

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Belajar itu adalah hal penting yang biasa dilakukan oleh orang-orang dan juga mereka butuhkan untuk hidup. Dengan belajar, manusia akan membentuk tingkah laku yang baik karena belajar adalah sebuah proses yang membawa perilaku dari satu tahap ke tahap selanjutnya. Tujuan utama belajar adalah mendapatkan pemahaman tentang semua hal yang dipelajari sehingga hal tersebut dapat diimplementasikan untuk kehidupan sehari-hari. Sekolah merupakan tempat yang digunakan untuk mempelajari berbagai disiplin ilmu yang ada. Sekolah memegang peran krusial dalam mencetak individu yang cerdas, kreatif, tangguh, dan mandiri. Siswa yang berusaha untuk memperoleh itu harus melalui banyak proses yang tidaklah mudah yaitu dalam pembelajarannya. Proses pembelajaran ini memiliki tujuan yaitu untuk meningkatkan prestasi akademik siswa dan mempersiapkan mereka untuk masa depan. Selama proses pembelajaran, siswa tidak lagi asing dengan istilah "tugas". Djamarah dalam (Jannah, 2019.) mengatakan bahwa selama siswa atau mahasiswa menempuh keilmuan di suatu lembaga dalam pendidikan yang dimana lembaga tersebut formal tidak akan bisa menghindari dari keseharusan menyelesaikan seluruh tugas untuk dikerjakan. Namun pada proses siswa dalam mengerjakan tugas - tugas yang diberikan banyak sekali faktor yang mengakibatkan para siswa telat mengerjakan atau bahkan sampai dengan tidak mengerjakan tugas yang diberikan, salah satu faktor yang menghambat para siswa tidak selesai mengerjakan tugas tersebut adalah prokrastinasi.

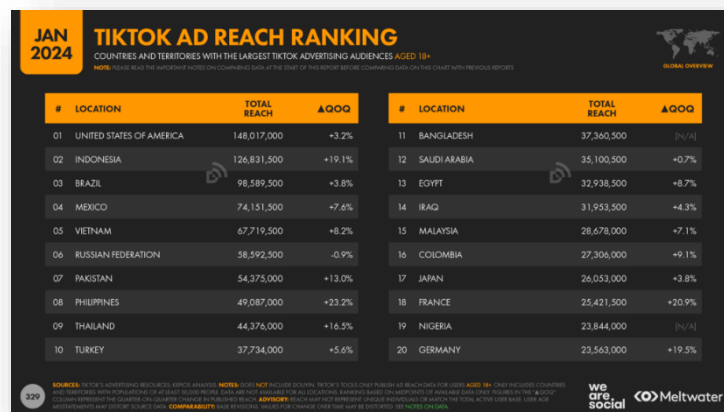
Prokrastinasi merupakan proses dari seseorang yang mempunyai rasa percaya diri yang lemah dapat mencegah tugas atau pekerjaan yang sedang mereka lakukan untuk diselesaikan secara tuntas. (Tannia & Monika, 2022). Penundaan dalam proses belajar sering disebut sebagai prokrastinasi di akademik. Prokrastinasi dalam akademik bisa saja menimbulkan banyak hal yang tidak baik dalam proses

pembelajaran. Terbuangnya banyak waktu dan digunakan pada akhirnya sia sia saja dibuang, tugas menjadi tidak selesai, bahkan ketika tugas tersebut selesai pun hasilnya kurang maksimal dan banyak hal negatif lainnya. Prokrastinasi adalah permasalahan yang harus di temui oleh siswa guna menyelesaikan proses studinya. Berdasarkan penelitian Rusmaini et al., (2021) yang sudah lama dilakukannya menjelaskan bahwa prokrastinasi dinilai memiliki dampak negatif karena selama proses belajar, penundaan tugas yang dilakukan akan menghambat tugas seorang guru dan murid sekaligus dan ini akan menjadi kebiasaan buruk yang mengakar. Prokrastinasi yang tinggi di kalangan siswa jika tidak segera dibenahi maka akan menjadi salah satu hal yang dapat menyebabkan hambatan mereka untuk mencapai prestasi lebih baik dari sebelumnya. Ini sesuai pada penelitian yang dimana sudah diteliti langsung oleh Rusmaini & Rahayu (2019), mengungkapkan jika tingkat prokrastinasi di bidang akademik ketika lebih tinggi maka akan semakin berdampak pada hasil akademik dan pencapaian prestasi orang tersebut dan sebaliknya apabila prokrastinasi akademik dapat diatasi atau dengan tingkat yang rendah maka ini akan meningkatkan prestasi seseorang pula. Prokrastinasi akademik berlaku untuk semua kalangan usia, tak terkecuali dilakukan oleh siswa SMA/SMK sederajat. Rentang usia mereka adalah 15-18 tahun yang merupakan masuk pada masa remaja, fase labil, krisis identitas atau pencarian jati diri yang mengakibatkan ketidakstabilan emosi, fase inilah yang mengakibatkan ketidakmampuan mereka yang akan berdampak pada penyelesaian kewajiban-kewajiban belajar, termasuk adalah penundaan pengerjaan tugas (prokrastinasi) dari guru, atau justru pengabaian dengan tidak mengerjakannya sama sekali (Triyono & Khairi, 2018)

Prokrastinasi di bidang akademik ini telah kerjakan oleh siswa dan siswi ternyata mempunyai pengaruh yang disebabkan oleh faktor internal dan juga faktor eksternal. Penggunaan gadget ini sudah menjadi kebutuhan utama para siswa dalam kegiatan belajar mengajar setiap harinya turut andil dalam faktor eksternal yang mempengaruhi siswa dalam melakukan prokrastinasi akademik. Tidak terbatasnya akan kebutuhan informasi pelajaran yang dipelajari oleh para siswa menjadi salah satu alasan siswa sering menggunakan gadget untuk memenuhi kebutuhan belajarnya. Namun disisi lain penggunaan gadget yang tidak diiringi dengan

kemampuan mengatur diri juga akan merugikan contohnya adalah bermain media sosial secara berlebihan yang berujung timbulnya prokrastinasi akademik. Hal ini ada di dalam penelitian dan dilakukan bagi Afifatus et al., (2019) beliau menemukan sebuah hasil siswa yang kecanduan gadget cenderung akan melakukan prokrastinasi akademik. Penelitian dari Tannia & Monika (2022) menemukan hasil bahwa siswa yang kecanduan untuk bermain handphone dan membuka media sosial instagram menunjukkan bahwa instagram mempunyai efek yang positif dan relevan kepada prokrastinasi di bidang akademik yang dialami oleh mahasiswa-mahasiswa yang ditelitinya. Hasil penelitian itu berbanding terbalik dengan penelitian para ahli yaitu (Siregar et al., 2019) dimana beliau meneliti dalam media sosial whatsapp, prokrastinasi menemukan bahwa whatsapp dapat dijadikan efektif dan mempunyai efek yang tidak baik ataupun negatif juga relevan kepada prokrastinasi akademik yang menandakan bahwa semakin tinggi tingkat penggunaan whatsapp maka semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik yang dimiliki. Saat ini masih belum banyak penelitian mengenai media sosial dengan prokrastinasi akademik secara spesifik, seperti contohnya media sosial Tiktok yang sedang ramai digunakan oleh remaja terkhususnya siswa dalam beberapa tahun ini. Kebanyakan penelitian sebelumnya meneliti media sosial secara keseluruhan.

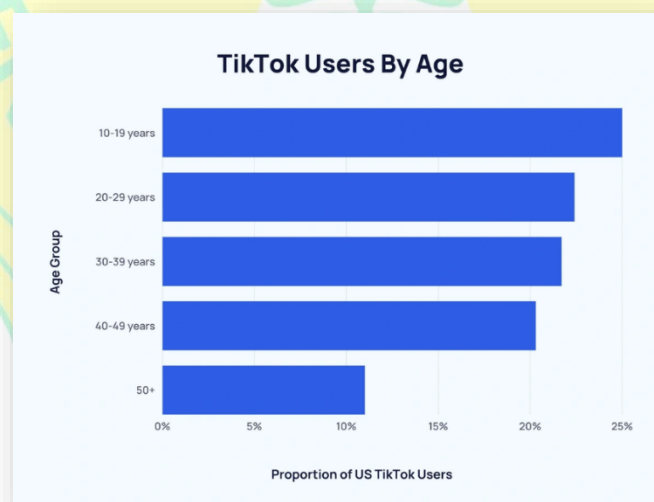
Media sosial Tiktok merupakan sebuah wadah digital yang dimana dapat berbagi video mikro dan disana pengguna bisa membuat terlebih dahulu sebuah video pendek lalu membagikannya, dari durasi menit bahkan durasi detik dan dikirim pada komunitas luas. Aplikasi ini terbit di tahun 2017 merupakan sebuah aplikasi yang sudah menjadi aplikasi media sosial dari banyak nya aplikasi lain yang mempunyai pertumbuhannya tercepat di dunia (Firliana, 2023). Menurut laporan dari We Are Social (2024) dalam penggunaan di media sosial ini di negara Indonesia sendiri yaitu di Januari tercapai 126,831,500 pengguna ini dibuktikan dengan statistik dalam Gambar 1.1



Gambar 1. 1 Statistik Negara Pengguna Tiktok di Dunia

Sumber: We Are Social (2024)

Data tersebut didukung dengan data yang dikumpulkan Howarth (2024), data yang diperoleh bahwa pengguna media sosial Tiktok terbanyak ada pada Gen Z yang artinya adalah para siswa yang sekarang masih dalam proses pendidikan formal di sekolah dengan kisaran umur dari 10-25 tahun. Data tersebut dapat dibuktikan dalam data yang tersaji pada gambar I.2. Berikut adalah data yang diperoleh:



Gambar 1. 2 Statistik Banyaknya Pengguna Tiktok Berdasarkan Umur

Sumber: Howard (2024)

Data yang ditunjukkan pada Gambar 1.1 serta Gambar 1.2 seolah dapat menunjukkan jika di media sosial Tiktok menjadi sebuah media sosial yang dimana mempunyai banyak penggemar di dalam masyarakat di Indonesia apalagi di kalangan remaja atau siswa yang sedang menempuh pendidikan di sekolah formal. Untuk itu penggunaan media sosial Tiktok turut andil dalam faktor yang mempengaruhi para siswa untuk melakukan prokrastinasi akademik sehingga tugas yang diberikan oleh guru tidak dapat dituntaskan dengan baik.

Prokrastinasi tidak hanya dikarenakan oleh adanya faktor eksternal saja seperti penggunaan media sosial Tiktok, namun pada dasarnya manusia memiliki sifat yang ada pada dalam dirinya untuk mengatur segala sesuatu yang menyangkut permasalahan yang dihadapi seperti semangat dan tekun pada pembelajaran untuk menyelesaikan tugas yang ada. Begitu pula berlaku untuk siswa yang sedang bersekolah perlu memiliki beberapa keterampilan penting untuk menyesuaikan diri dengan tuntutan tugas dari guru. Keterampilan tersebut meliputi kemampuan yang dapat mengatur aktivitas belajar, memonitor perilaku belajar, serta mengetahui sumber belajar yang dapat mendukung proses belajar mereka. Masalah utama dalam pembelajaran adalah pengaturan diri, sehingga siswa memerlukan keterampilan pengaturan diri, yang juga dikenal sebagai *self-regulated learning* (SLR). *Self-regulated learning* pada istilah psikologi merupakan proses regulasi diri dalam proses pembelajaran berdasarkan pikiran dan tingkah laku dari seseorang /siswa secara sistematis yang bertujuan untuk mencapai hasil belajarnya sendiri (Oktia et al., 2023). Menurut Steel (2007) dalam (Putri Audyssa Mulfi et al., 2023) mengemukakan bahwasanya prokrastinasi digambarkan sebagai kegagalan regulasi diri yang menyebabkan kinerja buruk dan mengurangi efisiensi waktu yang dimiliki. Regulasi diri dalam proses belajar penting sekali dimiliki oleh siswa, siswa yang mempunyai kemampuan dan meregulasi diri saat proses belajar bukan hanya menerima lingkungan secara pasif, akan tetapi berusaha untuk mengontrol serta mengubah lingkungan, pandangan, serta sikapnya dengan menyusun rencana tindakan untuk mempermudah penyelesaian tugas di sekolah. Maksud dari itu adalah tujuan belajar menjadi sangat penting apabila siswa dapat meregulasi diri dengan baik sehingga kondisi lingkungan sekitar area belajarnya perlu dikendalikan

dengan cermat guna menunjang tercapainya tujuan tersebut. Prokrastinasi akademik ini berhubungan dengan kurangnya pengaturan diri dalam pembelajaran siswa karena tidak adanya pengaturan diri dalam pembelajaran mereka. Siswa yang disiplin sering kali memiliki prinsip moral yang kuat, yang mereka gunakan untuk memandu strategi mereka dalam melaksanakan tugas yang diberikan. Fenomena ini terkait dengan penelitian yang dilakukan oleh Usop & Astuti (2022) yang menemukan bahwa ketika siswa memiliki tingkat kepatuhan yang tinggi, *Self-regulated learning* sebenarnya dapat meningkatkan tingkat di mana pengaturan individu dalam pembelajaran, atau pembelajaran yang diatur sendiri, memiliki korelasi negatif dan signifikan dengan prokrastinasi akademik. Namun, penelitian lain yang dilakukan oleh Darmawan (2018) tidak menemukan bukti yang mendukung klaim bahwa pembelajaran yang diatur sendiri memiliki efek negatif pada kinerja akademik.

Ketika dihadapkan dengan tugas, siswa harus mampu menanganinya seolah-olah tugas tersebut merupakan prioritas utama mereka dan tidak boleh ragu untuk menyelesaikannya dengan cepat. Siswa secara bertahap akan menyesuaikan diri dengan lingkungan baru dan melaksanakan tugas yang diberikan. Siswa, sangat sering, terlibat dalam kegiatan yang tidak terlalu menyenangkan atau mencerahkan bagi mereka serta tidak berhubungan erat dengan tugas akademis mereka. Siswa menyatakan bahwa halaman tugas yang ditujukan adalah membebani mereka atau *overload*, yang menyebabkan para siswa merasa terbebani, cepat bosan dan tidak dapat dicapai pada akhirnya proses pembelajarannya yang ditujukan oleh mereka. Penggunaan waktu yang tidak efektif dan kurangnya disiplin di antara siswa yang melakukan prokrastinasi akademis terkait dengan kurangnya kemampuan mereka untuk mengatur waktu secara efektif untuk menyelesaikan tugas akademis yang ditugaskan. Keyakinan didalam diri mereka inilah yang disebut sebagai *Locus of Control (LOC)*. *Locus of control* merupakan aspek dari prokrastinasi akademik yaitu '*perceived ability*', yang merujuk pada keyakinan seseorang terhadap kemampuannya sendiri (Syam & Dahlan, 2021) .

Faktor internal lain yang berkontribusi terhadap penundaan belajar siswa adalah lokus kendali. Kunci utama yang dimiliki setiap orang untuk dapat

menyelesaikan masalah yang muncul dalam kehidupan mereka sendiri dikenal sebagai lokus kendali (Firman et al., 2019). Terdapat dua kategori *Locus of control*: internal dan eksternal. Siswa yang memiliki lokus kendali internal yang kuat menyadari hasil belajar mereka sendiri dan bertanggung jawab atas hasil belajar tersebut. Di sisi lain, siswa dengan lokus kendali eksternal memahami bahwa seluruh yang mereka alami dipengaruhi oleh faktor lain. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Maesaroh & Saraswati (2020) ciri-ciri individu dengan *locus of control internal* adalah sebagai berikut: pengendalian (meyakini bahwa hasil dari kehidupannya disebabkan oleh faktor internal dalam dirinya), kemandirian (meyakini bahwa kemampuan dan kapabilitas diri sendiri sudah cukup), tanggung jawab (meyakini bahwa dirinya harus mampu menerima segala sesuatu sebagai akibat dari kesalahannya dan berusaha untuk memperbaikinya), dan harapan (meyakini bahwa tindakannya akan memberikan konsekuensi positif sebagai sarana untuk menegakkan haknya). Untuk mendukung temuan penelitian tersebut, Lasari et al. (2019) melakukan penelitian yang hasil bahwa terdapat hubungan negatif antara *locus of control* dengan prokrastinasi akademik, yang menunjukkan bahwa mahasiswa yang merasa puas dengan pekerjaan kerasnya sendiri memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang rendah, sedangkan mahasiswa yang tidak puas dengan pekerjaan kerasnya memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang tinggi. Namun, hasil penelitian yang dilakukan oleh Khasanah & Panduwinata (2022) menunjukkan bahwa *locus of control* tidak berpengaruh terhadap regresi akademik. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa dengan keyakinan diri yang tinggi tetap dapat melakukan penundaan pada tugasnya, bahkan mungkin pada tingkat yang tinggi. Berdasarkan dari permasalahan serta adanya kesenjangan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya mengenai prokrastinasi akademik yang telah diuraikan dengan faktor eksternal yang mempengaruhi yaitu intensitas penggunaan media sosial Tiktok serta faktor internal yang mempengaruhinya yaitu *self-regulated learning* dan *internal locus of control*, Untuk itu peneliti berniat melanjutkan penelitian mengenai **“Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial Tiktok, *Self-regulated learning* dan *Internal locus of control* terhadap Prokrastinasi Akademik Pada SMK Negeri di Jakarta Utara”**.

B. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan uraian masalah yang telah diuraikan pada latar belakang, maka pertanyaan yang dapat diajukan pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Apakah tingkat intensitas penggunaan media sosial Tiktok berkaitan dan berpengaruh dengan tingkat prokrastinasi dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik?
2. Apakah tingkat kemampuan *self-regulated learning* mempengaruhi tingkat prokrastinasi dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik?
3. Bagaimana tingkat *internal locus of control* mempengaruhi kecenderungan prokrastinasi dalam menyelesaikan tugas akademik?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan uraian pertanyaan yang telah diajukan, berikut merupakan tujuan dari dilakukannya penelitian ini, antara lain:

1. Untuk memahami bagaimana media sosial Tiktok memengaruhi siswa untuk melakukan prokrastinasi akademik.
2. Untuk memahami mekanisme psikologis yang mendasari pengaruh dari *self-regulated learning* terhadap prokrastinasi akademik, termasuk aspek-aspek seperti pengaturan tujuan, perencanaan, pemantauan diri, dan refleksi.
3. Untuk meneliti pengaruh dari *internal locus of control* dengan tingkat prokrastinasi yang dialami oleh individu dalam konteks akademik.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian yang dilakukan ini akan memberikan beberapa manfaat, antara lain:

1. Manfaat Teoritis
 - a. Hasil yang didapatkan dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang prokrastinasi akademik, lembaga pendidikan dapat mengembangkan program yang bertujuan untuk meningkatkan kinerja akademik dan menurunkan prokrastinasi akademik di kalangan siswa.

- b. Sebagai pembuktian bahwa intensitas penggunaan media sosial, *self-regulated learning* dan *internal locus of control* mempengaruhi prokrastinasi akademik pada siswa dalam menyelesaikan tugas-tugas akademiknya.
- c. Hasil dari penelitian ini dapat membantu dalam pengembangan intervensi dan strategi untuk mengurangi prokrastinasi. Penelitian ini dapat mendorong pengembangan teori-teori pendukung yaitu teori sosial kognitif yang berisikan teori pengaturan diri dalam belajar dan teori pembelajaran sosial yang menjelaskan bahwa diri sendiri lebih berpengaruh daripada lingkungan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Sekolah

Dengan tersedianya informasi pada penelitian ini tentang prokrastinasi akademik, diharapkan penelitian ini dapat membantu dalam pengembangan program-program pendidikan yang lebih holistik yang tidak hanya fokus pada aspek akademik, tetapi juga mempertimbangkan penggunaan media sosial dan faktor psikologis seperti *locus of control* internal.

b. Bagi siswa

penelitian ini dapat berkontribusi pada peningkatan kualitas pendidikan dengan memungkinkan siswa untuk lebih fokus dan efektif dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik mereka, serta mencapai hasil akademik yang lebih baik secara keseluruhan.

c. Bagi Peneliti

Menambahkan pemahaman yang lebih dalam tentang dinamika prokrastinasi akademik dan faktor-faktor yang berkontribusi terhadapnya serta mendorong penelitian lanjutan untuk menjelajahi interaksi antara faktor-faktor psikologis dan penggunaan media sosial dalam konteks prokrastinasi akademik.