

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan membantu individu menjadi mandiri dan membangun kepercayaan pada kemampuan yang dimiliki dalam melakukan tugas-tugas yang menantang. Standar hidup individu akan meningkat sebagai hasil dari menerima pendidikan. Pendidikan juga memfasilitasi proses pembangunan bangsa yang pesat. Individu dapat memberikan kontribusi kepada negara dengan baik apabila dirinya memiliki pendidikan yang layak.

Individu dapat mengembangkan semua kualitas dan keterampilan mereka melalui pendidikan yang berkualitas, memungkinkan dirinya untuk mencapai potensi penuh mereka sebagai manusia dan anggota masyarakat. Hal tersebut menandakan bahwa pendidikan yang berkualitas sangatlah penting sebagai landasan untuk individu menjalankan kehidupannya. Diperlukannya faktor-faktor pendukung yang dapat membantu agar pendidikan yang berkualitas dapat tercapai. Pemanfaatan sumber belajar yang berkualitas, penciptaan lingkungan belajar yang aman dan mendukung, serta yang tidak kalah penting ialah ketersediaan sumber daya manusia yang berkualitas, dalam hal ini pengajar dan peserta didik.

Sekolah memiliki peran penting dalam proses belajar mengajar, sebagai sarana pendidikan, dengan melakukan kegiatan akademik maupun non akademik. Sekolah merupakan wadah untuk memperoleh pengetahuan dan keterampilan baru melalui kegiatan pengajaran yang sangat diperlukan untuk pertumbuhan para siswanya.

Peranan individu di sekolah tidak akan terlepas dari kegiatan belajar rutinnnya sebagai siswa. Individu terus-menerus dituntut untuk melakukan berbagai aktivitas akademik untuk memenuhi peranannya sebagai siswa, misalnya dengan membaca berbagai literatur, mengerjakan penugasan, ataupun melakukan presentasi. Ketika siswa dihadapkan dengan situasi demikian, sebagian besar siswa terkadang menyikapinya dengan terus menunda melakukan tugas sampai batas waktu, atau bahkan hingga melewati batas dengan tidak mengerjakan apa yang menjadi penugasannya tersebut.

Terlebih pada masa transisi, siswa dihadapkan dengan penyesuaian diri untuk dapat menempatkan dirinya pada keadaan yang berbeda satu tingkat lebih tinggi yaitu dari jenjang Sekolah Dasar menjadi Sekolah Menengah Pertama. Hal ini membuat siswa cukup sulit menghadapi penyesuaian diri tersebut. Karakter yang terbawa dari sekolah dasar

seperti lebih senang bermain ketika di Sekolah dasar masih terbawa hingga ke jenjang Sekolah Menengah Pertama (Nuramaliana, 2016).

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh (Hendriani 2013), ditemukan bahwa terdapat beberapa masalah yang terjadi pada siswa baru tingkat menengah pertama (SMP) yaitu permasalahan terkait dengan penyesuaian diri di sekolah. Terdapat beberapa siswa yang menunjukkan perilaku tidak terarah dan pemerolehan prestasi akademik yang kurang baik. Hal ini disebabkan karena mata pelajaran yang berbeda dan lebih kompleks dibandingkan ketika mereka berada di tingkat sekolah dasar.

Kegiatan penundaan ini dapat menyebabkan individu menjadi tergesa-gesa dalam mengerjakan tugasnya, karena individu mengerjakannya dalam waktu yang dekat dengan batas waktu pengumpulan, membuat hasil dari pekerjaannya tersebut juga terpengaruh karena penundaan yang ia lakukan, yaitu menjadi tidak maksimal. Sebaliknya, ketika individu menyegerakan apa yang menjadi tugasnya, maka pengerjaan tugas tersebut akan menjadi lebih terstruktur. Ketika individu memiliki cukup waktu hingga batas waktu pengumpulan, hal itu dapat dimanfaatkan untuk individu memiliki waktu yang lebih dalam berpikir secara matang apa saja nantinya yang akan ia jawab atau kerjakan pada penugasannya, dan tentu hasil dari pekerjaannya tersebut akan memperoleh hasil yang baik pula.

Prokrastinasi secara teknis mengacu pada kegiatan menunda pekerjaan sampai waktu yang akan datang, atas apa yang telah diputuskan untuk dicapai (Ellis & Knaus, 1977). Tindakan prokrastinasi melibatkan keputusan untuk tidak melakukan tindakan dan bertindak tanpa melalui pemikiran yang matang (Ferrari, Johnson, & McCown, 1995). Prokrastinasi akademik didefinisikan sebagai perilaku yang dengan sengaja menunda atau menghindari penyelesaian suatu tugas dengan melakukan kegiatan lain yang lebih menyenangkan, sehingga tugas atau pekerjaan tersebut tidak terselesaikan dan memiliki akibat negatif bagi prokrastinator atau individu yang suka menunda-nunda.

Prokrastinasi akademik adalah hal yang biasa terjadi di kalangan siswa. Menurut Beswick, Rothblum, dan Mann, 46% siswa selalu atau hampir selalu menunda-nunda mengerjakan tugas penulisan, dan 35% mengakui bahwa melakukan penundaan tugas ini selalu atau hampir selalu menyebabkan masalah (Suriyah & Tjundjing, 2007). Adapun studi pendahuluan mengenai prokrastinasi akademik yang telah peneliti lakukan di SMP Negeri 7 Tangerang Selatan terhadap 30 siswa, melalui bantuan *Google Form* dengan menggunakan instrumen *Tuckman Procrastination Scale (TPS)* didapati sebanyak 87%

siswa memiliki tingkat prokrastinasi tinggi, hal ini dapat diidentifikasi dari siswa melakukan penundaan dalam memulai hal-hal yang mereka tidak sukai, siswa mencari celah dalam melewati tugas yang berat, siswa juga berharap dapat menemukan cara mudah untuk membuat diri mereka bergerak (dalam memulai sesuatu).

Prokrastinasi akademik disebabkan oleh beberapa faktor kecenderungan, yang pertama adalah kecenderungan membuang waktu dan menunda tugas yang harus diselesaikan, misalnya memulai mengerjakan tugas akademik ketika sudah mendekati *deadline*, kedua yaitu kecenderungan untuk menghindari tugas-tugas yang tidak menyenangkan, misalnya lebih memilih menonton drama Korea dibandingkan menulis makalah, dan yang ketiga adalah kecenderungan untuk menyalahkan orang lain atas penderitaan yang dialami (Tuckman, 1991).

Terdapat penelitian yang menunjukkan bahwa terdapat keterkaitan antara regulasi diri dengan penundaan. Santika (2016) dalam (Sedyawati, 2021) menyatakan siswa yang memiliki keterampilan regulasi diri yang kuat memiliki kecenderungan untuk tidak terlibat dalam penundaan akademik. Ini menyiratkan bahwa mereka cenderung tidak menunda menyelesaikan tugas-tugas akademik. Siswa-siswa ini mampu secara mandiri mengelola dan mengendalikan motivasi, pikiran, dan tindakan mereka sendiri untuk mencapai tujuan akademik.

Regulasi diri mengacu pada upaya individu untuk mengatur diri mereka sendiri dalam suatu kegiatan. Regulasi diri bukanlah keterampilan mental atau akademik, melainkan bagaimana individu memproses dan menyesuaikan diri dengan bentuk aktivitas tertentu (Ghufron & S, 2010). Regulasi diri mengacu pada kemampuan untuk menghasilkan pikiran, emosi, dan tindakan yang dimaksudkan untuk diri sendiri terhadap aktivitas tertentu. Sederhananya, regulasi diri melibatkan metakognisi, motivasi, dan secara aktif terlibat dalam perilaku untuk mencapai tujuan pribadi (Zimmerman & Schunk, 1989). Sedangkan menurut (Dewi, 2019) mengemukakan bahwa kapasitas untuk mencapai kesuksesan akademik dengan merencanakan, mengarahkan, memantau, dan menilai perilaku sendiri secara efektif disebut sebagai regulasi diri.

Terdapat hubungan negatif yang tinggi antara regulasi diri dan prokrastinasi akademik, dengan $r = -0,638$. Dirinya mengemukakan bahwa, dari hasil penelitian tersebut dapat dilihat siswa dengan regulasi diri yang tinggi cenderung tidak suka melakukan prokrastinasi (Sari, 2022).

Penelitian ini penting dilakukan, mengingat masih banyak siswa SMP Negeri 7 Tangerang Selatan yang melakukan prokrastinasi atau penundaan. Tingkat penundaan ini dapat dipengaruhi oleh sejumlah faktor, termasuk regulasi diri. Tingkat regulasi diri berperan dalam seberapa baik pengaturan diri individu saat terlibat dalam aktivitas. Ketika individu menunjukkan regulasi diri yang baik, mereka cenderung tidak melakukan prokrastinasi. Siswa dengan memiliki sikap yang teliti, disiplin, pekerja keras, dan memiliki motivasi diri yang tinggi dalam mencapai tujuannya, merupakan gambaran bahwa dirinya merupakan individu dengan regulasi diri yang baik.

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik melakukan penelitian untuk mengetahui apakah regulasi diri memiliki hubungan dengan prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh siswa.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan penjelasan pada latar belakang masalah di atas, permasalahan yang akan diidentifikasi dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana gambaran regulasi diri pada siswa SMPN 7 Tangerang Selatan?
2. Bagaimana gambaran prokrastinasi akademik pada siswa SMPN 7 Tangerang Selatan?
3. Apakah terdapat hubungan antara regulasi diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMPN 7 Tangerang Selatan?

C. Pembatasan Masalah

Batasan masalah yang ditentukan oleh peneliti adalah hubungan regulasi diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMPN 7 Tangerang Selatan, hal ini berdasarkan permasalahan yang dibahas di latar belakang dan identifikasi masalah.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah dijelaskan di atas, perumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan antara regulasi diri dengan prokrastinasi akademik siswa SMPN 7 Tangerang Selatan?”

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat untuk menambah wawasan, dan ilmu pengetahuan tambahan, di dalam dunia pendidikan khususnya pada

bidang bimbingan dan konseling. Serta menjadi referensi atau acuan terhadap penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

a. Pihak Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang realistis serta informasi baru bagi pihak sekolah tentang hubungan regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik siswa.

b. Guru BK

Diharapkan dengan dilakukannya penelitian ini dapat memberikan gambaran khususnya pada guru Bimbingan dan Konseling untuk menjadi pertimbangan pemberian program atau layanan terkait dengan regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik siswa.

c. Peneliti Lain

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai petunjuk atau acuan bagi peneliti lain dalam melakukan penelitian yang relevan dengan penelitian ini.

