

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Salah satu cara paling penting untuk menjadi pribadi yang lebih baik adalah melalui pendidikan. Oleh karena itu, kita harus menghormati hak setiap orang untuk mendapatkan akses yang adil terhadap pendidikan (Desi Pristiwanti et al. 2022). Salah satu faktor penting dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia adalah pendidikan. Ketika pendidikan benar-benar diterapkan dalam masyarakat, ia tidak hanya membentuk karakter dan mengembangkan potensi individu, tetapi juga mempersiapkan mereka untuk bersaing dalam persaingan global yang semakin ketat (Laurensius & Yvone, 2023). Hal ini sejalan dengan Program Pengembangan Prioritas (Nawacita) yang bertujuan mewujudkan negara yang sejahtera, di mana pendidikan dijadikan sarana untuk meningkatkan produktivitas sehingga setiap orang mampu bersaing di pasar internasional, sesuai dengan poin keenam dari agenda tersebut (Syafa'atul Khusna et al. 2022).

Pendidikan jika dilihat dari kemanusiaan dikatakan sebagai upaya untuk menerapkan langkah-langkah terstruktur dan berkelanjutan untuk mengembangkan potensi dan esensi kemanusiaan, dengan demikian pendidikan akan terus berlanjut dari generasi ke generasi untuk diwariskan dalam meningkatkan kualitas individu. Butir ke-5 menyebutkan bahwa meningkatkan kualitas manusia dengan cara memperbaiki pendidikan, melatih keterampilan, dan mempermudah akses ke layanan kesehatan. Dengan harapan hal ini bisa membantu masyarakat hidup lebih sejahtera. Hal ini juga dikatakan oleh Presiden Prabowo Subianto dan Wakil Presiden Gibran Rakabuming yang membuat program bernama Asta Cita, yang di dalamnya terkhusus pada poin ke 4 menekankan pentingnya untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia dalam lingkup pendidikan agar nantinya individu tersebut mampu bersaing secara global (Framesthi &

Subrayanti, 2025). Tiap individu tentu memiliki adanya keinginan dalam mengembangkan diri seperti untuk memperoleh pengetahuan, keterampilan, juga kreativitas. Keterampilan individu dapat diperoleh dari hasil pembelajaran juga pengembangan diri yang dilakukan oleh masing-masing individu guna mewujudkan kesejahteraan masyarakat yang tertuju pada nawacita pada butir ke-5, sehingga dapat terciptanya kesejahteraan yang berkelanjutan (Susanto et al, 2024).

Namun pada kenyataannya, individu tidak selalu memiliki kemauan yang kuat untuk mewujudkan cita-cita tersebut. Tentu saja, untuk mencapai pengembangan diri, terutama di bidang akademik, seseorang harus bertanggung jawab terhadap diri sendiri dan mempersiapkan diri secara memadai dalam segala aspek untuk mencapai kesuksesan yang diinginkan. Semua mahasiswa pasti memiliki impian untuk meraih kesuksesan dan menyelesaikan pendidikannya, baik di bidang akademik maupun non-akademik (Maharani et al, 2024). Mewujudkan negara yang sejahtera yang tertuang dalam Nawacita ini melibatkan generasi muda yang memiliki karakter yang kuat sesuai pada butir ke-8, yakni melakukan perubahan karakter bangsa (Syafa'atul Khusna et al, 2022). Individu yang menaruh minat dan tanggung jawab yang besar terhadap dirinya sendiri akan terus mewujudkan nilai-nilai positif dalam dirinya, yang berkaitan erat dengan penguatan identitas nasional. Namun, banyaknya tugas-tugas akademik membuat mahasiswa sulit untuk menentukan prioritas utama mereka, yang mengakibatkan munculnya perilaku menunda-nunda dalam bidang akademik, yang biasa disebut sebagai prokrastinasi akademik.

Kebiasaan menunda-nunda tugas sering kali diulang-ulang dalam jangka waktu yang lama, hingga menjadi sebuah pola yang sulit untuk diubah. Prokrastinasi akademik merupakan perilaku menunda tugas dan tanggung jawab di bidang pendidikan dengan sengaja, yang dapat berakibat negatif, antara lain munculnya rasa cemas, menurunnya prestasi bahkan rasa frustrasi (Maharani et al. 2024). Hal ini sejalan dengan Widodo (2023) dalam buku yang ditulis menyatakan bahwa peserta didik yang melakukan tindakan prokrastinasi

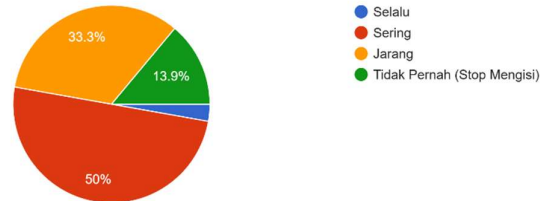
ini akan berdampak negatif, dan hal ini akan berakibat pada kesehatan psikologis mereka. Adanya kegagalan untuk menyelesaikan tugas-tugas akademik akan membuat peserta didik tertekan dan merasa cemas hingga tidak enak pada diri sendiri. Fenomena ini sering dialami oleh pelajar, mahasiswa, dan mereka yang memiliki tanggung jawab akademik. Jika dimaknai perilaku prokrastinasi adalah perilaku yang secara sadar dilakukan oleh individu yang dapat merugikan dirinya sendiri dengan berbagai alasan, seperti takut akan kegagalan, hingga kurangnya pemahaman terkait materi. Ari et al. (2024) mengungkapkan juga bahwa perilaku prokrastinasi ini merupakan perilaku yang cenderung dilakukan oleh individu secara sengaja, khususnya dalam akademik. Dalam buku yang ditulis oleh Prlll, M., et al, (2021) menyatakan bahwa Para penunda berulang kali terlibat dalam perilaku penundaan karena kontrol diri yang buruk dalam hal manajemen waktu, kontrol emosi, motivasi diri dan strategi belajar. Penundaan akademis adalah kemalasan dalam lingkungan mahasiswa, yang mengakibatkan kerugian tidak hanya bagi diri mereka sendiri tetapi juga orang lain, dan mereka bahkan tidak menyadarinya (Imam Turmudi et al, 2021).

Pada kenyataannya, menurut Pratama et al., (2024) mengatakan perilaku ini hampir terjadi pada tiap bidang, seperti rumah tangga, keuangan, pribadi, sosial, pekerjaan, sekolah dan pada siapa saja tidak memandang umur, jenis kelamin, serta lain-lain. Perkara ini sepadan mengenai studi Krisna & Riza (2021) Tindakan menunda-nunda sebenarnya bisa terjadi pada siapa saja. Mahasiswa pun tidak terkecuali, baik saat belajar maupun di luar waktu belajar. Semua tergantung pada motivasi masing-masing untuk memperoleh pengetahuan yang diinginkan. Dalam dunia akademis, penundaan dalam mengerjakan apa yang harus dikerjakan merupakan bentuk ketidaksiapan mahasiswa dalam mengatur waktu dengan baik, sehingga menghambat proses belajar dan pencapaian prestasi di bidang akademis, dan tentu saja berpengaruh pada perkembangan karakter yang kurang baik dalam diri individu mahasiswa tersebut. Sehingga, dikatakan bahwa perilaku prokrastinasi ini menjadi

masalah yang serius dan dapat membawa efek yang serius bagi individu tersebut (Laia et al, 2022).

Seberapa sering Anda secara tidak sengaja maupun sengaja melakukan penundaan terhadap pekerjaan yang harus dikerjakan?

36 responses



Gambar 1.1 Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas X SMK Negeri 31 Jakarta

Sumber: Diolah Oleh Peneliti (2025)

Penelitian yang dilakukan oleh Lestari et al., (2022) mengungkapkan bahwa tingkat prokrastinasi akademik siswa SMK menunjukkan presentasi 69% dari 167 orang. Pada SMK Negeri 31 Jakarta, dari hasil pra-riset penelitian yang dilakukan dengan responden sebanyak 36 orang pada Kelas X Jurusan Manajemen Perkantoran ini terlihat sebesar 50% siswa yang sering melakukan penundaan, 33.3% jarang melakukan, dan 13.9% tidak pernah, hingga 2.8 % siswa ada yang selalu melakukan perilaku prokrastinasi akademik. Hal ini berarti bahwa masih seringnya para siswa melakukan penundaan terhadap pekerjaan akademik yang harus dilakukan baik itu secara sengaja maupun tidak sengaja. Perilaku prokrastinasi ini menjadi kebiasaan yang paling sering dilakukan oleh para siswa, terlihat presentase yang tinggi juga ada pada kelas X di SMK Negeri 5 Semarang sebesar 65% dengan jumlah siswa 108 orang yang dikaji oleh Pratama et al, (2024). Adanya perilaku yang terus-menerus dilakukan ini membuat para siswa lupa niat juga tujuan awal mereka belajar untuk menuntut ilmu (Krisna & Riza, 2021).

Tabel 1. 1 Hasil Pra-riset Perilaku Prokrastinasi Akademik

No	Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik	Jawaban	
		Ya	Tidak
1	Manajemen Waktu	6%	94%
2	Kesadaran Diri (<i>Self Awareness</i>)	86%	14%
3	Dukungan Sosial (<i>Social Support</i>)	78%	22%
4	Kontrol Diri	14%	86%

Sumber: Diolah Oleh Peneliti (2025)

Berdasarkan dari Tabel 1.1 penelitian menunjukkan adanya beberapa faktor yang mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademi, hal ini diungkapkan oleh penelitian St Jauhar et al, (2022) yang mengatakan bahwa kontrol diri dan adanya manajemen waktu hingga dukungan sosial menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik. Dan Restianingsih Putri Rahayu & Anjeli Ratih Syamlingga Putri (2024) mengungkapkan bahwa kesadaran diri juga menjadi faktor yang dapat mempengaruhi perilaku prokrastinasi pada akademik. Dari hasil pra-riset penelitian yang dilakukan melalui *google form*, terlihat bahwa faktor kesadaran diri memiliki presentasi tinggi sebesar 86%, faktor dukungan sosial sebesar 78%, lalu faktor kontrol diri 14%, dan faktor manajemen waktu 6%. Hal ini menandakan adanya prokrastinasi akademik yang dialami oleh Siswa Kelas X SMK Negeri 31 Jakarta itu didominasi faktor kesadaran diri juga dukungan sosial. Berdasarkan hal tersebut, maka peneliti menggunakan variabel kesadaran diri (*self awareness*) dan dukungan sosial (*social support*).

Kebiasaan menunda tugas belajar ini terus dilakukan siswa dan lama-lama menjadi pola yang berulang (Imam Turmudi et al. 2021). Siswa kelas X SMK Negeri 31 Jakarta belum mengenal diri mereka sendiri dengan baik. Akibatnya, mereka sering tidak tahu kapan harus memulai sesuatu. Selain itu, banyak siswa yang merasa bosan atau tidak menyukai tugas yang diberikan dan memilih untuk mengerjakan hal lain, kebiasaan ini akhirnya membuat banyak

siswa sering menunda-nunda pengerjaan tugas. Sebagian besar siswa belajar mendekati tanggal ujian atau membaca materi sebelum ujian. Hal ini juga terjadi karena siswa melebih-lebihkan kemampuan mereka, meremehkan tugas yang akan mereka kerjakan, dan memilih untuk mengerjakannya ketika mereka sudah dekat dengan waktu pengumpulan tugas atau ujian. Kebanyakan para peserta didik melakukan penundaan tugas akademik dikarenakan juga tidak adanya minat pada tugas dan materi yang diberikan, hingga rendahnya kepercayaan diri yang dimiliki oleh peserta didik akan kemampuan yang ia miliki untuk menyelesaikan tugas tersebut (Widodo, 2023). Semakin sering seseorang mengabaikan tugas yang seharusnya dikerjakan, semakin besar kemungkinan rasa percaya dirinya akan terkikis, sehingga akan sulit untuk membangun kembali kepercayaan diri dalam menyelesaikan tugas tersebut (Prll et al, 2021). Dikatakan pada penelitian Saija et al, (2020) Prokrastinasi akademik yang terjadi pada sebagian peserta didik ini membuat mereka lebih kepada penyitaan waktu yang dibutuhkan dalam mengerjakan tugas dan bukan berarti mereka menghindari untuk mengerjakan tugas-tugas tersebut. Hal ini dapat dilihat ketika mereka tetap mengerjakan tugas yang diberikan, hanya saja pengerjaan yang dilakukan biasanya dilakukan seperti satu jam sebelum pengumpulan, dan lain sebagainya.

Perilaku menunda-nunda ini tidak hanya terjadi saat menyelesaikan tugas, tetapi juga saat harus belajar untuk ujian dan tes. Akibatnya, proses belajar menjadi tidak maksimal. Salah satu penyebabnya adalah penggunaan ponsel yang tidak terkontrol. Banyak siswa yang lebih suka mengutak-atik ponsel atau membuka aplikasi seperti TikTok saat pelajaran berlangsung, membuat mereka menunda-nunda tugas dari guru atau tidak memahami apa yang harus mereka pelajari untuk ujian. Murid-murid cenderung lebih memilih kegiatan yang mereka sukai dan nikmati di luar kelas daripada mengerjakan tugas. Mereka berpikir bahwa mereka dapat mengerjakan tugas mereka nanti, tetapi akhirnya terlambat sampai batas waktu pengumpulan. Perilaku menunda ini juga terjadi karena beberapa siswa tidak menyukai kelas atau materi tertentu dan sengaja mengulur-ulur waktu. Selain itu, sebagian siswa menunda

mengerjakan tugas karena merasa ragu atau tidak yakin dengan kemampuan yang mereka miliki.

Tentunya, untuk menghindari dari perilaku prokrastinasi akademik ini perlu adanya pengontrolan akan faktor-faktor yang cenderung membuat para siswa melakukan perilaku ini, karena kurangnya pembentukan karakter dari peserta didik. Terwujudnya pendidikan yang berkarakter dapat bersaing secara sehat, bersikap baik, punya sopan santun, dan bisa berinteraksi dengan orang lain di masyarakat (Rahmawati & Rozak Hanafi, 2022). Hal ini tentu akan berdampak pada munculnya pengontrolan bagi diri siswa dan lebih meningkatkan kesadaran diri serta terciptanya dukungan dari lingkungan siswa yang akan membuat siswa lebih terhindar dari perilaku prokrastinasi akademik ini, sehingga mendukung perwujudan generasi yang berkarakter kuat. Dengan adanya kesadaran diri juga dorongan dari lingkungan secara keseluruhan mempengaruhi perilaku prokrastinasi (Isna Asyri Syahrina et al. 2023).

Penelitian ini juga didasarkan pada penelitian-penelitian terdahulu guna menguatkan penelitian yang akan diteliti nantinya, seperti penelitian yang dilakukan oleh Waty & Agustina (2022) yang menyatakan bahwa adanya pengaruh yang signifikan dari dukungan sosial terhadap perilaku prokrastinasi akademik yang ada di pesantren madrasah MTs N 3 Bojonegoro. Siswa yang mendapat banyak dukungan dari orang-orang di sekitarnya cenderung jarang menunda tugas sekolah. Sebaliknya, siswa yang kurang mendapat dukungan lebih sering menunda tugas. Untuk mengurangi kebiasaan menunda-nunda ini, mahasiswa perlu memiliki dukungan sosial yang kuat. Selain itu, kondisi fisik, emosi dan lingkungan juga berpengaruh. Oleh karena itu, penting bagi siswa, terutama yang tinggal di madrasah berasrama, untuk mendapatkan dukungan dari diri sendiri dan lingkungannya untuk mengurangi kebiasaan prokrastinasi akademik. Yang membedakan dari penelitian sebelumnya terdapat pada subjek penelitian yakni pada siswa MTs atau SMP yang tinggal di pesantren madrasah dan masih memiliki ayah atau ibu. Penelitian tersebut dilakukan di pesantren madrasah "Darul Fikri" yang berada di MTs Negeri 3 Bojonegoro, dengan jumlah sampel 48 siswa. Sampel dipilih secara acak menggunakan tabel Isaac

dan Michael dengan teknik *simple random sampling*, dan datanya diambil dari sumber sekunder. Sedangkan, penelitian ini dilakukan pada siswa-siswi kelas X SMK Negeri 31 Jakarta. Jumlah sampel sebanyak 138 orang, dihitung menggunakan rumus Taro Yamane dan dipilih dengan teknik *proportional random sampling* agar hasilnya mewakili seluruh populasi. Data yang digunakan berasal dari sumber primer.

Selanjutnya, sejalan juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Hannisa & Arie (2023) yang mengungkapkan bahwa adanya pengaruh antara kesadaran diri dan pengendalian diri terhadap perilaku prokrastinasi pada karyawan *frontliner* Bank X di Jakarta. Dimana, dari hasil penelitiannya menyatakan bahwa adanya kontribusi kesadaran diri dan pengendalian diri pada munculnya perilaku prokrastinasi dalam dunia kerja. Karena, adanya kesadaran diri membuat para karyawan yakin untuk dapat menyelesaikan pekerjaannya dengan tepat waktu, juga adanya pengendalian diri membuat karyawan dapat menahan diri untuk tidak melakukan aktivitas selain pekerjaan yang menjadi tanggung jawabnya. Penelitian sebelumnya dilakukan pada karyawan *frontliner* di Bank X Jakarta. Penelitian itu bertujuan untuk melihat cara menghindari perilaku menunda pekerjaan (prokrastinasi) di tempat kerja, dengan menggunakan faktor kesadaran diri dan pengendalian diri sebagai variabel. Jumlah sampel sebanyak 35 orang, dipilih menggunakan teknik census sampling, dan datanya dianalisis dengan *software JASP versi 0.16.3.0* untuk *Windows*. Sementara itu, penelitian ini dilakukan pada siswa-siswi SMK Negeri 31 Jakarta. Penelitian ini menggunakan variabel dukungan sosial dan kesadaran diri. Jumlah sampel sebanyak 138 orang, yang dipilih menggunakan teknik *proportional random sampling*. Data kemudian dianalisis dengan menggunakan *software SPSS* versi 25.

Kemudian, penelitian terdahulu lainnya dilakukan oleh Isna Asyri Syahrina et al, (2023) dengan hasil penelitian megatakan bahwa *conscientiousness* dan dukungan dari teman sebaya secara bersama-sama berpengaruh besar terhadap kebiasaan menunda tugas (prokrastinasi akademik) pada mahasiswa jurusan sistem komputer. Pengaruhnya bersifat

negatif, artinya semakin tinggi rasa tanggung jawab dan dukungan dari teman, maka semakin rendah kebiasaan menunda tugas. Sebaliknya, jika keduanya rendah, maka kebiasaan menunda tugas cenderung meningkat. Penelitian sebelumnya dilakukan pada mahasiswa jurusan sistem komputer di Universitas Putra Indonesia-YPTK Padang, dengan 152 mahasiswa aktif dari angkatan 2016 hingga 2019 sebagai sampel. Penelitian tersebut bersifat kuantitatif non-eksperimental dan menggunakan metode pengambilan sampel secara acak (*simple random sampling*). Sementara itu, penelitian yang sekarang dilakukan di SMK Negeri 31 Jakarta, dengan subjek penelitian yaitu siswa kelas X. Penelitian ini termasuk jenis penelitian kuantitatif deskriptif, dengan jumlah sampel sebanyak 138 siswa, yang dipilih menggunakan teknik *proportional random sampling*.

Sehingga, berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh *Social Support* dan *Self Awareness* Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas X SMK Negeri 31 Jakarta”.

1.2 Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan, maka kesulitan penelitian ini dijabarkan sebagai berikut:

1. Apakah terdapat pengaruh langsung antara *social support* terhadap perilaku prokrastinasi akademik?
2. Apakah terdapat pengaruh langsung antara *self awareness* terhadap perilaku prokrastinasi akademik?
3. Apakah terdapat pengaruh langsung *social support* dan *self awareness* terhadap perilaku prokrastinasi akademik?

1.3 Tujuan Penelitian

Dari rumusan masalah diatas, maka tujuan dari penelitian ini ialah:

1. Untuk menganalisis, menghitung dan mengetahui pengaruh langsung antara *Social Support* terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik

2. Untuk menganalisis, menghitung dan mengetahui pengaruh langsung antara *Self Awareness* terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik
3. Untuk menganalisis, menghitung dan mengetahui pengaruh langsung antara *Social Support* dan *Self Awareness* (terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik

1.4 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini ialah sebagai berikut:

1.4.1 Manfaat Teoritis

Dari hasil penelitian yang diperoleh diharapkan dapat memberikan kontribusi dan pemahaman terkait bagaimana faktor-faktor psikologis, membentuk perilaku prokrastinasi akademik. Hasil penelitian ini juga dapat menjadi referensi dalam mengembangkan konsep literatur yang berkaitan dengan *social support*, *self awareness*, dan prokrastinasi akademik, serta menjadi dasar bagi penelitian selanjutnya dalam mengkaji faktor-faktor yang berperan dalam mengurangi perilaku prokrastinasi akademik.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Penulis

Penelitian ini dijadikan sebagai tugas akhir yang dilakukan dalam rangka untuk memenuhi syarat memperoleh gelar sarjana S-1 Pendidikan Administrasi Perkantoran di Universitas Negeri Jakarta. Penelitian ini juga menjadi pengalaman peneliti dan memberikan wawasan juga pengetahuan terkait pengembangan diri guna mengurangi perilaku prokrastinasi dalam kehidupan sehari-hari.

2. Bagi Pembaca

Penelitian ini diharapkan memberikan dampak luas dalam kehidupan pembacanya, sehingga dapat meminimalisirkan kebiasaan prokrastinasi dalam dunia akademik.

3. Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan sumbangan pemikiran dan meningkatkan pemahaman bagi siswa-siswi SMK Negeri 31 Jakarta terkait penyebab dan faktor dari perilaku prokrasinasi akademik guna mendukung kebijakan sekolah dalam memenuhi kesejahteraan siswa.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi untuk menambah wawasan dan pengetahuan serta bahan pertimbangan terkait perilaku prokrastasinasi akademik juga faktor yang mempengaruhinya untuk melakukan penelitian selanjutnya.

