

## PERILAKU PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA DI SMA ISLAM TERPADU (IT) *BOARDING SCHOOL* ABU BAKAR YOGYAKARTA

Muhammad Ilyas dan Suryadi

Mahasiswa Program Pascasarjana Jurusan *Interdisciplinary Islamic Studies*, Konsentrasi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga, Jl. Marsda Adisucipto Yogyakarta 55281.  
Email: mi843050@gmail.com

### Abstrak

*Sekolah dengan segala dinamikanya, menuntut siswa mematuhi semua aturan dan kewajiban sekolah, salah satunya adalah belajar dan mengikuti kegiatan akademik dan kegiatan non akademik di sekolah. Selama menuntut ilmu di sekolah. Siswa harus mengerjakan dan menyelesaikan tugas yang telah diberikan oleh guru sesuai dengan format penugasan dan dalam durasi waktu yang telah ditentukan. Semua tugas yang telah diberikan guru kepada siswa harus dikerjakan dan diselesaikan dengan tepat waktu. Jika siswa mengalami kesulitan untuk melakukan tugas yang telah diamanahkan sesuai batas waktu yang telah ditentukan, sering mengalami keterlambatan dalam mengumpulkan tugas, atau lambat dalam regulasi waktu dalam membuat tugas maka dapat dikatakan sebagai siswa yang melakukan prokrastinasi akademik. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan kualitatif berdasarkan perspektif emik dengan rancangan studi kasus. Dari hasil penelitian perilaku prokrastinasi akademik di SMA IT Abu Bakar Yogyakarta, adapat diambil kesimpulan sebagai berikut: ada empat perilaku prokrastinasi akademik siswa di SMA IT Abu Bakar Yogyakarta (1) menunggu hasil pekerjaan teman (menyontek), (2) keterlambatan dalam mengumpulkan tugas, (3) irrational believe merupakan keyakinan bisa mengerjakannya nanti atau lemah dalam regulasi waktu dan, (4) tidak cocok dengan guru mata pelajaran.*

*Keyword Prokrastinasi Akademik, Siswa dan Boarding School.*

### Pendahuluan

Pendidikan merupakan suatu hal yang sangat penting dan tidak dapat di pisahkan dari kehidupan manusia, baik dalam keluarga, masyarakat dan bangsa. Kemajuan suatu bangsa di tentukan oleh tingkat keberhasilan pendidikan.

Keberhasilan pendidikan akan di capai apabila ada kesadaran untuk meningkatkan mutu bangsa itu sendiri serta mau mengadakan evaluasi terhadap fungsi dan tujuan dari pendidikan tersebut.

Kegiatan belajar mengajar di sekolah merupakan kegiatan yang fundamental.

Ini berarti tercapai atau tidaknya tujuan pendidikan bergantung pada bagaimana proses belajar yang di alami siswa sebagai anak didik. Pendidikan yang mampu

Bimbingan dan konseling merupakan bagian yang terintegrasi dan tidak dapat dipisahkan dari proses pendidikan dan memiliki kontribusi terhadap keberhasilan proses pendidikan di sekolah. Hal ini berarti proses pendidikan dan pembelajaran di sekolah tidak akan memperoleh hasil yang maksimal tanpa didukung oleh penyelenggaraan layanan bimbingan konseling yang baik.<sup>1</sup>

Layanan bimbingan dan konseling di sekolah akan membantu mewujudkan tujuan pendidikan serta bimbingan dan konseling itu sendiri yaitu mengoptimalkan potensi peserta didik. Para peserta didik akan mendapatkan layanan bimbingan dan konseling yang diberikan oleh konselor sekolah, dimana keberadaan konselor itu sudah diakui secara yuridis didalam UU SISDIKNAS NO 20 Tahun 2003 pasal 1 ayat 6 yang berbunyi, bahwa pendidik adalah tenaga kependidikan yang berkualifikasi sebagai guru, dosen, konselor, pamong pelajar, widyaiswara, tutor instruktur, fasilitator, dan sebutan lain yang sesuai dengan kekhususannya, serta berpartisipasi dalam menyelenggarakan pendidikan.<sup>2</sup>

Prokrastinasi akademik tidak terjadi pada siswa saja, melainkan juga bisa terjadi pada mahasiswa bahkan dosen

mendukung pembangunan di masa yang akan datang adalah pendidikan yang mampu mengembangkan potensi peserta didik sehingga yang bersangkutan mampu memecahkan problem yang dihadapinya.

atau siapa saja yang terindikasi indikator atau ciri-ciri prokrastinasi, maka secara tidak langsung dapat di katakan yang bersangkutan melakukan prokrastinasi. Sebagian orang banyak yang berpandangan bahwa orang yang melakukan prokrastinasi dikarenakan suatu kebiasaan menunda untuk mengerjakan tugas. Serta orang yang melakukan penundaan disebabkan karena tidak suka pada tugas yang di amanahkan, oleh karena itu mereka lebih suka menghindarinya.

Prokrastinasi yang dalam bahasa inggrisnya *procrastinate* berasal dari bahasa latin *pro* dan *crastinus*. *Pro* berarti kedepan, bergerak maju, sedangkan *crastinus* memiliki arti keputusan di hari esok. Arti tersebut apabila melibatkan pelakunya maka akan diucapkannya dengan "aku akan melakukannya nanti".<sup>3</sup> Seseorang yang mempunyai kecenderungan untuk menunda mengerjakan tugas, atau tidak segera mengerjakannya maka subjeknya disebut dengan *procrastinator*.<sup>4</sup>

Seorang *procrastinator* tidak hanya lemah dalam manajemen waktu melainkan bila dipandang dari sisi psikologis mengalami *anxiety disorder* dan rasa takut akan tugas yang dihadapinya.

<sup>1</sup> Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo, 2007), hlm.258

<sup>2</sup> Undang Undang SISDIKNAS No. 20 Tahun 2003 Pasal 1 Ayat 6 Tentang Sistem Pendidikan Nasional.

<sup>3</sup> Jane B. Burka and Lenora M Yuen, *Procratination, Why You Do It, What to Do About It Now*, (USA: Da Capo press, 2008), hlm.5.

<sup>4</sup> Iven Kartadinata dan Sia Tjundjing, Prokrastinasi Akademik dan Manajemen Waktu, *Jurnal Psikologi Universitas Surabaya. Anima*, Volume 23, Nomor 2,( 2008), hlm.110.

Prokrastinasi menurut Ellis dan Knaus adalah Sebuah kebiasaan penundaan yang tidak bertujuan dan proses penghindaraan tugas yang sebenarnya tidak perlu dilakukan. Hal tersebut terjadi karena adanya ketakutan untuk gagal dan pandangan bahwa segala sesuatu harus dilakukan dengan benar. Penundaan yang telah menjadi respons tetap atau kebiasaan dapat dipandang sebagai suatu *trait* prokrastinasi.<sup>5</sup>

Steel mengatakan bahwa prokrastinasi adalah menunda dengan sengaja kegiatan yang diamanahkan walaupun individu mengetahui bahwa perilaku penundaannya tersebut dapat berpengaruh pada hal yang buruk pada hari ini bahkan juga masa depannya.<sup>6</sup> Prokrastinasi berhubungan dengan berbagai sindrom-sindrom psikiatri, seorang prokrastinator biasanya juga mempunyai tidur yang tidak sehat, stress serta penyimpangan perilaku psikologis lainnya. Antecedent berkaitan dengan *anxiety disorder*, tidak suka pada tugas, mempunyai sifat ketergantungan serta kesulitan dalam membuat keputusan.

Prokrastinasi akademik identik dengan bentuk kemalasan dalam lingkungan siswa. Banyaknya penelitian yang mengungkapkan bahwa perilaku prokrastinasi akademik berperan terhadap pencapaian akademis, maka prokrastinasi akademik merupakan masalah penting yang perlu mendapatkan perhatian karena berpengaruh pada siswa itu sendiri serta hasil yang kurang optimal

serta lemahnya prestasi siswa.<sup>7</sup> Siswa yang sedang mengerjakan tugas sekolah dan melakukan prokrastinasi apabila tidak segera diatasi tanpa disadari maka akan terjebak dalam sebuah siklus prokrastinasi. Siswa akan terus menerus melakukan prokrastinasi, walaupun telah mengetahui bahwa prokrastinasi itu merupakan perilaku yang buruk, tidak akan dapat keluar dari permasalahan prokrastinasi yang dibuatnya. Siswa tersebut akan semakin lama untuk menyelesaikan tugas sekolah, sehingga waktu untuk menyelesaikannya akan bertambah.

Prokrastinasi akademik merupakan jenis penundaan yang dilakukan pada tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik, misalnya tugas sekolah.<sup>8</sup> Seseorang yang melakukan penundaan berarti banyak waktu yang terbuang sia-sia. Tugas-tugas menjadi terbengkalai, bila diselesaikan hasilnya menjadi tidak maksimal. Kemunculan prokrastinasi akademik seringkali disebabkan oleh perasaan takut salah, perfeksionis (menuntut kesempurnaan), malas serta lemahnya motivasi belajar.<sup>9</sup>

Ada banyak kasus-kasus perilaku prokrastinasi akademik yang dialami oleh siswa, namun hal itu belum disadari secara betul dampak negatifnya, rugi pada diri sendiri maupun rugi terhadap orang lain. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Juliawati tahun 2014 di salah satu sekolah di kota Padang menyatakan bahwa

<sup>5</sup> Nur Ghufroon & Rini Risnawita, *Teori-teori Psikologi*, (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2012), hlm. 152.

<sup>6</sup> Piers Steel, "The Nature of Procrastination: Meta-analytic and Theoretical of Queentestional Self-Regulatory Failure " (*Journal of Psychological Bulletin*) Diakses Pada Tanggal 10 Maret 2017.

<sup>7</sup> Ghufroon & Rini Risnawita, *Teori-teori Psikologi*, (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2012), 158.

<sup>8</sup> *Ibid.*, hlm. 156.

<sup>9</sup> Joseph R. Ferrari, Judith L Johnson, William G MacCown, *Procrastination and Task Avoidance, The Theory, Research and Treatment*, (New York: Plenum Press, 1995), hlm.50.

kecenderungan prokrastinasi akademik siswa dengan persentase 60% (kategori tinggi), kemudian dengan persentase 20% (kategori sedang) dan 20% (kategori rendah). Berdasarkan hasil tersebut, bahwa kebiasaan menunda-nunda tugas yang tidak bertujuan merupakan hal yang biasa dilakukan oleh siswa. Hal ini diperkuat oleh keterangan guru mata pelajaran dan guru BK menyatakan bahwasanya sebagian siswa menunda mengerjakan tugas sekolah, menunda belajar, melakukan aktivitas lain yang menyenangkan. Sehingga biasa mengerjakan PR di sekolah atau di sela-sela mata pelajaran yang lain.<sup>10</sup>

Ada beberapa penelitian yang telah dilakukan mengenai perilaku prokrastinasi akademik yang merupakan masalah pada siswa. Sekitar 25% sampai dengan 75% dari pelajar melaporkan bahwa prokrastinasi merupakan salah satu masalah dalam lingkup akademis siswa. Konteks akademik tampaknya mempengaruhi sejumlah besar siswa. Penelitian lain, menunjukkan bahwa 80-95% terlibat dalam penundaan dari beberapa macam dan hampir 50% menunda-nunda konsisten, yang menyebabkan masalah dengan tugas atau kumpulan tugas-tugas lain.<sup>11</sup>

Kasus lain mengungkapkan bila dilihat dari manajemen waktu serta juga kesehatan mental bahwasanya prokrastinasi akademik merupakan perilaku yang diharapkan tidak terjadi dalam dunia akademik, sebab tindakan

ini dapat menimbulkan konsekuensi berupa lumpuhnya kemajuan akademik. Selain itu perilaku prokrastinasi akademik cenderung memperoleh nilai akademik rendah. prokrastinasi juga bisa menyebabkan seseorang menjadi stress karena tertekan oleh tugas yang terbengkalai.<sup>12</sup>

Prokrastinasi diklasifikasi menjadi menjadi dua bagian yaitu prokrastinasi akademik dan prokrastinasi non akademik. Prokrastinasi akademik adalah penundaan yang berkaitan dengan tugas akademik seperti: Pekerjaan rumah (PR), tugas sekolah dan tugas kelompok. Sedangkan prokrastinasi non akademik merupakan jenis penundaan yang dilakukan pada kegiatan sehari-hari seperti, tugas rumah serta tugas kantor. Prokrastinasi akademik diartikan merupakan suatu kebiasaan dalam menunda untuk mengerjakan tugas sampai waktu *deadline*.<sup>13</sup>

Berdasarkan dari beberapa pengertian yang telah dipaparkan sebelumnya. Penulis menyimpulkan prokrastinasi sebagai suatu penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang, dengan melakukan aktivitas lain yang tidak bermanfaat. Seseorang melakukan prokrastinasi berkaitan erat dengan perasaan takut gagal, tidak suka pada tugas yang diberikan, menentang dan melawan kontrol, serta kesulitannya dalam mengahdapi keputusan. Selain itu ada

<sup>10</sup> Syaiful Indra, Efektifitas Team Assisted Individualization untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik, *Jurnal Edukasi*, Vol I, Nomor 2, (Juli 2015), hlm.175.

<sup>11</sup> Steel Piers "The Nature of Procratination: Meta-analytic and Theoretical of Queentestional Self-Regulatory Failure " *Journal of Psychological Bulletin*, 65. Diakses Pada Tanggal 10 Maret 2017.

<sup>12</sup> Iven Kartadinata, I Love Tomorrow: Prokrastinasi Akademik dan Manajemen Waktu, *Anima Indonesia Psychological Journal*, Vol. 23, No. 2, (2008), hlm. 109.

<sup>13</sup> Renni Nuggrasanti, Jurnal Locus Of Control Dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa, *Provitas* Vol 2 No 1, (Mei 2006), hlm.29.

yang juga yang bersifat rasional seperti kesulitan mencari materi yang menjadi bahan tugas sehingga akan menimbulkan prokrastinasi terhadap tugasnya.

Sumber prokrastinasi mencakup sejarah keluarga, hubungan sosial, serta tempat tinggal seseorang. Lingkungan yang ketat dan memiliki kontrol sosial yang tinggi dapat meminimalisir terjadinya prokrastinasi. Sebaliknya, prokrastinasi cenderung meningkat manakala kontrol sosial dari lingkungan lemah atau bahkan tidak ada. Ghufron dan Risnawita menyebutkan beberapa hal yang menyebabkan seseorang melakukan prokrastinasi akademik, diantaranya adalah faktor internal dan eksternal.<sup>14</sup>

#### a. Faktor internal

Faktor ini dibagi menjadi dua bagian yakni faktor fisiologis dan psikologis. Seseorang yang mengalami kelelahan (*fatigue*) memiliki kecenderungan untuk melakukan prokrastinasi lebih tinggi daripada mereka yang tidak, belum lagi jika tugas yang harus dikerjakannya sangat banyak. Faktor psikologis dipengaruhi oleh motivasi, kontrol diri serta *trait* kepribadian yang tercermin dalam *self regulation*, serta tingkat kecemasan dalam berhubungan sosial.

#### b. Faktor eksternal

Faktor ini dipengaruhi oleh gaya pengasuhan orang tua serta kontrol sosial masyarakat. Orang tua terutama ayah yang bersifat otoriter akan memberikan dampak prokrastinasi pada anaknya. Sebaliknya, ayah yang menerapkan pengasuhan *autoritatif* akan mencegah

anaknya untuk menjadi seorang *procrastinator*.

Dalam perspektif Islam perilaku prokrastinasi akademik juga dilarang. Allah SWT Senantiasa menuntut kepada seluruh manusia agar selalu memanfaatkan waktu semaksimal mungkin dan mengisinya dengan berbagai amal atau perbuatan-perbuatan yang positif. Bukannya menunda-nunda pekerjaan atau tugas yang seharusnya bisa dikerjakan sekarang, tapi ditunda-tunda dengan atau tanpa alasan.<sup>15</sup>

Di dalam Al-Qur'an banyak disebutkan ayat dalam redaksi yang menyeru manusia untuk lebih menghargai waktu, tidak menyia-nyiakannya dan mengisinya dengan ibadah, seperti yang termaktub dalam Surah Al-Insyirah ayat 1-7, Allah juga memerintahkan manusia untuk mengerjakan tugas yang lain setelah selesai dari tugas yang lain.

*Bukankah Kami telah melapangkan untukmu dadamu, dan Kami telah menghilangkan daripadamu bebanmu, yang memberatkan punggungmu, dan Kami tinggikan bagimu sebutan (nama)mu, karena Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. Maka apabila kamu telah selesai (dari sesuatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain, dan hanya kepada Tuhanmulah*

<sup>14</sup> Nur Ghufron & Rini Risnawita, *Teori-teori Psikologi*, (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2012), hlm.164.

<sup>15</sup> Warsiyah, *Menyontek, Prokrastinasi dan Keimanan*, (Yogyakarta: Truss Media Grafika, 2015), hlm. 63.

hendaknya kamu berharap. (QS. Al-Insyirah 1-7).<sup>16</sup>

Secara tersurat ayat tersebut tidak memberikan peluang bagi seorang muslim untuk menganggur sepanjang masih memiliki waktu atau usia, karena setelah selesai melakukan satu kesibukan seseorang dituntut melakukan kesibukan lain yang meletihkan atau menghasilkan karya nyata guna mengukir nasibnya, demikianlah pendapat yang dikemukakan oleh Quraish Shihab.<sup>17</sup>

Akibat seseorang melakukan perilaku prokrastinasi akademik yang sering terjadi adalah stres. Mengingat bahwa stres melibatkan pengendalian yang rendah dari rangsangan yang tidak menyenangkan. Penundaan mengalami stress karena rendahnya persepsi diri, kontrol diri dan efikasi diri.

Ferrari juga menjelaskan bahwa prokrastinasi akademik sangat merugikan individu, seperti dijelaskan sebagai berikut:<sup>18</sup>

*People engage in chronic task avoidance and are upset about suffer adverse psychological consequences as well. Several kinds of negative appraisals may arise in the context of chronic task avoidance associated with dysphoric affect. These effectance or control over the environment and self-esteem. These kinds of appraisal serve as expectancies that produce task avoidance, or as conclusion that follow from it, or both. Interest in the relationship of procrastination behavior, dysphoric affect elicited by this behavior and adverse expectancies.*

<sup>16</sup> Ahmad Hatta, *Tafsir Qur'an Perkata Dilengkapi dengan Asbabun Nuzul & terjemah*, (Jakarta: Maghfirah Pustaka, 2009). hlm.596.

<sup>17</sup> Quraish Shihab, *Wawasan Al-Qur'an, Tafsir Maudhu'I Atas Pelbagai Persoalan Umat*, (Bandung: Mizan Pustaka, 2003), hlm.558.

Orang-orang yang terlibat dalam penghindaran tugas berat atau sulit dan merasa kesal akan hal tersebut akan menderita tekanan secara psikologis yang merugikan. Beberapa jenis penilaian negative dapat timbul dalam konteks penghindaran tugas berat atau sulit yang berhubungan dengan ketidaksenangan. Penilaian ini mengancam beberapa karakteristik pribadi yang dihargai oleh kebanyakan orang yakni kontrol diri, control atas lingkungan dan harga diri. Jenis-jenis penilaian berfungsi sebagai harapan yang menghasilkan tugas penghindaran.

Berdasarkan keterangan tersebut dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik dapat dipengaruhi oleh faktor internal, yaitu faktor yang ada dalam diri individu dan faktor dieksternal berupa faktor diluar diri individu. Faktor tersebut dapat memunculkan perilaku prokrastinasi akademik maupun menjadi suatu kebiasaan untuk melakukan kebiasaan yang dapat merugikan diri sendiri. Bahkan banyak dampak yang merugikan melakukan perilaku prokrastinasi akademik seperti stress dan lainnya.

### Prokrastinasi Akademik Sebagai Masalah Dalam Bimbingan dan Konseling

Prokrastinasi akademik dikatakan sebagai masalah dalam bimbingan dan konseling, karena prokrastinasi sendiri sudah mempunyai makna negatif..Dalam

<sup>18</sup> Ferrari, *Procrastination and task Avoidance, Theory, Research and Treatment*, (New York: Plenum Press, 1995), X.

teknik bimbingan dan konseling yaitu *Rational Emotive Behavioristic Therapy* juga ada indikasi bahwa seorang *procrastinator* harus diterapi dengan mengubah pikiran yang *Irrational Believe* menjadi *Rational Believe* serta juga mengubah tingkah laku dengan memanfaatkan waktu sebaik mungkin. Atas dasar itu tidak keliru apabila seorang *procrastinator* disebut masalah dalam bimbingan dan konseling.<sup>19</sup>

Dan yang menjadikan prokrastinasi akademik sebagai masalah dalam bimbingan dan konseling yaitu:

- a. Seorang individu mengidentifikasi dirinya sebagai pengidap prokrastinasi akademik. Bagi seorang pelaku prokrastinasi, kebiasaan menunda-nunda merupakan hal yang biasa bagi mereka. Diawali dengan hal-hal kecil ketika sudah menumpuk akan malas untuk mengerjakannya.
- b. Prokrastinasi akademik bukanlah hal sepele, meskipun seorang individu tidak menganggap hal ini sebagai masalah. Kebiasaan ini merupakan wujud dari problem serius dari penegndalian diri dalam hal belajar.
- c. Prokrastinasi akademik bukanlah masalah dalam hal manajemen waktu atau *planning*. Para pengidap prokrastinasi akademik tidaklah beda dengan hal kemampuan memperhitungkan waktu.
- d. Sifat prokrastinasi akademik terbentuk dari lingkungan bukan dari faktor keturunan. Kebiasaan ini tumbuh tidak secara langsung dalam keluarga yang

otritrer atau pendidik yang ototritrer. Terkadang prokrastinasi akademik siswa akan muncul apabila mereka terlepas dari gaya pengasuhan otoriter.

- e. Prokrastinasi dapat memprediksikan tingginya tingkat stress bagi pengidapnya. Para pengidap prokrastinasi akademik cenderung membutuhkan pelarian sebagai bentuk ekspresinya. Ada yang bentuknya kecanduan game, jalan-jalan atau sebagainya. Membuat dirinya tidak produktif, dan penyelesaian prokrastinasi akademik tidak hanya dilihat dari satu sisi saja yaitu tadak hanya sekolah saja namun kehidupan keluarga juga bisa pemicu terjadi prokrastinasi akademik siswa.<sup>20</sup>
- f. Seorang prokrastinator akademik kerap membohongi dirinya sendiri, seperti misalnya mengatakan, “saya merasa lebih suka melakukannya besok saja atau hari tertentu”. Namun faktanya mereka tidak mengerjakan pada hari esoknya karena terlalu sibuk pada urusan yang lain.<sup>21</sup>
- g. Ada tiga alasan seorang prokrastinasi akademik, dengan alasan yang berbeda, 1) tipe *Arousal* atau pencari ketegangan, yang menunggu hingga *deadline* untuk panik. 2) tipe *Avoders* menghindari pekerjaan dari sekolah atau belajar bahkan tidak mengerjakannya. 3) tipe *Decisional* tidak membuat keputusan. Dengan tidak membuat keputusan mereka akan terbebas atau melarikan diri dari pekerjaan sekolah.

<sup>19</sup> Jane B. Burka and Lenora M Yuen, *Procratination, Why You Do It, What to Do About It Now*, (USA: Da Capo press, 2008), hlm.17.

<sup>20</sup> Nourman A. Milgran, “The Procrastination of Everyday Life”, *Journal of Journal of Research In Personality* 22, ( 1988), hlm.198.

<sup>21</sup> Nur Ghuftron & Rini Risnawita, *Teori-teori Psikologi*, (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2012), hlm.158.

## Metode Penelitian

Penelitian yang mengangkat topik “Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa di SMP IT *boarding school* Abu Bakar Yogyakarta” ini menggunakan paradigma *post-positivisme* atau paradigm kualitatif. Guba dan Lincoln menyatakan, dalam paradigma ini realitas itu diasumsikan ada akan tetapi pengertiannya tidak dapat dipahami secara sempurna karena kelemahan intelektual dan fenomena alam yang mudah berubah.<sup>22</sup> Realitas itu ganda, sehingga realitas itu tidak dapat dipisah-pisah sama lain, akan tetapi harus dilakukan secara holistik, tanpa rekayasa. Oleh karena itu, perlu keterlibatan subjektif untuk memudahkan memahami realitas sedekat mungkin dengan kenyataan yang sesungguhnya.<sup>23</sup>

Penelitian ini mengambil bentuk penelitian yang bersifat kualitatif dengan pendekatan studi kasus, yaitu proses penelitian yang menghasilkan data deskriptif sebagaimana adanya (*natural setting*) yang berupa kata-kata tertulis dari orang-orang atau perilaku yang diamati. Juga merupakan suatu konsep untuk mengungkapkan rahasia tertentu, yang dilakukan dengan cara menghimpun data dalam keadaan yang alamiah, sistematis dan terarah mengenai suatu masalah dalam aspek atau bidang kehidupan tertentu.<sup>24</sup> Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara, observasi dan dokumentasi.

---

<sup>22</sup> Egon G. Guba dan Yvonna S. Lincoln, “berbagai Paradigma yang Bersaing dalam Penelitian Kualitatif”, dalam Norman K. Denzin dan Yvonna S. Lincoln, *Handbook of Qualitative Research*, Terj, Zuhri Qudsy, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2009), hlm.136.

## Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan pemilihan siswa yang teridentifikasi mengalami perilaku prokrastinasi akademik dalam proses belajar mengajar di dalam kelas. Pada penelitian ini bentuk-bentuk perilaku prokrastinasi akademik akan dibahas sesuai dengan keterangan dari guru bimbingan dan konseling. Informasi yang didapatkan dari guru bimbingan dan konseling yaitu bahwa dari sekian banyak permasalahan siswa yang terjadi disekolah, ada beberapa masalah yang memang spesifik mengenai prokrastinasi akademik terhadap kegiatan belajar mengajar.

Siswa yang termasuk mengalami prokrastinasi akademik ini sangat berbeda dengan siswa lainnya yang dalam proses belajar mengajar di Sekolah tidak mengalami hambatan dalam belajarnya. Siswa yang mengalami perilaku prokrastinasi akademik terkadang tidak disukai oleh teman-temannya. Kondisi seperti ini, menjadikan penanganannya mendapat perhatian khusus dari layanan bimbingan dan konseling belajar.

Sehubungan dengan hal tersebut, temuan penelitian yang didapatkan berdasarkan hasil wawancara dengan guru bimbingan dan konseling terkait dengan bentuk-bentuk prokrastinasi akademik siswa *Boarding School* di SMA IT Abu Bakar Yogyakarta.

<sup>23</sup> Moh Kasiram, *Metodologi Penelitian Kuantitatif-Kualitatif*, Cet. II, (Malang: UIN Maliki Press, 2010), hlm.150.

<sup>24</sup> Lexy J Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 1993), hlm.3.



### a. Tidak Cocok Dengan Guru

Bentuk prokrastinasi pertama yang didapatkan oleh peneliti melalui wawancara dengan guru bimbingan dan konseling di SMA IT Abu Bakar Yogyakarta adalah terdapatnya seorang siswa yang teridentifikasi mengalami prokrastinasi akademik dalam kegiatan belajar mengajar di sekolah. Menurut guru bimbingan dan konseling, hal ini kemudian menjadikan siswa tersebut merasa tidak nyaman berada di lingkungan sekolah. Ketidaknyamanan siswa ini berdampak pada perilaku prokrastinasi akademik serta sering tidak hadir

“Terkadang saya malas mau mengerjakannya mas, yang pertama saya tidak suka sama pelajarannya karena saya sendiri awalnya ingin masuk jurusan IPA setelah kelas XII kan ada penjurusan pas dipengumuman saya masuk di IPS. Yang kedua kalau gurunya ngajar kurang inovasi ngajarnya kayak gitu-gitu saja setiap kali pertemuan jadinya saya malas dan jenuh dengan pelajarannya. Ditambah saya kurang paham pas ada tugas saya males yang mau mengerjakannya”.<sup>25</sup>

Dari penjelasan siswaterse but, disini sangat butuh peran konselor dalam menghadapi masalah siswa tersebut. Apabila ini terus berlanjut besar kemungkinan siswa akan terus melakukan prokrastinasi akademik. Peran konselor segera koordinasi dengan wali kelas, guru kelas dan kepala sekolah dalam menangani masalah ini karena melibatkan unsur guru tersebut.

<sup>25</sup> Wawancara dengan Berlian siswa kelas XII IPS 2 pada tanggal 19 Februari 2017.

<sup>26</sup> Hasil Wawancara dengan Ustadzah Nurul, Selaku Pengurus Asrama Putri, Pada Tanggal 16 April

### b. Menggantungkan Tugas Pada Teman

Fenomena menggantungkan tugas sering terjadi dalam kegiatan belajar mengajar di sekolah, tetapi jarang kita dengar masalah menggantungkan tugas pada teman kelas dibahas dalam tingkatan atas, cukup diselesaikan oleh guru atau paling tinggi pada tingkat pimpinan sekolah itu sendiri. Sudah dimaklumi bahwa orientasi belajar siswa-siswi di sekolah hanya untuk mendapatkan nilai tinggi dan lulus ujian, lebih banyak kemampuan kognitif dari afektif dan psikomotor, inilah yang membuat mereka mengambil jalan pintas, tidak jujur dalam ujian atau melakukan menggantungkan tugas pada temannya.

Kepercayaan diri dalam mengerjakan tugas harus ditegaskan, disini tugas guru bimbingan dan konseling serta guru mata pelajaran mencari solusi agar kebiasaan tersebut jangan sampai terulang kembali dengan memberikan hukuman yang bersifat edukasi dengan tujuan agar tidak mengulangi kembali.

Hal senada juga diungkapkan oleh pengurus asrama putri bahwasanya banyak santri tidak mengerjakan tugasnya ketika ada kegiatan belajar diasrama, kebanyakan dari mereka meminta temannya untuk mengerjakan tugas. Dikarenakan beberapa alasan ada yang mengatakan kalau dia tidak bisa bahkan alasan kecapean setelah sehari full di sekolah mengikuti pelajaran.<sup>26</sup>

2017, di depan Masjid Asrama Putri SMA IT Abu Bakar Yogyakarta.

### c. Keterlambatan Mengumpulkan Tugas

Fenomena umum yang terjadi pada pelajar saat ini adalah pelajar menghabiskan waktu hanya untuk urusan hiburan saja dari pada urusan akademiknya. Bekal utama yang dibutuhkan siswa untuk menyesuaikan diri dengan tuntutan tugas adalah memiliki kemampuan dan keterampilan untuk mengatur kegiatan belajar, mengontrol perilaku belajar, dan mengetahui, arah, tujuan, serta sumber-sumber yang mendukung untuk belajarnya.

Masalah waktu merupakan hal yang begitu sulit dan juga begitu gampang untuk membaginya. Adakalanya seseorang bisa mengatur waktu dan ada juga yang kurang bisa dalam hal manajemen waktu. Mereka belum menyadari sepenuhnya bahaya dari membuang waktu dengan sia-sia.

### d. *Irrational Believe*

Berpikir irasional ini diawali dengan belajar secara tidak logis yang biasanya diperoleh dari orang tua dan budaya tempat dibesarkan. Berpikir secara irasional akan tercermin dari kata-kata yang digunakan. Kata-kata yang tidak logis menunjukkan cara berpikir yang salah dan kata-kata yang tepat menunjukkan cara berpikir yang tepat. Perasaan dan pikiran negatif serta penolakan diri harus dilawan dengan cara berpikir yang rasional dan logis, yang dapat diterima menurut akal sehat, serta menggunakan cara verbalisasi yang rasional.

### Penutup

Dari hasil pembahasan diatas serta penelitian yang telah kami lakukan di sekolah SMA IT *Boarding School* Abu Bakar Yogyakarta. Bahwa ada beberapa siswa yang terindikasi melakukan perilaku prokrastinasi akademik serta terdapat bermacam-macam bentuk perilaku prokrastinasi akademik. Yang *Pertama* mereka tidak mengerjakan tugas karena tidak cocok dengan guru mata pelajaran dianggap tidak atau kurang inovasi dalam mengajar, *Kedua*, keterlambatan dalam mengumpulkan tugas sudah menjadi fenomena yang umum dikalangan siswa karena berbagai macam alasan, *Ketiga*, ketergantungan tugas pada teman yang dianggap mampu untuk mengerjakannya dan yang *Keempat* adalah adanya pemikiran *irrational Believe* pemikiran yang salah ini selalu menjadi bagian pada manusia terutama siswa biasanya mereka mengatakan "ah kerjakan nanti saja" padahal nanti belum tentu dia punya waktu atau kadang *self regulated learning* yang buruk.

Adapun saran sebagai rangkianpenutup dari jurnal ini adalah : *Pertama, Pihak Sekolah* Adanya koordinasi lebih kuat lagi antara, guru BK, Wali Kelas, Guru mata pelajaran, kesiswaan serta kepala sekolah, langkah ini diambil sebagai bentuk penyelesaian masalah yang efektif.

*Kedua, Kepada Siswa*, Bagi siswa yang memiliki perilaku prokrastinasi akademik disarankan berusaha untuk mengurangi perilaku tersebut semaksimal mungkin yaitu dengan memanfaatkan layanan bimbingan dan konseling belajar di sekolah.

Ketiga, **Orang tua**, Bagi orangtua diharapkan dapat bekerjasama dengan pihak sekolah untuk mengawasi, membimbing, dan mengarahkan anaknya agar terhindar dari perilaku prokrastinasi akademik.

### Daftar Pustaka

- Burka, Jane B, & Yuen, Lenora M, 2008, *Procratination, Why You Do It, What to Do About It Now*, USA: Da Capo press.
- Egon G. Guba dan Yvonna S. Lincoln, 2009, "berbagai Paradigma yang Bersaing dalam Penelitian Kualitatif", dalam Norman K. Denzin dan Yvonna S. Lincoln, *Handbook of Qualitative Research*, Terj, Zuhri Qudsy, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Ferrari, Joseph R, Johnson, Judith L, MacCown, William G, 1995, *Procratination and Task Avoidance, The Theory, Research and Treatment*, New York: Plenum Press.
- Ghufron Nur, & Risnawita, Rini, 2012, *Teori-teori Psikologi*, Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Hasil Wawancara dengan Ustadzah Nurul, Selaku Pengurus Asrama Putri, Pada Tanggal 16 April 2017, di depan Masjid Asrama Putri SMA IT Abu Bakar Yogyakarta.
- Hatta, Ahmad, 2009, *Tafsir Qur'an Perkata Dilengkapi dengan Asbabun Nuzul & terjemah*, Jakarta: Maghfirah Pustaka.
- Iven Kartadinata, I Love Tomorrow: Prokrastinasi Akademik dan Manajemen Waktu, *Anima Indonesia Psychological Journal*, Vol. 23, No. 2, 2008.
- Kasiram, 2010, *Metodologi Penelitian Kuantitatif-Kualitatif*, Cet. II, Malang: UIN Maliki Press.
- Moleong, Lexy J, 1993, *Metode Penelitian Kualitatif*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Nourman A. Milgran, "The Procrastination of Everyday Life", *Journal of Journal of Research In Personality* 22, 1988.
- Piers Steel, "The Nature of Procratination: Meta-analitic and Theorytical of Queentestional Self-Regulatory Failure " *Journal of Psychological Bulletin* Diakses Pada Tanggal 10 Maret 2017.
- Renni Nuggrasanti, Jurnal Locus Of Control Dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa, *Provitae* Vol 2 No 1, Mei 2006.
- Shihab, Quraish, 2003, *Wawasan Al-Qur'an, Tafsir Maudhu'I Atas Pelbagai Persoalan Umat*, Bandung: Mizan Pustaka.
- Syaiful Indra, "Efektivitas Team Assisted Individualization untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik", *Jurnal Edukasi*, Volume 01, Nomor 2, July 2015.
- Tohirin, 2007, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*, Jakarta: PT. Raja Grafindo.
- Undang Undang SISDIKNAS No. 20 Tahun 2003 Pasal 1 Ayat 6

Tentang Sistem Pendidikan Nasional.

Warsiyah, 2015, *Menyontek, Prokrastinasi dan Keimanan*, Yogyakarta: Truss Media Grafika.

Wawancara dengan Berlian siswa kelas XII IPS 2 pada tanggal 19 Februari 2017.

Winkel, 1997, *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*, Jakarta: PT Gramedia.