. N suka menulis sejak dari umur 12 tahun. N menulis dan diposting pada salah satu aplikasi *online*. N memiliki pacar yang juga memiliki hobi yang sama. Namun tidak pernah bertemu,

hanya berhubungan melalui *chat*. Ibu mengetahui hubungan tersebut. Ayah tidak tahu karena sibuk bekerja sebagai ojek *online*. Ibu N bekerja sebagai *Office Girl* di salah satu supermarket di Semarang. N merupakan anak pertama dari 2 bersaudara.

#### Wawancara Siswa G

Wawancara terakhir dilakukan pada hari Senin tanggal 13 Maret 2023 pukul 13.40 WIB. G adalah salah satu siswa kelas X.1 yang sering melakukan prokrastinasi akademik. Berdasarkan hasil wawancara, G mengungkapkan caranya dalam mengerjakan tugas yaitu dari yang dirasa mudah dimengerti. G mengerjakan tugas pada malam hari dengan cara berdiskusi di grup kelasnya. G pernah mengumpulkan tugas terlambat, yaitu pada pelajaran Geografi. Karena ketinggalan di rumah. Kemudian esok harinya baru dikumpulin. G sering mengalami kesulitan dalam mengerjakan tugas. Kemudian G bertanya kepada temannya cara menyelesaikan tugas tersebut. Setelah itu ia akan memahami pelajaran tersebut. Selain itu juga dengan cara membaca ulang materinya. G mengaku mengerjakan PR mendekati *deadline*. G juga sering malas belajar karena merasa lelah. Kegiatan G setelah pulang sekolah yaitu membersihkan rumah dan juga membeli makan. Karena sang ibu sedang berobat ke rumah nenek di Wonosobo. Sehingga G dapat belajar setelah semua pekerjaan rumah selesai. Terkadang G baru bisa mengerjakan tugas sekolah pada tengah malam. G mengatakan bahwa terkadang baru belajar jam 3 atau jam 2 dini hari. Sehingga G hanya tidur sekitar satu jam lalu sholat dan ke sekolah. Kemudian G mengatakan bahwa tidak dapat memahami pelajaran matematika dan fisika karena rumusnya yang sulit dihafalkan. G juga tidak suka pelajaran kimia dengan alasan guru yang mengajar cara berbicaranya tidak beraturan (belibet) sehingga G malas untuk mendengarkan penjelasan guru tersebut. Selain itu G mengatakan bahwa guru tersebut seringkali tiba-tiba marah di kelas, dan juga ketika ada salah satu siswa membuat kesalahan maka seluruh siswa dalam kelas tersebut juga akan terkena imbasnya. Selanjutnya G mengungkapkan caranya dalam mengembalikan suasana hatinya yaitu dengan cara menonton dan mendengarkan musik di kamar. G juga mengaku bahwa saat ada pelajaran kosong di kelas maka ia akan tidur. G menjelaskan bahwa saat larut malam namun PR-nya belum selesai, maka paginya akan dikerjakan di sekolah. Kemudian saat G merasa capek maka ia memilih untuk tidur. Saat di rumah G lebih sering bermain HP (mengisi *survey* untuk mendapatkan uang) dan bersih-bersih. G lebih suka novel dari pada buku pelajaran seperti novel Tere Liye.

Selanjutnya hasil penelitian ini disajikan dalam bentuk diagram sebagai berikut:



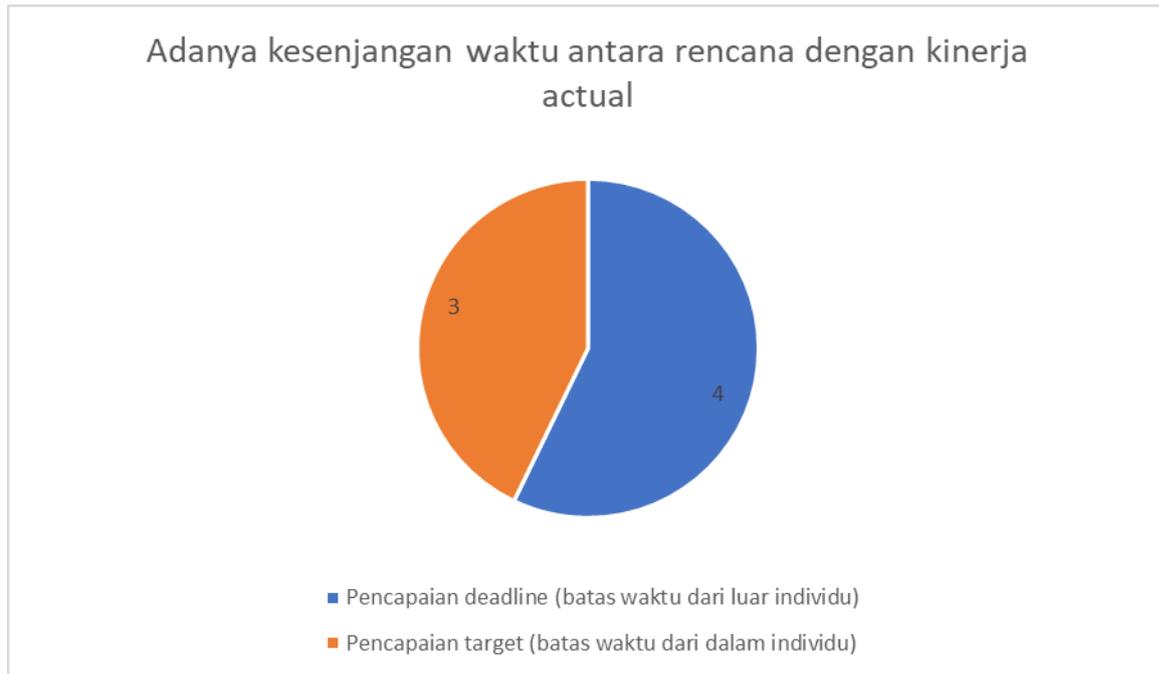
Gambar 2. Penundaan terhadap tugas atau aktivitas

Pada diagram tersebut menunjukkan bahwa keempat responden melakukan penundaan terhadap tugas yang diberikan oleh guru. Hal ini dapat dilihat pada semua kategori pada item tersebut nampak pada diri responden. Pada kategori memulai, responden mengatakan bahwa merasa malas untuk belajar baik di sekolah ataupun di rumah. Kemudian pada kategori mengerjakan, responden mengatakan bahwa cara mereka dalam mengerjakan tugas yaitu malam sebelum jadwal pelajaran dilaksanakan. Selanjutnya pada kategori menyelesaikan, responden mengatakan bahwa ketika mendapatkan tugas atau pekerjaan rumah maka responden tidak langsung menyelesaikan tugas tersebut. Selain itu, saat mereka menemui mata pelajaran tertentu yang kurang dipahami, maka mereka tidak berani untuk bertanya langsung kepada guru yang bersangkutan. Dengan alasan, lupa lagi saat sudah sampai di rumah, tidak suka dengan guru yang mengajar, hingga Bahasa yang digunakan guru untuk menyampaikan materi tidak dapat diserap oleh responden.



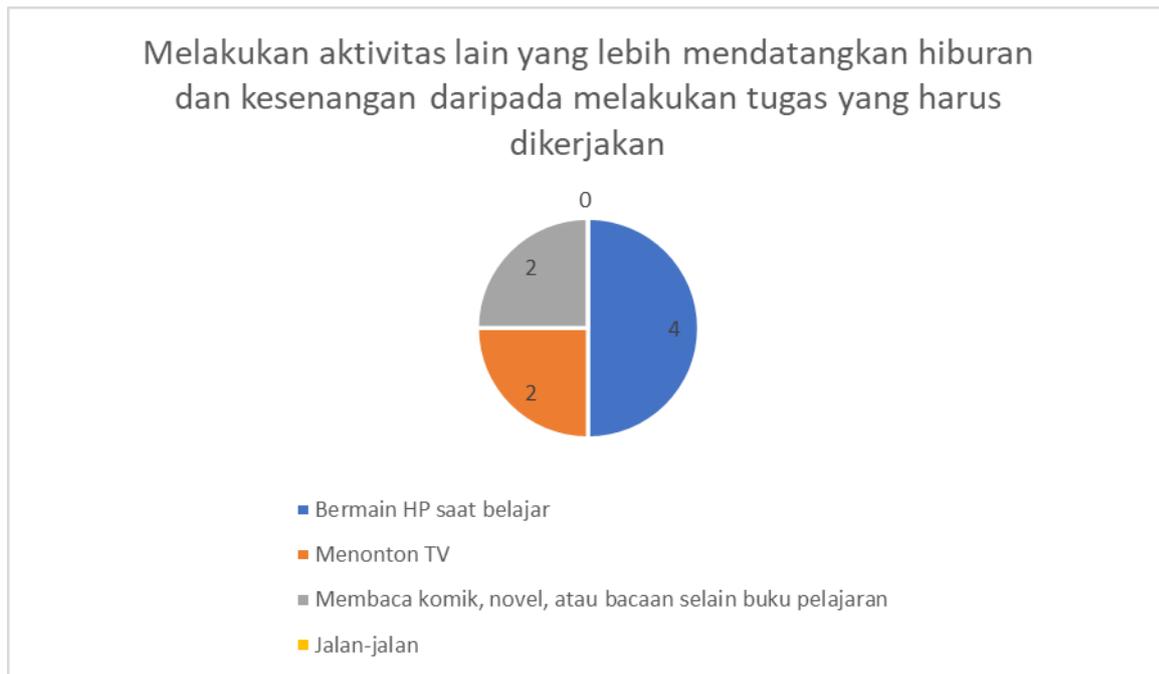
Gambar 3. Kelambanan dalam mengerjakan tugas

Berdasarkan diagram diatas, dapat disimpulkan bahwa pada kategori jangka waktu penyelesaian, berkaitan dengan perasaan mereka yang tidak pernah merasa patah semangat dalam mengerjakan tugas tidak Nampak. Artinya, responden mampu mengatasi tatkala merasa patah semangat, seperti mendengarkan musik dan menulis cerpen. namun ada pula yang merasa tidak pernah patah semangat karena ia selalu mengandalkan jawaban teman atas tugas-tugas sekolahnya. Kemudian pada kategori pengelolaan waktu yang direpresentasikan melalui kegiatan pada saat jam kosong, responden mengatakan bahwa mengisi jam kosong dengan tidur di kelas, bermain game, hingga mengisi survey online.



Gambar 4. Adanya kesenjangan waktu antara rencana dengan kinerja actual

Berdasarkan diagram diatas, dapat disimpulkan bahwa pada kategori pencapaian deadline yang direpresentasikan dengan pertanyaan “ketika sudah larut malam padahal tugas belum selesai, apa yang anda lakukan?”, mereka memilih untuk tidur dan menyelesaikan tugas esok hari di sekolah. Kemudian pada pertanyaan “ketika anda Lelah dan mendapat banyak tugas, apa yang akan anda lakukan?”, mereka menjawab ada yang berdiskusi di grup kelas, ada pula yang menunggu jawaban dari teman. Selanjutnya pada kategori pencapaian target yang direpresentasikan melalui pertanyaan “ketika anda mendapat tugas, apakah anda berusaha mengerjakan sendiri?”, mereka merespon dengan jawaban menunggu jawaban dari teman, kemudian mencoba mengerjakan sendiri dulu, ada pula yang menjawab untuk pelajaran seografi dan sejarah berusaha dikerjakan sendiri, namun untuk pelajaran hitung menghitung keempat responden merasa kesulitan dan tidak menyukai.



Gambar 5. Melakukan aktivitas lain yang lebih mendatangkan hiburan dan kesenangan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan

Berdasarkan diagram diatas, dapat disimpulkan bahwa keempat responden melakukan aktivitas lain yang lebih mendatangkan hiburan dan kesenangan daripada menyelesaikan tugasnya. Pada kegiatan bermain HP, keempat responden mengaku melakukannya. Kegiatan menonton TV, 2 responden mengatakan iya, yaitu responden DN dan N. kegiatan membaca komik, novel, dan lain sebagainya dijawab iya oleh responden N dan G. Kegiatan jalan-jalan tidak nampak pada keempat responden.

## PEMBAHASAN

Dari keempat wawancara tersebut peneliti mengklasifikasikan beberapa penyebab prokrastinasi akademik yang dilakukan siswa SMA Negeri 14 Semarang yakni sebagai berikut:

Penyebab prokrastinasi akademik pertama yang peneliti temukan yaitu siswa merasa tidak cocok dengan guru tertentu, yaitu pelajaran kimia. Hal ini sesuai dengan ungkapan N bahwa ia tidak suka pelajaran kimia. Ditambahkan oleh ungkapan G yang mengatakan bahwa tidak suka pelajaran kimia dengan alasan guru yang mengajar cara berbicaranya tidak beraturan (belibet). Selain itu juga guru tersebut seringkali tiba-tiba marah di kelas. Sehingga siswa enggan memperhatikan guru tersebut dan juga mengabaikan tugas yang diberikan.

Hasil wawancara tersebut sesuai dengan penelitian yang mengatakan bahwa penyebab prokrastinasi diantaranya siswa kurang memahami materi yang disampaikan guru, tidak percaya diri terhadap kemampuannya, kurang bisa mengatur waktu untuk mengerjakan tugas

dan kegiatan lainnya, keempat siswa merasa bosan dan jenuh karena pembelajaran secara daring/*online*, kurangnya perhatian dan dorongan motivasi belajar dari orang tua (Wulandari, dkk, 2021).

Selain itu juga senada dengan penelitian yang menjabarkan bentuk – bentuk prokrastinasi diantaranya yang pertama mereka tidak mengerjakan tugas karena tidak cocok dengan guru mata pelajaran yang dianggap tidak atau kurang inovatif dalam mengajar, Kedua, keterlambatan dalam mengumpulkan tugas sudah menjadi fenomena ang umum dikalangan siswa karena berbagai macam alasan, Ketiga, ketergantungan tugas pada teman yang dianggap mampu untuk mengerjakannya dan yang Keempat adalah adanya pemikiran *irrational Believe*. Pemikiran yang salah ini selalu menjadi bagian pada manusia terutama siswa biasanya mereka mengatakan “ah kerjakan nanti saja” padahal nanti belum tentu dia punya waktu atau kadang *self regulated learning* yang buruk (Ilyas, dkk, 2017).

Temuan kedua terkait penyebab prokrastinasi akademik yang dilakukan siswa yaitu tentang manajemen waktu. Hal ini sesuai dengan ungkapan DN yang menuturkan bahwa kebiasaannya di rumah lebih sering bermain HP daripada belajar atau mengerjakan tugas sekolah. Selain itu cara DN memanfaatkan waktu luang yaitu dengan rebahan, menonton TV, dan melihat youtube. Kemudian R juga mengungkapkan bahwa ia sering menunda mengumpulkan tugas, dan ia memilih untuk bermain dengan temannya. Selanjutnya G mengungkapkan bahwa saat di rumah G lebih sering bermain HP (mengisi *survey* untuk mendapatkan uang) dan bersih-bersih.

Hasil wawancara tersebut sesuai dengan penelitian yang menjelaskan bahwa semakin tinggi manajemen waktu yang dilakukan oleh siswa maka semakin rendah siswa melakukan prokrastinasi akademik. Aspek menetapkan tujuan dan prioritas dinyatakan berkorelasi secara negatif dengan prokrastinasi akademik. Siswa yang mampu menetapkan target dan membuat prioritas dalam mengerjakan tugas cenderung dapat menghindari prokrastinasi akademik. Hal ini karena, siswa memiliki beberapa kriteria tugas yang harus dikerjakan terlebih dahulu secara urut sesuai dengan kepentingan dan tujuan yang sudah dibuat. Selain itu, dengan menetapkan tujuan dan memprioritaskan kegiatan siswa dapat belajar mengesampingkan kegiatan-kegiatan yang memiliki tanggung jawab kecil dan mengerjakan kegiatan yang penting untuk mencapai tujuan yang sudah direncanakan. Mekanisme perencanaan dan penjadwalan memiliki korelasi negatif dengan prokrastinasi akademik. Hal ini memberi informasi bahwa siswa yang memiliki perencanaan dan memiliki jadwal aktivitas keseharian atau mingguan memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang rendah. Sebaliknya, siswa yang

tidak memiliki perencanaan dan jadwal kegiatan yang baik cenderung melakukan prokrastinasi akademik (Kristy, 2019).

Selain itu juga sejalan dengan penelitian yang mengatakan bahwa indikator prokrastinasi akademik yang ditemukan adalah kemalasan, kelelahan, manajemen waktu yang buruk, pengaruh teman sebaya, menghindari tugas, dan banyak membutuhkan bantuan dari orang lain. terdapat factor lain yang dominan yang mempengaruhi munculnya perilaku menyontek yaitu siswi tidak memahami atau tidak mengerti dengan materi yang dipelajari (Khairat, dkk, 2014).

Faktor lain yang turut menjadi penyebab munculnya prokrastinasi akademik pada siswa yaitu rendahnya kontrol orang tua terhadap aktivitas belajar anaknya karena kesibukan orang tua. Hal ini senada dengan ungkapan R yang mengatakan bahwa orang tua R bekerja sebagai pedagang pakaian milik om-nya. R juga mengaku bekerja mengambil oli kotor di kapal. Sehingga tidak ada *family time* atau waku untuk keluarga. Karena masing-masing memiliki kesibukan. Hal serupa juga diungkapkan oleh G, yang mana saat ini ibu G sedang menjalani pengobatan di Wonosobo sedangkan sang ayah setiap hari sibuk bekerja sebagai ojek *online*. Setiap hari G di rumah dengan kakaknya yang juga bersekolah di SMA Negeri 14 Semarang. Sehingga G tidak memiliki kontrol atas kegiatan belajarnya.

Hasil temuan tersebut sesuai dengan penelitian yang menjabarkan faktor eksternal, meliputi pola asuh orang tua seperti pola asuh otoriter menyebabkan munculnya kecenderungan perilaku prokrastinasi yang kronis sedangkan pola asuh demokratis menghasilkan anak yang bukan procrastinator, orang tua yang tidak peduli dengan kegiatan belajar anaknya sehingga anak belajar semaunya sendiri, kelengkapan sarana dan prasarana belajar di rumah juga menjadi salah satu alasan siswa untuk tidak mengerjakan tugas yang diberikan guru (Laia, dkk, 2022). Penelitian serupa mengatakan bahwa lingkungan yang rendah pengawasan diartikan sebagai suatu kondisi lingkungan dengan norma-norma dan aturan kurang begitu ditegakkan. Hal tersebut membuat siswa untuk berada pada lingkungan yang kondusif yang dibutuhkan untuk belajar dan mengerjakan tugas menjadi semakin berkurang (Candra, 2014).

## **KESIMPULAN**

Terdapat beberapa faktor penyebab prokrastinasi akademik. Pertama siswa merasa tidak nyaman dengan cara guru mengajar (cara menyampaikan materi kurang bisa dipahami). Kedua yaitu manajemen waktu siswa yang kurang baik. Siswa lebih memilih untuk bermain

HP, bermain dengan teman, hingga bersantai-santai dibandingkan menyelesaikan tugas yang diberikan guru. Ketiga yaitu rendahnya kontrol orang tua karena kesibukannya dalam bekerja.

Adapun saran yang dapat diberikan diantaranya: pertama untuk guru BK SMA Negeri 14 Semarang agar dapat melakukan kolaborasi dengan orang tua untuk lebih mengontrol kegiatan belajar anaknya. Kemudian melakukan kolaborasi dengan guru mapel agar dapat menciptakan kegiatan belajar mengajar yang nyaman dan mudah dipahami siswa. Selanjutnya saran untuk peneliti berikutnya yaitu dapat mencari alternatif penanganan untuk siswa yang melakukan prokrastinasi akademik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Afriyeni & Murjito. (2015). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 9 Padang. *Jurnal Antropologi dan Isi-Isu Sosial Budaya*, 16, 191-199
- Alfina. (2014). Hubungan *Self-Regulated Learning* Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Akselerasi. *Jurnal Psikoborneo*, 2, 60-66
- Aprianti, Kartika Dwi. (2012). Hubungan Antara Dukungan Sosial Orang Tua Dengan Prokrastinasi Akademik Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Pendidikan Tata Niaga Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta. *Skripsi*
- Candra, Ujang. (2014). Faktor-Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri Kabupaten Temanggung. *IJGC*, 3, 66-72
- Clara, Dariyo, Basaria. (2017). Peran Self-Efficacy dan Self-Control Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Siswa SMA. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 1, 159-169
- Ilyas & Suryadi. (2017). Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa di SMA Islam Terpadu *Boarding School* Abu Bakar Yogyakarta. *Jurnal Pemikiran Islam*. 41, 71-82
- Khairat, Maputra, Rahmi. (2014). Pengaruh Prokrastinasi Akademik Terhadap Perilaku Menyontek Pada Siswi SMA di Pesantren X. *Jurnal RAP UNP*, 5, 192-203
- Khanezza & Hadiwinarto. (2020). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Pada Kelas X IPS di SMA Negeri 2 Mukomuko. *ONSILIA Jurnal Ilmiah BK*, 3, 1-9
- Kristy, Dije. (2019). Manajemen Waktu, Dukungan Sosial, dan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI SMA. *IJGC*, 8, 49-54
- Laia, Bestari. (2022). Prokrastinasi Akademik Siswa SMA Negeri di Kabupaten Nias Selatan.

*Jurnal Ilmiah Aquinas*, 5, 162-168

Nitami & Yusri. (2015). Hubungan Motivasi Belajar Dengan Prokrastinasi Akademik Siswa.

*KONSELOR ejournal UNP*, 4, 1-12

Wulandari, Fatimah, Suherman. (2021). Gambaran Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik Siswa SMA Kelas XI Pada Masa Pandemi Covid-19. *FOKUS*, 4, 200-212

Zahra & Hermawati. (2015). Prokrastinasi Akademik Menghambat Peningkatan Prestasi Akademik Remaja di Wilayah Pedesaan. *Jurnal. Ilm. Kel. & Kons.*, 8, 163-172