

# Indonesian Journal of Innovation Studies

Vol. 21 (2023): January

DOI: 10.21070/ijins.v21i.805 . Article type: (Innovation in Education)

## Table Of Content

<b>Journal Cover</b>	2
<b>Author[s] Statement</b>	3
<b>Editorial Team</b>	4
<b>Article information</b>	5
Check this article update (crossmark)	5
Check this article impact	5
Cite this article	5
<b>Title page</b>	6
Article Title	6
Author information	6
Abstract	6
<b>Article content</b>	7

**ISSN (ONLINE) 2598-9936**



**INDONESIAN JOURNAL OF INNOVATION STUDIES**  
PUBLISHED BY  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SIDOARJO

## Originality Statement

The author[s] declare that this article is their own work and to the best of their knowledge it contains no materials previously published or written by another person, or substantial proportions of material which have been accepted for the published of any other published materials, except where due acknowledgement is made in the article. Any contribution made to the research by others, with whom author[s] have work, is explicitly acknowledged in the article.

## Conflict of Interest Statement

The author[s] declare that this article was conducted in the absence of any commercial or financial relationships that could be construed as a potential conflict of interest.

## Copyright Statement

Copyright © Author(s). This article is published under the Creative Commons Attribution (CC BY 4.0) licence. Anyone may reproduce, distribute, translate and create derivative works of this article (for both commercial and non-commercial purposes), subject to full attribution to the original publication and authors. The full terms of this licence may be seen at <http://creativecommons.org/licences/by/4.0/legalcode>

# Indonesian Journal of Innovation Studies

Vol. 21 (2023): January

DOI: 10.21070/ijins.v21i.805 . Article type: (Innovation in Education)

## EDITORIAL TEAM

### Editor in Chief

Dr. Hindarto, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

### Managing Editor

Mochammad Tanzil Multazam, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

### Editors

Fika Megawati, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Mahardika Darmawan Kusuma Wardana, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Wiwit Wahyu Wijayanti, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Farkhod Abdurakhmonov, Silk Road International Tourism University, Uzbekistan

Bobur Sobirov, Samarkand Institute of Economics and Service, Uzbekistan

Evi Rinata, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

M Faisal Amir, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Dr. Hana Catur Wahyuni, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Complete list of editorial team ([link](#))

Complete list of indexing services for this journal ([link](#))

How to submit to this journal ([link](#))

## Article information

**Check this article update (crossmark)**



**Check this article impact (\*)**



**Save this article to Mendeley**



(\*) Time for indexing process is various, depends on indexing database platform

## An Overview of Academic Procrastination in High School Students

### *Gambaran Prokrastinasi Akademik pada Siswa Sekolah Menengah Atas*

**Puput Eka Wati Handoko, puputeka290399@gmail.com, (0)**

*Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia*

**Lely Ika Mariyati, ikalely@umsida.ac.id, (1)**

*Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia*

<sup>(1)</sup> Corresponding author

#### Abstract

This study aims to determine the description of academic procrastination at SMA Di Ngoro Mojokerto. This research is a quantitative descriptive approach. This type of research uses a statement questionnaire. The number of samples in this study were 247 students. The results showed that the level of academic procrastination in high school students showed that the level of academic procrastination of students was dominated in the moderate category with a percentage of 37%, or equivalent to 89 students. Furthermore, 35% belong to the high category, and 29% belong to the low category. This means that students' academic procrastination mostly moves from moderate to high.

Published date: 2023-01-30 00:00:00



## Pendahuluan

Siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) adalah individu yang datang ke suatu lembaga sekolah untuk mempelajari tipe pendidikan, yang mana siswa tersebut memiliki rentan usia 15-18 tahun yang merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa [1]. Yang mana pada fase tersebut dinamakan fase remaja, Fase remaja adalah fase dimana setiap individu yang mengalami masa perkembangan dengan cepat sehingga bisa mencapai kematangan secara mental, emosional, fisik dan sosial [2].

Nurgrasanti [3] mengemukakan bahwa menunda-nunda tugas terutama dengan tugas akademik disebut prokrastinasi, perilaku tersebut dapat dilihat pada masa SMA zaman sekarang yang menunda-nunda untuk memulai dalam menyelesaikan tugas, menunda untuk membaca bahan pelajaran, malas untuk membuat catatan, dan cenderung lebih menyukai belajar kebut semalam. Individu yang memiliki habit dalam menunda-nunda tugas disebut dengan prokrastinator [1].

Hal ini juga terjadi di SMA di Ngoro Mojokerto yang sudah menerapkan kurikulum 2013 dimana pelaksanaan kurikulum 2013, lebih banyak menuntut siswa untuk dapat aktif didalam proses pembelajaran, sehingga banyak tugas-tugas akademik yang harus diselesaikan dengan baik dan tepat waktu. Namun, dalam proses belajarnya di sekolah masih ada siswa yang mengalami masalah akademik, seperti penundaan tugas akademik. Hal ini senada dengan pendapat [4] Menyatakan bahwa seseorang dalam hal ini pelajar SMA mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai batas waktu yang telah ditentukan, mempunyai kecenderungan untuk menunda atau tidak segera memulai tugas. Prokrastinasi dapat didefinisikan sebagai suatu penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang, dengan melakukan aktivitas lain yang tidak diperlukan dalam pengerjaan tugas [5]. Stell [6] Mengatakan bahwa prokrastinasi adalah menunda dengan sengaja kegiatan yang diinginkan walaupun individu mengetahui bahwa perilaku penundaannya tersebut dapat menghasilkan dampak buruk.

Prokrastinasi akademik pada siswa dapat disebabkan oleh berbagai faktor [4] faktor prokrastinasi dibagi menjadi dua macam yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi kondisi fisik individu dan kondisi psikologis individu. Faktor eksternal meliputi gaya pengasuhan orang tua dan kondisi lingkungan. Kedua faktor tersebut dapat memicu datangnya prokrastinasi, sehingga faktor eksternal dapat mempengaruhi faktor internal. Menurut Ghufron & Risnawati [4] Kondisi fisik individu ialah faktor dari dalam diri individu yang turut mempengaruhi munculnya prokrastinasi akademik adalah keadaan fisik dan kondisi kesehatan individu, Kondisi Psikologis Individu menurut Millgram dkk [7] *trait* kepribadian individu yang turut mempengaruhi munculnya perilaku penundaan, misalnya *trait* kemampuan sosial yang tercermin dalam *self-regulation* dan tingkat kecemasan dalam berhubungan sosial. Besarnya motivasi yang dimiliki seseorang juga akan mempengaruhi prokrastinasi secara negatif. Semakin tinggi motivasi intrinsik yang dimiliki individu ketika menghadapi tugas, akan semakin rendah kecenderungannya untuk melakukan prokrastinasi akademik. Faktor Eksternal ada gaya Pengasuhan Orang tua yaitu kualitas dalam pengasuhan otoriter seorang ayah akan menimbulkan keinginan individu dalam melakukan perilaku prokrastinasi yang sangat tinggi pada subjek penelitian terhadap anak, dalam tingkat pengasuhan yang berbeda yaitu pengasuhan otoritatif seorang ayah mendapatkan hasil seorang anak yang tidak prokrastinator. Yang terakhir ada kondisi Lingkungan dimana keadaan lingkungan yang sangat mudah terpengaruh terhadap prokrastinasi akademik lebih banyak dialami oleh lingkungan yang sangat minim pengawasannya dari pada lingkungan yang penuh pengawasannya. Kualitas sekolah yang terletak di desa maupun di kota tidak mempengaruhi suatu prokrastinasi pada individu.

Ferrari dkk [8] Prokrastinasi memiliki beberapa aspek yaitu penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, serta melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan. Hal ini adalah suatu aspek yang dapat menghambat seseorang dalam menyelesaikan tugasnya, lebih memilih melakukan aktivitas yang menyenangkan daripada menyelesaikan tugas namun sebetulnya hal tersebut tidak perlu dilakukan karena tidak memberikan manfaat.

Prokrastinasi akademik sebagai sebuah perilaku memiliki dampak psikis berupa gangguan emosi negatif (*negative emotion*) bagi siswa. Emosi negatif akan menghasilkan perasaan tidak menyenangkan seperti cemas. Prokrastinasi dapat menyebabkan stres dan memberi pengaruh pada disfungsi psikologis individu, sebab pelakunya akan menghadapi *deadline*. Kondisi ini menjadi tekanan (*stressor*) yang menimbulkan prokrastinasi berdampak buruk pada kondisi fisik dan psikologis siswa seperti menimbulkan kecemasan, tingkat stres yang tinggi dan kesehatan yang buruk. Emosi negatif berupa cemas dan stres dikhawatirkan menjadi penghambat siswa dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik [9]. Dampak lain yang dihasilkan oleh perilaku prokrastinasi menurut Solomon & Rothblum [10] adalah tugas tidak tuntas atau tuntas dan hasilnya tidak maksimal karena dikejar *deadline*. Hal ini menimbulkan kecemasan sepanjang waktu sehingga jumlah kesalahan menjadi tinggi karena individu mengerjakan dalam waktu yang cukup singkat, dan sulit berkonsentrasi karena ada perasaan cemas sehingga motivasi belajar dan kepercayaan diri menjadi rendah.

## Metode Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan metode deskriptif kuantitatif. Penelitian deskriptif adalah salah satu jenis

penelitian yang bertujuan untuk mendeskripsikan secara sistematis, faktual dan akurat mengenai fakta-fakta dan sifat populasi tertentu dan mencoba menggabarkan fenomena secara mendetail apa adanya, yang artinya penelitian deskriptif adalah penelitian yang menggambarkan sesuatu yang sedang terjadi apa adanya [11]. Partisipan pada penelitian ini adalah siswa SMA disemua jenjang kelas, yakni kelas X, XI, dan XII. Sampel penelitian ini berjumlah 247 siswa dari jumlah populasi 839 siswa. Variabel dalam penelitian ini adalah prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik dioperasionalkan sebagai evaluasi individu atas perilaku menunda tugas akademik yang dilakukan dan diukur melalui total skor yang diperoleh dari Skala Prokrastinasi Akademik. Skala Prokrastinasi akademik disusun berdasarkan teori [12] bahwa prokrastinasi akademik terdiri dari empat aspek yaitu (a) menunda memulai pengerjaan tugas, (b) menunda menyelesaikan tugas, (c) terdapat kelambanan dalam mengerjakan tugas dan menghasilkan tugas akademik yang dibawah standar atau bahkan tidak selesai dan (d) melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan saat pengerjaan tugas. Pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan metode skala *likert*, yaitu skala prokrastinasi akademik yang dimodifikasi dari skala yang dilakukan oleh M. Sholihin [13] dengan mempertimbangkan skor reliabilitas 0,900 (>0,7) dari 29 aitem dengan 179 subyek. Peneliti juga melakukan uji reliabilitas, dengan hasil skor reliabilitas sebesar 0,931 dengan melibatkan 247 subyek.

## Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini dilaksanakan pada siswa SMA di Ngoro Mojokerto dengan mengambil sampel sejumlah 247 siswa dari jumlah pupulasi sebesar 839 siswa. Hasil penelitian menunjukkan tingkat prokrastinasi akademik siswa didominasi pada kategori sedang dengan presentase sebesar 37%, atau setara dengan 89 siswa. Selanjutnya 35% tergolong ketegori tinggi, dan 29% tergolong kategori rendah. Artinya prokrastinasi akademik siswa sebagian besar bergerak dari sedang ke tinggi. Data ini dapat di lihat pada tabel frekuensi tingkat prokrastinasi akademik dibawah ini :

Kategorisasi	F	Presentase	Mean	SD
Sangat Rendah	23	9 %	62	12
Rendah	48	19 %		
Sedang	89	37 %		
Tinggi	79	32 %		
Sangat Tinggi	8	3 %		
Total	247	100 %		

**Table 1.** Frekuensi Tingkat Prokrastinasi Akademik

Hasil tersebut selaras dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Abdullah dkk [14] menunjukkan bahwa telah melakukan penelitian dengan beberapa siklus, siklus pertama presentase perilaku prokrastinasi akademik siswa berkurang sebesar 19,62%. Sedangkan pada siklus kedua presentase prokrastinasi akademik siswa berkurang sebesar 13,59%. Hal tersebut di akibatkan oleh pemberian layanan konseling kelompok dengan teknik self management. Penelitian lain juga dilakukan oleh Ramadhani [15] menunjukkan prokrastinasi akademik siswa kelas VIII SMP N 1 Sentolo cenderung berada pada kategori sedang.

No	Aspek-aspek prokrastinasi akademik	Skor	Presentase
1.	Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas	15	24 %
2.	Keterlambatan dalam mengerjakan tugas	10	16 %
3.	Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja actual	17	27 %
4.	Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan	20	32 %
Total		62	100%

**Table 2.** Frekuensi Tingkat Berdasarkan Aspek Prokrastinasi Akademik

Berdasarkan hasil perhitungan menurut aspek yang dilakukan oleh peneliti dapat dilihat bahwa hasil aspek melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan yang menghasilkan skor rata-rata 20 dan 32 % siswa melakukan aspek ini, aspek kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja actual menghasilkan skor rata-rata 17 dan 27 % siswa melakukan aspek ini, aspek penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas menghasilkan skor rata-rata 15 dan 24 % siswa melakukan aspek ini, dan aspek keterlambatan dalam mengerjakan tugas menghasilkan skor rata-rata 10 dan 16 % siswa melakukan aspek ini. Hal ini dapat dilihat bahwa aspek melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan menghasilkan 32 % siswa sehingga banyak siswa yang dominan melakukan prokrastinasi akademik pada aspek tersebut.



## Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada siswa SMA Ngoro Mojokerto bahwa sasaran penelitian ini adalah siswa SMA di semua jenjang kelas X, XI, dan XII. Adapun jumlah keseluruhan peserta didik adalah 247 responden. didominasi pada kategori sedang dengan presentase sebesar 37%, atau setara dengan 89 siswa. Selanjutnya 35% tergolong kategori tinggi, dan 29% tergolong kategori rendah. Artinya prokrastinasi akademik siswa sebagian besar bergerak dari sedang ke tinggi. Peneliti juga melakukan perhitungan dengan rata-rata melalui aspek-aspek prokrastinasi akademik yang menghasilkan prokrastinasi aspek melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan menghasilkan 32 % siswa sehingga banyak siswa yang dominan melakukan prokrastinasi akademik pada aspek tersebut.

## References

1. F. Fernando and I. K. Rahman, "Efektivitas Solution Focused Brief Therapy (SFBT) Islami Guna Meningkatkan Regulasi Diri Mahasiswa Yang Mengalami Prokrastinasi," *J. Innov. Couns. Theory, Pract. Res.*, vol. 2, no. 2, pp. 16-31, 2018.
2. M. Hasanah and Z. I. Muslimin, "Hubungan antara Prokrastinasi Akademik dengan Perilaku Mencontek pada Siswa SMK 'X' Yogyakarta," *Jurnal Psikologi Integratif*, vol. 4, no. 2, pp. 128-137, 2016.
3. B. Permana, "Gambaran Prokrastinasi Akademik Siswa Sma Darul Falah Cililin," *FOKUS (Kajian Bimbing. Konseling dalam Pendidikan)*, vol. 2, no. 3, p. 87, 2019, doi: 10.22460/fokus.v2i3.4498.
4. Ghufron & Risnawita, *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2012.
5. M. . Ghufron and R. . Suminta, "Teori-Teori Psikologi," 2010.
6. A. Rochillah and R. N. Khoirunnisa, "Hubungan antara regulasi diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa sma kelas xi sunan giri gresik," *Character J. Penelit. Psikol.*, vol. 7, no. 1, pp. 1-6, 2020.
7. F. Hasim, K. Rahman, and H. Hakiem, "Hubungan Regulasi Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Siswa SMAN 6 KOTA BOGOR," 2019.
8. M. Nur Ghufron, "Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Ditinjau Dari Regulasi Diri Dalam Belajar"
9. Triyono and A. M. Khairi, "Prokrastinasi Akademik Siswa SMA (Dampak Psikologis Dan Solusi Pemecahannya Dalam Perspektif Psikologi Pendidikan islam)," *Al Qalam*, vol. 19, no. 2, pp. 58-74, 2018.
10. Triyono and A. M. Khairi, "Prokrastinasi Akademik Siswa SMA Marie Joseph Kelapa Gading," *J. Al Qalam*, vol. 19, no. 2, pp. 58-73, 2021.
11. A. M. Yusuf, "Metodologi penelitian," PadangUnp Press, 2005.
12. L. W. Adi Kusuma, "Kecenderungan Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma Yogyakarta," *J. Fak. Psikologi, Univ. Sanata Dharma Yogyakarta.*, p. 136, 2010, [Online]. Available: [https://repository.usd.ac.id/28413/2/039114039\\_Full%5B1%5D.pdf](https://repository.usd.ac.id/28413/2/039114039_Full%5B1%5D.pdf)
13. M. Sholihin Tri Indarto, "Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Prokrastinasi Pengerjaan Skripsi pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Angkatan 2013/2014 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang," *Universitas Negeri Malang*. pp. 53-65, 2019. [Online]. Available: <http://etheses.uin-malang.ac.id/15352/1/12410187.pdf>
14. R. M. S. Arnani, H. Santosa, and Sumiyem, "Kelompok Dengan Teknik Role Playing Pada Siswa Kelas Viii Smp Negeri 2 Lengkong Tahun Pelajaran," *J. Konseling Pendidik. Islam*, vol. 3, no. 2, pp. 374-378, 2022.
15. Nurul Ramadhani, "Hubungan Antara Prokrastinasi Akademik Dengan Perilaku Menyontek Siswa Kelas VIII SMP N 1 SENTOLO Tahun Pelajaran 2016/2017," *Univ. PGRI Yogyakarta*, vol. 4, pp. 9-15, 2017, [Online]. Available: <http://repository.upy.ac.id/1423/1/Artikel.pdf>