

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Prokrastinasi akademik merupakan perilaku disengaja untuk menunda penyelesaian tugas-tugas pendidikan, meskipun individu menyadari bahwa tindakan tersebut berpotensi merugikan pencapaian hasil akademiknya. Perilaku ini melibatkan ketidakmampuan seseorang untuk segera memulai atau menyelesaikan tugas yang seharusnya dilakukan dalam kurun waktu tertentu. Prokrastinasi akademik tidak hanya mencakup aspek waktu tetapi juga berkaitan dengan pengelolaan tanggung jawab akademik yang efektif. Fenomena ini sering kali muncul dalam berbagai jenjang pendidikan dan dianggap sebagai salah satu hambatan signifikan dalam mencapai tujuan pembelajaran yang optimal (Rohmatun, 2021).

Prokrastinasi akademik sering kali dilakukan sebagai bentuk penghindaran terhadap tugas atau kewajiban yang dianggap berat atau memicu kecemasan. Banyak individu, khususnya pelajar dan mahasiswa, merasa tertekan dengan tugas-tugas akademik yang menuntut, sehingga mereka lebih memilih untuk menunda-nunda penyelesaiannya. Ketika menghadapi tugas yang besar atau sulit, rasa cemas akan kegagalan sering kali muncul, dan penundaan menjadi cara untuk sementara menghindari perasaan tersebut. Meskipun demikian, penundaan ini justru meningkatkan kecemasan karena semakin dekat dengan tenggat waktu, rasa bersalah dan stres akan semakin besar (Ramadhani, 2022).

Penelitian menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik kerap dialami oleh mahasiswa, di mana mereka secara sadar menangguhkan pelaksanaan kewajiban akademiknya seperti membaca, menyusun laporan, atau mempersiapkan ujian. Studi global menunjukkan bahwa sekitar 50-70% mahasiswa di seluruh dunia terlibat dalam perilaku prokrastinasi akademik, dengan sebagian besar berada dalam kategori sedang hingga tinggi (Miftahuddin et al., 2022).

Sejalan dengan hal tersebut, prokrastinasi akademik biasa didefinisikan sebagai kebiasaan menunda-nunda untuk memulai atau menuntaskan aktivitas akademis. Hal ini ditandai dengan keterlambatan dalam pelaksanaan tugas, kurangnya ketepatan waktu dalam menyelesaikan pekerjaan, ketidaksesuaian antara rencana yang telah dibuat dengan hasil yang dicapai, dan dorongan untuk mengalihkan perhatian pada kegiatan alternatif lain yang dianggap lebih menarik atau menyenangkan (Titu et al., 2020).

Prokrastinasi akademik, atau perilaku mengesampingkan penyelesaian tugas akademik, telah menjadi perhatian utama dalam bidang pendidikan. Fenomena ini tidak hanya terjadi di tingkat pendidikan tinggi, tetapi juga di kalangan siswa sekolah menengah. Di Indonesia, berbagai penelitian telah mengidentifikasi prevalensi prokrastinasi akademik yang signifikan di kalangan siswa. Misalnya, sebuah studi di SMAN 30 Jakarta menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik merupakan salah satu pemicu menurunnya capaian akademik siswa (Ramadhani et al., 2020)

Dalam suatu penelitian oleh (Maulana, 2024) terhadap peserta didik di jenjang SMK menemukan bahwa dari 102 siswa kelas XI SMK Negeri 7 Semarang, sebagian besar tergolong dalam tingkat sedang (63%), yang menunjukkan kecenderungan moderat dalam menunda tugas akademik. Sebanyak 33% siswa berada pada kategori rendah, mengindikasikan kemampuan manajemen waktu yang lebih baik, sementara 4% siswa masuk kategori tinggi, yang memerlukan perhatian khusus. Data ini menunjukkan perlunya upaya untuk mengurangi prokrastinasi, terutama pada siswa dengan kategori tinggi, dan meningkatkan keterampilan manajemen waktu pada siswa kategori sedang.

Diperkuat dengan temuan dari studi yang dilaksanakan oleh (Basilisa & Pedhu, 2021) menunjukkan bahwa dari 55 siswa yang dijadikan sampel, terdapat 3 siswa (5,45%) yang berada pada kategori prokrastinasi akademik tinggi, serta 37 siswa (67,27%) yang berada pada kategori prokrastinasi akademik sedang. Hal ini mengindikasikan bahwa perilaku prokrastinasi

akademik yang masih sering dilakukan oleh siswa meliputi kebiasaan menunda pengerjaan tugas, beralih pada aktivitas lain yang lebih menyenangkan namun kurang penting, tidak memiliki tujuan yang jelas, serta kurang memperhatikan waktu.

Hasil penelitian (Widyaningsih & Savira, 2021) mengungkapkan bahwa kebiasaan prokrastinasi yang dimiliki siswa dalam menuntaskan tanggung jawab pembelajaran yang harus dikejar dalam waktu terbatas dapat berdampak negatif pada kualitas hasil tugas yang diperoleh. Ketika siswa menunda-nunda pekerjaan mereka, mereka terpaksa menyelesaikan tugas dalam waktu yang singkat, yang sering kali menghasilkan pekerjaan yang kurang maksimal. Selain itu, tekanan dari deadline yang mendekat juga dapat memicu stres, yang semakin memperburuk kinerja akademik mereka.

Prokrastinasi akademik tergolong sebagai salah satu permasalahan yang kerap muncul dan dihadapi oleh siswa, umumnya di lingkup SMA serta SMK. Permasalahan ini menunjuk pada kebiasaan menunda-nunda pelaksanaan kewajiban akademik dalam kondisi sadar meskipun siswa menyadari bahwa kebiasaan demikian dapat berakibat negatif pada hasil akademik mereka. Salah satu alasan mengapa prokrastinasi akademik sering terjadi adalah adanya ketidakseimbangan dalam pengelolaan waktu dan tugas, yang menyebabkan siswa kesulitan untuk menyelesaikan pekerjaan tepat waktu.

Berdasarkan studi pendahuluan pada SMKN 41 Jakarta, masalah ini tidak jarang ditemui, dengan banyak siswa yang sering menunda-nunda pengerjaan tugas, persiapan ujian, atau penyelesaian proyek yang pada akhirnya berdampak pada penurunan prestasi akademik mereka. Selama proses studi pendahuluan, ditemukan bahwa banyak siswa menunjukkan perilaku prokrastinasi akademik yang signifikan, seperti menunda-nunda tugas, mengabaikan tenggat waktu, dan kesulitan dalam mengelola waktu secara efektif. Hal ini mengindikasikan bahwa prokrastinasi akademik menjadi masalah yang perlu ditangani lebih serius.

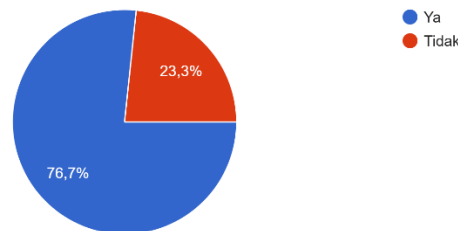
Penelitian ini menjadikan siswa jurusan Manajemen Perkantoran dan Layanan Bisnis sebagai objek penelitian karena karakteristik pembelajaran di jurusan ini menuntut keterampilan administrasi, ketepatan waktu, dan kemandirian dalam menyelesaikan tugas-tugas yang berkaitan dengan praktik kantor. Namun, dalam praktiknya, siswa sering kali menghadapi berbagai tantangan seperti beban tugas administratif yang cukup tinggi, pembelajaran berbasis proyek, dan tuntutan penggunaan teknologi digital, yang dapat memicu kecenderungan untuk menunda penyelesaian tugas atau prokrastinasi akademik. Karenanya, urgensi untuk mengkaji variabel-variabel penentu yang berkontribusi terhadap prokrastinasi pada siswa jurusan ini agar dapat ditemukan strategi yang tepat dalam meningkatkan kedisiplinan dan efektivitas belajar mereka.

Berdasar pada penelitian terdahulu penjabaran yang telah disampaikan, dapat diungkap bahwa prokrastinasi akademik di kalangan siswa SMK masih tergolong tinggi, dan banyak responden yang mengakui bahwa prokrastinasi akademik menjadi masalah bagi mereka. Beberapa bentuk prokrastinasi yang umum dihadapi oleh siswa antara lain, prokrastinasi dalam menyelesaikan tugas tertulis, prokrastinasi dalam belajar untuk persiapan ujian, prokrastinasi dalam membaca materi pelajaran, prokrastinasi dalam menyelesaikan tugas, prokrastinasi dalam mengikuti pelajaran di kelas, dan prokrastinasi dalam melakukan aktivitas pembelajaran secara keseluruhan.

Peneliti melakukan pra-riset terhadap 30 siswa masing-masing kelas dari jurusan MPLB pada SMKN 41 Jakarta untuk melihat dan menganalisis keadaan sebenarnya mengenai prokrastinasi akademik. Setelah dilaksanakan distribusi kuesioner, Berikut merupakan hasil pengumpulan data:

Apakah Anda sering menunda-nunda tugas akademik meskipun sudah tahu batas waktu pengumpulannya?

30 jawaban



Gambar 1.1 Pra-Riset Prokrastinasi Akademik

Sumber: Data diolah oleh peneliti

Berdasarkan hasil kuesioner pada Gambar 1.1 mengenai prokrastinasi akademik siswa dengan jumlah responden sebanyak 30 siswa jurusan MPLB SMK Negeri 41 Jakarta menunjukkan bahwa kegiatan menunda-nunda tugas (prokrastinasi akademik) didominasi jawaban "Ya" sebanyak 23 siswa dengan kuantitas sebesar 76,7%. Sedangkan untuk jawaban "Tidak" sebanyak 7 siswa dengan kuantitas sebesar 23,3%. Hasil pra riset diatas menunjukkan bahwa siswa terindikasi kerap menunda kewajiban akademiknya.

Prokrastinasi akademik terpengaruh oleh beragam variabel yang memungkinkan dikelompokkan menjadi faktor dari dalam dan luar diri individu. Faktor dari dalam mencakup elemen-elemen yang ada didalam seseorang, seperti self-efficacy dan self-regulated learning. Self-efficacy berkaitan dengan sejauh mana seseorang meyakini kapasitas dirinya untuk menyelesaikan tugas, sedangkan SRL melibatkan kemampuan individu untuk mengatur pencapaian, menetapkan target, serta mengevaluasi hasil yang telah dicapai (Akhsin & Rahmawati, 2023).

Sebaliknya, variabel ekstern yang menyertainya turut memberikan kontribusi terhadap prokrastinasi akademik adalah dukungan sosial. Dukungan dari keluarga, teman, atau lingkungan sekitar dapat memberikan kenyamanan emosional dan memotivasi individu untuk lebih bertanggung jawab dalam

menuntaskan kewajiban akademis dalam batas waktu yang ditetapkan. Kajian yang dipaparkan oleh (Pratitis et al., 2021) menunjukkan bahwa motivasi dan dukungan sosial dari lingkungan individu menjadi faktor dalam memengaruhi prokrastinasi akademik. Kurangnya motivasi dan dukungan sosial dapat menjadi faktor utama terjadinya prokrastinasi akademik.

Faktor dari luar lain yang mempengaruhi prokrastinasi akademik yaitu rendahnya tingkat literasi digital. Literasi digital sebagai faktor eksternal berperan penting dalam memengaruhi perilaku akademik siswa, termasuk kecenderungan untuk melakukan prokrastinasi. Kajian yang dipaparkan (Yuan et al., 2024) menunjukkan bahwa tingkat literasi digital yang tinggi berkorelasi negatif dengan prokrastinasi akademik, artinya siswa dengan kemampuan digital yang baik cenderung lebih sedikit menunda tugas akademik.

Tabel 1.1 Hasil Pra-Riset

No.	Faktor yang mendasari	Pertanyaan	Jawaban	
			Ya	Tidak
1.	<i>Self-Regulated Learning</i>	Apakah Anda secara rutin membuat jadwal belajar dan mematuhi untuk menyelesaikan tugas akademik tepat waktu?	13,3%	86,7%
2.	Motivasi	Apakah Anda memiliki keinginan yang kuat untuk menyelesaikan tugas sekolah tepat waktu demi mencapai tujuan akademik?	96,7%	3,3%
3.	<i>Self-Efficacy</i>	Apakah Anda merasa percaya diri dapat menyelesaikan tugas sekolah dengan baik, bahkan ketika tugas tersebut terasa sulit?	76,6%	23,3%
4.	Dukungan Sosial	Apakah Anda merasa mendapatkan dukungan yang cukup dari	86,7,3%	13,3%

	keluarga, teman, atau guru dalam menyelesaikan tugas sekolah?		
5. Digital Literacy	Apakah Anda dapat secara mandiri mencari, mengevaluasi keakuratan, dan mengutip informasi dari sumber digital (seperti jurnal online, e-book, atau situs edukatif resmi) untuk menyelesaikan tugas sekolah dengan benar sesuai aturan penulisan?	10%	90%

Sumber: Data diolah oleh peneliti

Merujuk pada temuan pra-riset pada Tabel 1.1, dari 5 (lima) faktor yang diuji, terdapat 2 (dua) faktor yang berkontribusi besar terhadap adanya tindak prokrastinasi akademik. Yaitu rendahnya *Self-Regulated Learning* (13,3%) dan *Digital Literacy* (10%) yang ada pada siswa MPLB SMKN 41 Jakarta. Sedangkan 3 (tiga) variabel lainnya berkontribusi lebih kecil dibandingkan 2 (dua) variabel sebelumnya karena sebagian besar siswa memiliki *self-efficacy*, motivasi dan dukungan sosial yang tinggi.

Bedasarkan studi pendahuluan pada SMK Negeri 41 Jakarta, salah satu murid saat ditanya apakah ia sering melakukan prokrastinasi akademik, narasumber yang tidak ingin disebutkan namanya menyatakan, “Iya, aku lumayan sering menunda-nunda tugas atau pekerjaan rumah yang diberikan. Aku jarang langsung mengerjakan karena banyak banget kegiatan disekolah dan aku lumayan susah buat ngutamain apa yang harus aku kerjain karena aku belum sempat buat jadwal untuk belajar dan agenda untuk mengerjakan tugas”. Sementara itu, narasumber lain menyatakan “Saya sering bingung pas disuruh cari materi atau ngerjain tugas lewat internet. Kadang nggak tahu cara nyari sumber yang bener buat tugas, terus takut kalau informasi yang saya ambil itu nggak sesuai. Kalau disuruh ngumpulin lewat Google Classroom atau

formatnya harus pakai Google Docs juga masih suka salah. Karena itu, saya jadi suka nunda-nunda tugas, soalnya takut salah dan makin bingung sendiri”.

Penelitian oleh (Irwandi et al., 2024) menunjukkan bahwa *SRL* memiliki berkorelasi negatif secara signifikan terhadap prokrastinasi akademik pada siswa. Siswa dengan *SRL* tinggi cenderung lebih disiplin dalam mengatur waktu, merencanakan tugas, dan mengevaluasi proses belajarnya, sehingga lebih jarang menunda pekerjaan akademik. Sebaliknya, siswa dengan *SRL* rendah lebih sulit mengontrol proses belajar dan cenderung melakukan prokrastinasi akademik. Maka dari itu, penguatan *SRL* menjadi strategi penting untuk membantu siswa lebih mandiri dalam belajar dan mengurangi kebiasaan menunda tugas.

Penelitian juga dilakukan pada mahasiswa, seperti yang ditunjukkan oleh (Perdana et al., 2021) menemukan bahwa Terapi afektif yang disampaikan melalui media digital dapat dipahami sebagai bentuk literasi digital yang mampu memengaruhi perilaku akademik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemanfaatan media digital secara terarah dan terstruktur dalam konteks afektif terbukti efektif dalam mengurangi kecenderungan menunda penyelesaian tugas akademik. Dengan demikian, literasi digital tidak hanya mencerminkan konteks praktik, namun juga menjadi faktor eksternal yang berperan dalam mendorong disiplin dan tanggung jawab akademik.

Penelitian yang dilakukan pada pengaruh *SRL* dan *Digital Literacy* terhadap prokrastinasi akademik masih memiliki beberapa celah, seperti terbatasnya studi pada siswa SMK dibandingkan dengan mahasiswa, penelitian yang dilakukan di luar Jakarta kurang relevan dengan konteks siswa SMK di Jakarta, dan belum ada yang menganalisis lebih lanjut antara *SRL* dan *digital literacy* terhadap prokrastinasi akademik secara bersama-sama, sehingga diperlukan studi lebih lanjut yang melibatkan siswa SMK Jakarta dengan desain penelitian longitudinal untuk mengisi celah tersebut.

Dengan merujuk pada pemaparan masalah sebelumnya, penelitian ini dirancang dengan judul “Pengaruh *Self-Regulated Learning* dan *Digital Literacy* terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa Jurusan MPLB SMKN 41 Jakarta”

1.2 Pertanyaan Penelitian

Mengacu pada pemaparan latar belakang sebelumnya, maka rumusan masalahnya adalah sebagai berikut:

1. Apakah *self-regulated learning* memiliki pengaruh terhadap prokrastinasi akademik pada siswa jurusan MPLB SMKN 41 Jakarta?
2. Apakah *digital literacy* memiliki pengaruh terhadap prokrastinasi akademik pada siswa jurusan MPLB SMKN 41 Jakarta?
3. Apakah *self-regulated learning* dan *digital literacy* secara bersama-sama memiliki pengaruh terhadap prokrastinasi akademik pada siswa jurusan MPLB SMKN 41 Jakarta?

1.3 Tujuan Penelitian

Berlandaskan pertanyaan penelitian yang telah dikemukakan, peneliti merumuskan tujuan kajian sebagai berikut:

1. Mengetahui pengaruh *self-regulated learning* terhadap prokrastinasi akademik pada siswa jurusan MPLB SMKN 41 Jakarta.
2. Mengetahui pengaruh *digital literacy* terhadap prokrastinasi akademik pada siswa jurusan MPLB SMKN 41 Jakarta.
3. Mengetahui pengaruh *self-regulated learning* dan *digital literacy* secara bersama-sama terhadap prokrastinasi akademik pada siswa jurusan MPLB SMKN 41 Jakarta.

1.4 Manfaat Penelitian

Mengacu pada pertanyaan penelitian dan tujuan penelitian yang telah dikemukakan sebelumnya, manfaat penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Secara Teoritis

Studi ini mencakup ekspektasi untuk menyumbangkan peranan dalam memperkaya literatur dan referensi ilmiah terkait faktor-faktor yang memengaruhi prokrastinasi akademik, khususnya yang berkaitan dengan *self-regulated learning* dan *digital literacy*.

2. Secara Praktis

a. Bagi Penulis

Penelitian ini berguna untuk meningkatkan pemahaman dan wawasan mengenai pengaruh *self-regulated learning*, *digital literacy*, dan prokrastinasi akademik.

b. Bagi Universitas Negeri Jakarta

Kajian ini berpotensi untuk menyampaikan data kepada entitas yang memiliki kepentingan terhadap *SRL*, *digital literacy* dan prokrastinasi akademik.

c. Bagi Sekolah

Data yang diperoleh dari penelitian ini dapat mengungkap wawasan yang relevan bagi guru dan pihak sekolah dalam memahami pentingnya pengembangan *SRL* dan *digital literacy* untuk mengurangi perilaku prokrastinasi akademik siswa.

d. Bagi Pembaca

Hasil penelitian ini dapat menjadi acuan dan bahan pembelajaran serta referensi bagi pembaca yang akan melakukan penelitian dengan judul yang relevan.