

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Pendidikan yaitu suatu elemen penting yang harus dilakukan setiap individu yang berlangsung selama menjalani kehidupannya. Berdasarkan pandangan psikologi, pendidikan adalah salah satu bentuk untuk mengembangkan diri yang dilakukan seseorang untuk berkembang dimana jika tidak terdapat kemajuan psikologinya maka karakter dan kepribadian seseorang tersebut tidak dapat terlihat sebagaimana dijelaskan oleh Ujud, Nur, Yusuf, Saibi, dan Ramli (2023). Pendidikan juga merupakan usaha seseorang untuk menyadari dan merencanakan kondisi belajar untuk mengembangkan potensi spiritual, agama, pengendalian diri, watak, yang diperlukan oleh siswa (Pusvitasari, 2021). Pendidikan akan sangat berguna untuk peningkatan potensi-potensi yang dimiliki oleh individu dengan meningkatkan kualitas tersebut dengan cara menjalani studi maupun sekolah. Hendaknya pendidikan dilakukan atas kesadaran dari orang tua maupun diri sendiri.

Pendidikan harus didasari dengan proses belajar yang sesuai dengan kenyamanan yang didapatkan oleh siswa, sebab ketika siswa nyaman dengan proses belajar ia akan lebih mudah dalam memahami pembelajaran tersebut. Hal itu sejalan dengan ruang lingkup psikologi belajar yang disampaikan oleh (Syah, 2024) terkait proses belajar dan kondisi belajar. Proses belajar yaitu tahapan belajar dengan adanya perubahan-perubahan melalui pembelajaran

seperti perubahan psikis siswa, perilaku, serta motivasi untuk belajar. Sedangkan kondisi belajar merupakan keadaan sekitar untuk melaksanakan pembelajaran seperti lingkungan fisik atau non fisik, sosial hingga asosial.

Pendidikan dalam pembelajaran itu sendiri harus ditanamkan dari masa pertumbuhan balita, anak-anak, remaja, hingga dewasa. Dengan begitu mereka akan paham dengan potensi-potensi maupun pengetahuan yang telah diajarkan bahwasannya pendidikan akan sangat penting dan akan sangat berpengaruh bagi kehidupan yang akan mendatang. Seiring berjalannya waktu, individu yang memperhatikan atau serius dengan pendidikannya akan mengalami perubahan terkait dengan kognitifnya misalnya kemampuan dalam berpikirnya akan berubah menjadi logis dan idealis, hal tersebut terjadi karena banyaknya ilmu maupun pembelajaran yang didapatkan oleh individu tersebut sehingga peran kognitifnya akan terpakai untuk memikirkan hal-hal yang bersifat secara kritis.

Adanya perubahan-perubahan yang signifikan oleh individu tersebut seperti perubahan sosial emosi pada kehidupannya. Hal ini muncul karena individu tersebut lebih mementingkan dirinya sendiri, bermain dengan teman sebaya, terdapat konflik dengan orang tua, dan hal yang berkaitan dengan lingkungan sosialnya. Kondisi perubahan seperti hal diatas dapat memicu seorang siswa untuk melakukan prokrastinasi akademik karena kurangnya dukungan dari lingkungan sekitarnya, sehingga semangat siswa untuk mengerjakan tugas cenderung rendah.

Keinginan siswa untuk tidak mengerjakan tugas secara tepat waktu atau meninggalkan tanggung jawab terhadap tugas yang seharusnya diselesaikan dapat menghambat produktivitas serta tujuan yang akan dicapai oleh siswa, hal tersebut merupakan pengertian dari prokrastinasi. Prokrastinasi ini tidak hanya berkaitan dengan menunda suatu tanggung jawab namun juga berkaitan dengan kesadaran untuk melakukan penundaan tersebut sehingga berdampak pada hal yang negatif (Aring, Hartati, Narosaputra, 2022). Penundaan tugas atau prokrastinasi yang dilakukan oleh individu ini dapat menunjukkan bahwa ia kurang mengetahui tujuan yang akan ditempuh. Hal itu ditunjukkan dengan adanya ketidakmampuan individu dalam menyesuaikan masa depan yang akan dicapai yaitu dengan cara mengabaikan risiko yang dimiliki, merasa ragu dengan kemampuannya, dan memilih mengerjakan kegiatan yang dapat memberikan efek kesenangan dari pada mengerjakan tugas yang ada (Rosida & Syah, 2024).

Prokrastinasi biasanya berkaitan dengan perjalanan kehidupan seseorang misalnya berhubungan dengan keluarga, kegiatan sehari-hari, pekerjaan, kesehatan, hingga akademik seperti yang disampaikan oleh Klingsieck dan Ferrari (Zainurridla, Samsudin, & Ubaidillah, 2022). Prokrastinasi akademik yang dialami oleh siswa secara terus menerus dan bersifat terbiasa dengan aktifitas tersebut dapat menyebabkan siswa mengalami penurunan kognitif yang berdampak negatif pada prestasi akademik yang dimiliki siswa, sehingga dapat menyebabkan penurunan nilai akademik dan salah satu penyebab kegagalan dalam mengejar masa depan siswa. Selain itu siswa yang terbiasa

dengan penundaan tugas akan mengalami penurunan dalam hal produktivitas dalam belajar yang menyebabkan siswa tidak mempunyai semangat yang tinggi dalam belajar sehingga dapat menyebabkan siswa tersebut mengalami keadaan cemas ketika menerima tugas baru atau tanggung jawab yang diberikan oleh guru di sekolah. Safitri (2020) menyampaikan bahwasannya bila prokrastinasi akademik tidak segera diatasi bisa menyebabkan timbulnya pengaruh yang bersifat serius untuk para siswa, seperti contohnya siswa dapat mengalami kecemasan, panik, hingga mengalami putus asa untuk hal-hal yang akan dijalani.

Menurut Solomon dan Rothblum (Ramdhan & Winata, 2020) Adanya keterkaitan antara siswa dengan prokrastinasi akademik dapat terjadi karena terdapat keyakinan yang sifatnya irasional yang dimiliki siswa. Sifat irasional dapat timbul akibat kesalahpahaman dalam memahami tugas sekolah, di mana siswa memiliki pandangan bahwa tugas merupakan beban yang berat dan tidak menyenangkan (*Aversineves of The Task dan Fear of Failure*), dimana merupakan suatu kecemasan berlebihan untuk melakukan kegagalan, karena takut jika gagal menyelesaikannya dapat mendatangkan penilaian yang negative dari kemampuan siswa tersebut. Akibatnya, siswa menunda-nunda untuk mengerjakan tugas yang dihadapinya.

Hal-hal yang dapat mempengaruhi kecenderungan dalam menunda tugas akademik salah satunya karena siswa memiliki regulasi diri yang cenderung rendah, seperti contohnya pada penurunan kognitif siswa. Pada penurunan kognitif yang berdampak pada prestasi akademik siswa dibutuhkan adanya

regulasi diri yang berkomponen untuk mendukung perilaku yang muncul pada pengambilan keputusan individu. Penerapan regulasi diri bagi siswa dapat diartikan sebagai bentuk usaha atau kehendak dari individu dalam menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan oleh guru. Selain itu, regulasi diri juga berfungsi sebagai alat untuk merancang dan mengatur sistem belajar yang nyaman sesuai dengan pemahaman yang diinginkan oleh siswa.

Regulasi diri memiliki peranan besar dalam kehidupan individu, regulasi diri juga dapat mencakup terkait proses pembelajaran siswa hingga berkaitan dengan pengoptimalan akademik siswa. Menurut Santrock (Lubis, 2018) regulasi diri dalam belajar dapat membuat siswa mengetahui tujuan yang diinginkan, perencanaan strategi dalam belajar, hingga mengatur pengetahuan dan keterampilan yang didapatkan sehingga menghasilkan prestasi yang optimal. Zimmerman (2000) mendefinisikan regulasi diri sebagai suatu proses yang seseorang lakukan untuk mengubah pemikiran, perasaan, maupun aktivitas secara konsisten yang berguna mencapai tujuan tertentu (Triovano & Khoirunnisa, 2021). Seorang siswa perlu memiliki regulasi diri yang seharusnya dikembangkan untuk membantu mengatasi beberapa keadaan yang memberatkan bagi siswa tersebut (Rochillah & Khoirunnisa, 2020).

Hasil pengumpulan data melalui wawancara yang telah dilaksanakan oleh peneliti pada guru Bimbingan Konseling (BK) di MAN 1 Bantul pada 4 Februari 2025 memberikan informasi bahwasannya siswa kelas X mempunyai perilaku yang sering kali dijalankan terkait penundaan dalam mengerjakan tugas, misalnya ketika guru tidak terdapat di kelas karena adanya rapat maka

terpaksa pembelajaran digantikan dengan pemberian tugas yang diberikan pada siswa dan kemudian tugas tersebut dikumpulkan dipembelajaran selanjutnya maupun di hari yang sama. Siswa kelas X memiliki kebiasaan untuk mengerjakan tugas yang diberikan tersebut di waktu sebelum pembelajaran akan dimulai kembali. Banyaknya siswa yang tergesa-gesa dalam menyelesaikan tugas yang diberikan tersebut terdapat siswa yang saling meminjam pekerjaan siswa lainnya. Hal tersebut beberapa kali memicu guru dalam mempertegas siswa agar tugas yang diberikan dapat di jalankan pada waktu yang telah ditentukan. Selain itu guru BK tersebut juga menyampaikan bahwasannya banyak siswa yang kurang mempunyai motivasi maupun kemauan atas kesadaran diri untuk mengerjakan tugas secara tepat waktu, sehingga banyak siswa yang menunda tugas maupun memilih untuk tidak menuntaskan tugas yang diberikan oleh guru.

Wawancara tambahan dilakukan oleh peneliti terhadap guru mata pelajaran dan wali kelas mengatakan bahwa penundaan tugas yang terjadi di kelas X MAN 1 Bantul terdapat beberapa faktor diantaranya yaitu karena adanya kebiasaan, karakter, berupa tuntutan orang tua, lingkungan pertemanan yang minim, kultur, dan adanya pergaulan diluar sekolah. Adanya faktor-faktor yang disampaikan tersebut dampak yang akan didapatkan oleh siswa yaitu seleksi alam yang akan dirasakan oleh siswa, tidak mempunyai rasa takut pada guru maupun orang tua, dan tidak memiliki tujuan masa depan. Salah satu *punishment* yang diberikan oleh guru pengampu pelajaran ekonomi kelas X di MAN 1 Bantul jika terdapat murid yang tidak melaksanakan tugas yang

diberikan atau tidak mengumpulkan pada waktu yang telah ditentukan tersebut, maka akan diberikan tenggang waktu selama tiga kali pertemuan selanjutnya dengan syarat mengerjakan dan mengumpulkan tugas dengan tenggang waktu yang sudah ditentukan sebelumnya.

Siswa yang tidak bisa menyelesaikan tugas yang diberikan dengan baik, maka guru mapel tidak membolehkan siswa tersebut mengikuti pelajaran selanjutnya. Jika siswa tersebut masih tidak dapat mengikuti arahan guru mata pelajaran tersebut maka guru mapel tersebut akan memberikan pendekatan khusus antara guru dan siswa, namun jika tidak terdapat peningkatan akan diserahkan pada wali kelas, kemudian ke guru BK untuk ditindak lanjuti dan pendekatan lanjutan. Jika dengan guru BK tidak terdapat perubahan, maka orang tua akan dipanggil dan dilakukan konseling antara orang tua dan siswa yang bersangkutan.

Adapun wawancara lain yang dilakukan penulis pada salah satu siswa kelas X di MAN 1 Bantul terkait dengan penundaan tugas yang dilakukan beberapa siswa di kelas tersebut. Siswa tersebut mengatakan bahwa penundaan tugas yang dilakukan karena terdapat beberapa penyebab diantaranya karena adanya rasa malas untuk mengerjakan, pelajaran yang menjadi tugas tidak disukai atau tidak sesuai dengan *passion*, penyampaian guru yang kurang menarik, dan pemahaman siswa terhadap pelajaran yang di ikuti. Siswa tersebut mengatakan bahwa ia memiliki perasaan gelisah ketika menunda tugas yang diberikan oleh guru, kemudian mendapat kesadaran untuk mengerjakan dengan cara mencari

motivasi untuk dapat mengerjakan tugas yang telah diberikan, seperti contohnya motivasi untuk masa depan.

Terdapat kurang lebih 40% dari 32 siswa yang menunda pekerjaan yang diberikan oleh guru pada kelas tersebut. Satu dari beberapa faktor yang disampaikan oleh guru mata pelajaran ekonomi juga dikatakan bersamaan dengan siswa yaitu tidak terlalu dekat dengan teman lainnya atau lingkungan pertemanan yang kecil yang menjadi penyebab siswa satu dengan lainnya enggan berdiskusi atau berinteraksi dengan siswa lainnya. Memilih siswa kelas X di MAN 1 Bantul sebagai subjek penelitian sangat berhubungan dengan penelitian yang akan dilakukan, karena berdasarkan data siswa tahun ajaran 2023/2024 yang ada di sekolah tersebut terdapat kurang lebih 8 siswa pada kelas X yang keluar maupun dikeluarkan dari sekolah dari permasalahan terkait prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh siswa secara terus-menerus, sehingga dari pihak sekolah tidak dapat memberikan toleransi lebih lanjut pada siswa tersebut.

Berdasarkan hasil wawancara tersebut siswa kelas X dapat dikaitkan dengan teori Pintrich (Sarah, Suharsono, & Prasetyaningrum, 2019) dimana ketika siswa melakukan regulasi diri dalam proses belajarnya maka akan berkaitan dengan penetapan tujuan yang di inginkan, merencanakan kegiatannya, melakukan monitor dan pengaruh pada aspek kognitifnya, melakukan motivasi, dan menyesuaikan tingkah lakunya untuk mencapai tujuan yang di inginkan. Siswa yang mempunyai peran regulasi diri yang cenderung rendah atau dapat diartikan sebagai belum bisa mengontrol kondisi dirinya sendiri dengan

maksimal dapat berdampak pada prestasi akademiknya. Hal itu dibuktikan dengan adanya penelitian-penelitian sebelumnya dimana siswa tersebut kurang baik dalam manajemen waktu antara menyelesaikan tugas, belajar, maupun bermain. Atas adanya hal itu banyak siswa yang sering kali melakukan prokrastinasi akademik dengan cara menunda tugas atau hilangnya kemauan untuk mengerjakan sesuatu. Dari wawancara yang telah dilaksanakan dapat dikategorikan sebagai adanya ketergantungan antara prokrastinasi akademik dan regulasi diri, dimana antara keduanya menjadi variabel yang akan dilakukan eksplorasi oleh penulis

Keterkaitan antara regulasi diri dan prokrastinasi menjadikan banyak sudut pandang dalam ranah pembelajaran dalam pendidikan. Pada kedua variabel ini saling berkaitan dengan adanya prokrastinasi yang dilakukan oleh siswa maka perlu adanya kesadaran regulasi yang dimiliki oleh siswa, sehingga siswa dapat memposisikan kesadaran dirinya untuk mengerjakan kewajiban tugas yang ia lakukan. Regulasi diri pada siswa perlu diperhatikan oleh orang tua maupun guru yang mendampinginya, sehingga siswa dapat melibatkan dirinya dalam proses belajar secara aktif dan dapat menghindari pola perilaku prokrastinasi dalam pembelajaran yang akan dilakukan oleh siswa tersebut

Studi dari Rochillah dan Khoirunnisa (2020) yang penelitiannya terkait antara regulasi diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMA sejumlah 126 siswa menunjukkan hasil bahwa hubungan antara keduanya bersifat negatif, fakta ini dibuktikan oleh hasil koefisien korelasi *product moment* sejumlah $-0,683$ maka diartikan bahwa hipotesis yang diajukan pada penelitian

ini diterima, maka bisa disimpulkan bahwa terdapat keterkaitan antara regulasi diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa.

Berdasarkan pemaparan dari fenomena di atas, menimbulkan pertanyaan penelitian “Apakah regulasi diri memiliki hubungan terhadap prokrastinasi akademik pada siswa?”. Untuk itu peneliti ingin mengetahui dan membuktikan melalui penelitian yang diberi judul “Hubungan Antara Regulasi Diri Dalam Pembelajaran dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa Kelas X MAN 1 Bantul”.

B. Tujuan Penelitian

Riset ini dimaksudkan untuk menelaah korelasi antara pengaturan diri dalam proses pembelajaran dengan penundaan akademik pada peserta didik tingkat X di MAN 1 Bantul.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Kajian ini berpotensi memperluas khazanah keilmuan psikologi, khususnya ranah psikologi pendidikan, yang berkenaan dengan keterkaitan antara pengaturan diri dan penundaan akademik pada peserta didik tingkat X di MAN 1 Bantul.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Siswa

Diharapkan melalui penelitian ini, motivasi diberikan kepada siswa untuk belajar meregulasi diri terkait prokrastinasi akademik. Dimana

akademik yang dimiliki siswa dapat meningkat dan memberikan dampak positif untuk siswa itu sendiri.

b. Bagi Sekolah

Studi ini diharapkan berperan sebagai bahan pertimbangan guna menyampaikan edukasi maupun peningkatan motivasi kepada siswa terkait regulasi diri untuk meningkatkan akademik yang berkualitas lebih baik lagi.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Studi ini bisa diterapkan sebagai bahan masukan pada saat melaksanakan riset dan meneruskan pengetahuan tambahan terkait dengan regulasi diri dan prokrastinasi akademik siswa, khususnya untuk mahasiswa maupun yang membaca penelitian ini.

D. Keaslian Penelitian

Berdasarkan penelusuran yang peneliti lakukan terkait dengan disiplin diri dan prokrastinasi akademis sudah didapati beberapa riset terdahulu yang mengkaji hal yang sama, namun masih jarang penelitian yang mengaitkan topik tersebut dengan keterkaitan pada siswa kelas X.

Penelitian yang pernah dilakukan sebelumnya diteliti oleh Putra dan Kristianingsih (2024) dengan tujuan untuk mengidentifikasi korelasi antara disiplin diri dan penundaan akademik dalam proses perumusan skripsi pada mahasiswa tahap akhir di Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga. Studi ini melibatkan 357 mahasiswa dari angkatan 2017–2020. Kajian ini mengadopsi

teori regulasi diri dari Zimmerman serta konsep prokrastinasi yang dikemukakan oleh Tuckman. Temuan riset menunjukkan adanya korelasi negatif yang signifikan, mengindikasikan bahwa mahasiswa dengan tingkat regulasi diri tinggi hingga rendah cenderung melakukan penundaan akademik dalam penyusunan skripsi.

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Atfilah (2021) Tujuan riset ini ialah memverifikasi adanya relasi kausal antara sokongan sosial parental dengan penundaan akademis peserta didik, memverifikasi keterkaitan antara pengaturan diri dengan penundaan akademis peserta didik, serta menelaah interaksi antara sokongan sosial parental dan pengaturan diri terhadap penundaan akademis peserta didik. Subjek penelitian mencakup 80 individu pelajar SMK. Temuan riset ini mengindikasikan bahwa sokongan sosial parental berimplikasi signifikan terhadap penundaan akademis. Selanjutnya, pengaturan diri juga memberikan pengaruh yang bermakna terhadap penundaan akademis, serta terdapat korelasi timbal balik antara sokongan sosial parental dan pengaturan diri yang berkaitan dengan penundaan akademis.

Selanjutnya terdapat penelitian yang diteliti oleh Warella dan Yuwomo (2024) dimana penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi korelasi negatif yang bermakna antara pengaturan diri dan penundaan akademis pada mahasiswa yang berasal dari keluarga dengan perceraian. Partisipan dalam kajian ini mencakup 50 mahasiswa program studi Psikologi. Temuan riset mengindikasikan adanya keterkaitan negatif yang bermakna antara pengaturan

diri dan perilaku penundaan akademis pada mahasiswa dengan riwayat keluarga yang mengalami disolusi perkawinan.

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Aring, Hartati, dan Narosaputra (2022) Kajian ini dimaksudkan untuk menelusuri keterkaitan antara pengaturan diri dan penundaan akademis pada mahasiswa di Universitas X, dengan partisipasi 118 responden. Hasil analisis data, menemukan tak terdapat korelasi secara signifikan antara pengaturan diri dan penangguhan akademik. Oleh karena itu, ditarik kesimpulan bahwa pengaturan diri mempunyai dampak yang sangat lemah pada derajat penangguhan akademik, baik pada tingkat rendah maupun tinggi.

Selanjutnya, penelitian yang diteliti oleh Batubara, Lestari, dan Ayu (2022) yang tujuannya untuk mengetahui korelasi antara pengaturan diri dan penangguhan akademik pada siswa SMA di kelas XI. Riset ini melibatkan 160 siswa sebagai subjek. Teknik pengumpulan data yang diterapkan mencakup observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil studi menghasilkan adanya korelasi antara kemampuan pengaturan diri dan tindakan penangguhan akademik pada siswa tingkat XI.

Berdasarkan studi yang terlampir diatas, peneliti tidak melihat adanya kesamaan penelitian, hal ini dibedakan seperti berikut ini:

1. Keaslian Topik

Melalui temuan studi terdahulu yang diteliti oleh Sulaiman, Saprin, dan Ismail (2023) dimana fokus penelitiannya ada pada pengaturan diri, efikasi

diri, dan prokrastinasi. Sedangkan pada penelitian ini hanya fokus pada regulasi diri dan prokrastinasi akademik pada pembelajaran.

2. Keaslian Teori

Studi ini mempergunakan teori yang telah diperluas oleh Ferrari (1995) pada variabel penanguhan akademik dan teori Zimmerman (1989) untuk variabel regulasi diri. Sedangkan pada penelitian sebelumnya menggunakan teori dari Mccloskey dan Scielzo (2015) pada penanguhan akademik dan teori dari Kelley, dkk (2011) untuk regulasi diri (Dzakiah, 2021).

3. Keaslian Alat Ukur

Studi yang akan dilakukan ini menerapkan pengukuran dengan skala prokrastinasi akademik yang dikembangkan oleh Ferrari, sedangkan penelitian yang dilakukan sebelumnya menggunakan skala dari Mccloskey dan Scielzo (Kogoya & Jannah, 2021) Selain itu pada studi ini diterapkan skala regulasi yang dikembangkan oleh Zimmerman, sedangkan pada penelitian yang sebelumnya menggunakan skala dari Bandura (Triovano & Khoirunnisa, 2021).

4. Keaslian Subjek Penelitian

Kriteria yang digunakan pada studi ini merupakan siswa kelas X di MAN (Madrasah Aliyah Negeri) 1 Bantul sebagai subjek penelitiannya, sedangkan penelitian yang pernah dilakukan sebelumnya menggunakan kriteria subjek mahasiswa yang sedang menyusun skripsi (Muntazhim, 2022).