

**HUBUNGAN KEPERCAYAAN DIRI DAN *BLOCKING* DENGAN  
PROKRASINASI AKADEMIK SISWA SMP NEGERI 3  
HUTABAYURAJA SIMALUNGUN**

**TESIS**

Oleh

**RUHUT NADENGGAN SILALAH**

**NPM.161804080**



**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI**

**PROGRAM PASCASARJANA**

**UNIVERSITAS MEDAN AREA**

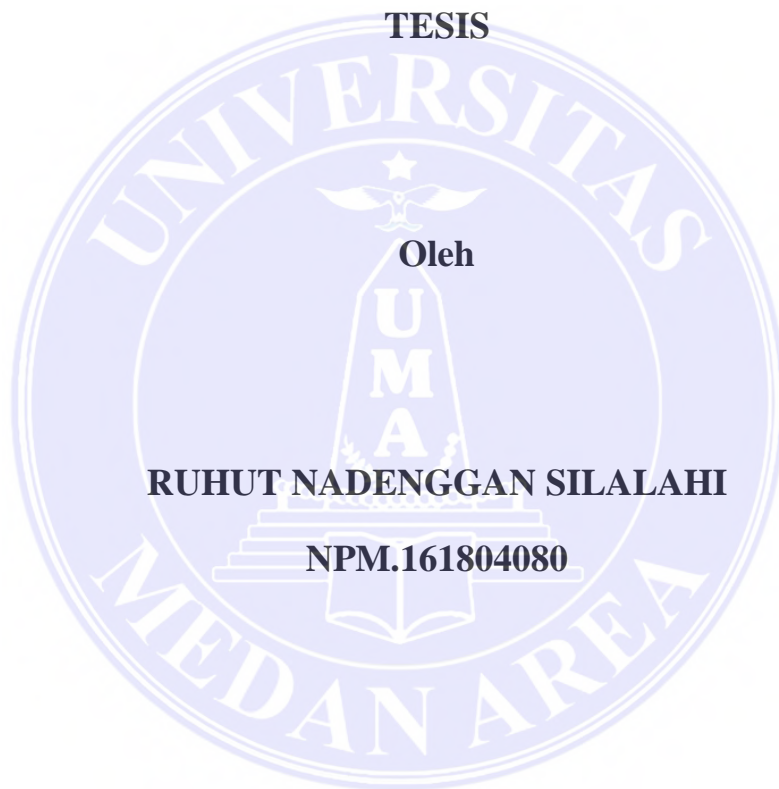
**MEDAN**

**2018**

**HUBUNGAN KEPERCAYAAN DIRI DAN *BLOCKING* DENGAN  
PROKRASINASI AKADEMIK SISWA SMP NEGERI 3  
HUTABAYURAJA SIMALUNGUN**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Magister  
Psikologi pada Program Pascasarjana Universitas Medan Area

**TESIS**



Oleh

**RUHUT NADENGGAN SILALAH**

**NPM.161804080**

**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI**

**PROGRAM PASCASARJANA**

**UNIVERSITAS MEDAN AREA**

**MEDAN**

**2018**

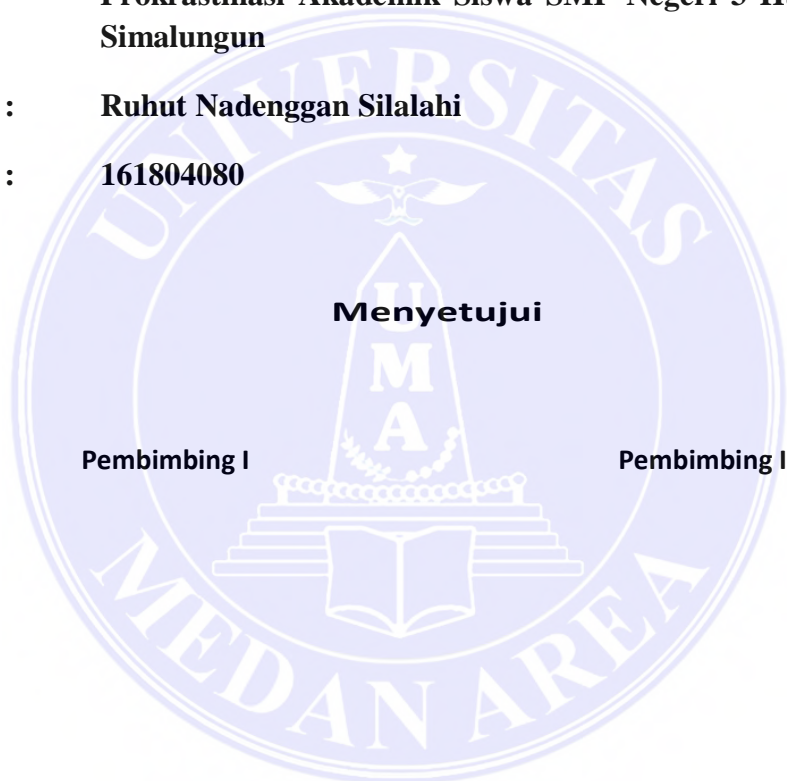
**UNIVERSITAS MEDAN AREA PROGRAM  
PASCASARJANA PROGRAM STUDI MAGISTER  
PSIKOLOGI**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**Judul :** Hubungan Kepercayaan Diridan *Blocking* dengan Prokrastinasi Akademik Siswa SMP Negeri 3 Hutabayu raja Simalungun

**Nama :** Ruhut Nadenggan Silalahi

**NPM :** 161804080



**Dr. Nur'aini,S.Psi,MS.**

**Prof. Dr. Saiful Akhyar Lubis, M.A.**

**Ketua Program Studi  
Magister Psikologi**

**Direktur**

**Prof. Dr. Sri Milfayetty. MS., Kons.**

**Prof. Dr.Ir. Retna Astuti K., MS**

## **PERNYATAAN**

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam tesis ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.



Medan, 23 Agustus 2018.

Ruhut Nadenggan Silalahi

## RIWAYAT HIDUP

Nama : Ruhut Nadenggan Silalahi  
Tempat/tanggal lahir : Tanah Jawa/4 Agustus 1991  
Jenis Kelamin : Laki-laki  
Alamat : Jalan Tombak No. 66 B Medan Tembung, Medan  
No Telepon : 082276965552  
Jenjang Pendidikan Formal

1. 1997-2003 : SD Negeri No: 091498 Pematang Tanah Jawa
2. 2003-2006 : SMP Negeri 1 Tanah Jawa
3. 2006-2009 : SMA Swasta RK Bintang Timur Pematangsiantar
4. 2009-2013 : Universitas HKBP Nommensen Pematangsiantar

Demikian daftar riwayat hidup ini saya tulis, semoga dapat dipergunakan dengan sebaiknya. Terimakasih.

Ruhut Nadenggan Silalahi

## KATA PENGANTAR

Salam Sejahtera,

Segala Puji dan Syukur penulis ucapkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat dan anugerah-Nya serta kesehatan sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis ini hingga selesai. Tesis ini disusun sebagai persyaratan untuk menyelesaikan pendidikan pada Program Studi Pasca Sarjana Psikologi Pendidikan Universitas Medan Area.

Tesis ini merupakan salah satu kewajiban dan syarat pokok yang harus dilaksanakan agar dapat menyelesaikan Program Studi Pasca Sarjana Psikologi Pendidikan Universitas Medan Area. Dalam menyelesaikan tesis ini, penulis banyak menemukan kesulitan yang dihadapi namun berkat masukan, bantuan dan bimbingan dari beberapa pihak yang berupa informasi, arahan dan bimbingan sehingga tesis ini dapat diselesaikan, karena itu penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Ir. Hj. Retna Astuti Kuswardani, MS. Selaku Direktur Pascasarjana Universitas Medan Area,
2. Ibu Prof. Dr. Sri Milfayetty, MS., Kons. Selaku Ketua Program Studi Magister Psikologi. Dan selaku Pembimbing 2 yang telah memberikan saran dan masukan bagi kesempurnaan tesis ini.
3. Ibu Dr. Nur'aini, S.Psi, MS selaku dosen pembimbing 1, yang telah membimbing dan bersedia meluangkan waktu, pikiran, ide, dan saran ditengah-tengah kesibukan beliau.

4. Bapak Dr. M. Rajab Lubis.MS selaku Ketua, yang telah membimbing dan bersedia meluangkan waktu untuk memberikan arahan, pikiran, ide, dan saran ditengah- tengah kesibukan beliau
5. Seluruh Bapak/Ibu Dosen Program Studi Magister Psikologi Universitas Medan Area atas ilmu yang telah diberikan selama penulis menjadi mahasiswi.
6. Kepala sekolah, Wakil kepala sekolah, serta Guru-guru dan staf SMP Negeri Hutabayu raja Simalungun atas diberinya izin kepada penulis untuk melakukan penelitian di SMP Negeri 3 Hutabayu raja Simalungun.
7. Seluruh siswa SMP Negeri 3 Hutabayuraja Simalungun sebagai Responden yang telah memberikan waktunya dalam pengisian angket dalam penyempurnahan data dalam penelitian ini.
8. Orang tua, saudara, keluarga serta teman-teman atas segala curahan kasih sayang, semangat dukungan baik secara moral dan material, dan doa-doanya yang tiada henti selama penulis kuliah sampai menyelesaikan tesis ini.
9. Teman senior saya bang Andri yang telah memandu saya dalam penyelesaian tesis ini
10. Kepada teman satu paying Suster Parmina dan Listanty beserta teman-teman satu angkatan Pasca Sarjana Psikologi Pendidikan tahun 2016-2019 di Universitas Medan Area yang selalu member motivasi untuk mengerjakan tesis ini.

11. Seluruh teman yang telah memberikan dukungan dan semangat baik secara langsung maupun tidak langsung kepada penulis yang tidak dapat disebutkan satu per satu.

Penulis menyadari sepenuhnya dalam penyusunan tesis ini, masih terdapat banyak kekurangan dan kelemahan yang dimiliki penulis baik itu dalam penulisan dan penggunaan bahasa. Untuk itu penulis berharap akan ada saran dan kritik dari berbagai pihak yang bersifat membangun dan menyempurnakan tesis ini. Semoga tesis ini berguna bagi pembaca secara umum dan penulis secara khusus. Akhir kata penulis ucapkan terimakasih.

Medan, September 2018

Penulis,

Ruhut Nadenggan Silalahi



## ABSTRAK

### **Hubungan Kepercayaan Diri dan *Blocking* dengan Prokrastinasi Akademik Siswa SMP Negeri 3 Hutabayu raja Kabupaten Simalungun.**

**Ruhut Nadenggan Silalahi  
161804080**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui dan menganalisis hubungan kepercayaan diri dengan prokrastinasi, untuk mengetahui dan menganalisis hubungan *blocking* dengan prokrastinasi serta untuk mengetahui dan menganalisis hubungan kepercayaan diri dan *blocking* dengan prokrastinasi.

Penelitian dilakukan pada siswa SMP Negeri 3 Hutabayu raja kabupaten Simalungun dengan jumlah sampel 165 siswa yang melakukan prokrastinasi. Penelitian ini mengacu pada analisis Kuantitatif menggunakan uji Normalitas dan Linearitas serta Nilai rata-rata Hipotetik dari masing-masing variabel.

Analisis data menggunakan Uji Regresi diperoleh hasil (1) ada hubungan signifikan antara kepercayaan diri dengan prokrastinasi sebesar  $r = -0,314$  dan  $p = 0,000$  (2) ada hubungan signifikan antara *blocking* dengan prokrastinasi sebesar  $r = 0,384$  dan  $p = 0,000$  (3) ada hubungan signifikan antara kepercayaan diri dan *blocking* dengan prokrastinasi sebesar  $F_{reg} = 17,694$  dan  $p < 0,05$  (4) sumbangan signifikan variable kepercayaan diri terhadap prokrastinasi diperoleh 9 %, sumbangan signifikan variable *blocking* terhadap prokrastinasi diperoleh 14% dan sumbangan signifikan variable kepercayaan diri dan *blocking* terhadap prokrastinasi diperoleh 35%.

Kata Kunci: KepercayaanDiri, Blocking, Prokrastinasi

## ABSTRACT

### **Relationship of Self-Confidence and Blocking with Academic Procrastination of Students of SMP Negeri 3 Hutabayuraja, Simalungun Regency.**

**Ruhut Nadenggan Silalahi**  
**161804080**

The purpose of this study was to find out and analyze the relationship of self-confidence with procrastination, to find out and analyze the relationship of blocking with procrastination and to know and analyze the relationship of self-confidence and blocking with procrastination.

The study was conducted on students of SMP Negeri 3 Hutabayuraja, Simalungun district with a sample of 165 students who did procrastination. This study refers to the quantitative analysis using the tests of Normality and Linearity and the Hypothetic average value of each variable.

Data analysis using Regression Test obtained results (1) there is a significant relationship between self-confidence with procrastination by  $r = -0.314$  and  $p = 0.000$  (2) there is a significant relationship between blocking with procrastination by  $r = 0.384$  and  $p = 0.000$  (3) there is a relationship significant between self-confidence and blocking with procrastination amounting to Freg = 17,694 and  $p < 0,05$  (4) significant contribution of the variable procrastination confidence gained 9%, significant contribution to procrastination blocking variables obtained 14% and significant contribution to self-confidence and blocking variables to procrastination obtained 35%.

Keywords: Self-Confidence, Blocking, Procrastination

## DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN.....	iii
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
ABSTRAK.....	vii
ABSTRACK.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv

<b>BAB I. PENDAHULUAN</b>	Halaman
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	8
1.3 Rumusan Masalah.....	11
1.4 Tujuan Penelitian.....	12
1.5 Manfaat Penelitian.....	12

<b>BAB II. TINJAUAN PUSTAKA</b>	
2.1. Prokrastinasi.....	15
2.1.1. Pengertian Prokrastinasi.....	15
2.1.2. Prokrastinasi Akademik.....	17
2.1.3. Aspek yang mempengaruhi prokrastinasi akademik.....	18
2.1.4. Faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik.....	19
2.2. Kepercayaan Diri.....	24
2.2.1. Pengertian Kepercayaan Diri.....	24
2.2.2. Aspek-aspek yang mempengaruhi Kepercayaan Diri.....	25
2.2.3. Faktor-faktor yang mempengaruhi Kepercayaan Diri.....	26
2.3. <i>Blocking</i> .....	27
2.3.1. Pengertian <i>Blocking</i> .....	27
2.3.2. Aspek-aspek yang mempengaruhi <i>blocking</i> .....	28
2.3.3. Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>blocking</i> .....	29
2.4. Hubungan Kepercayaan diri dengan Prokrastinasi.....	29
2.5 Hubungan <i>Blocking</i> dengan Prokrastinasi.....	31

2.6. Hubungan Kepercayaan Diri, <i>Blocking</i> dgn Prokrastinasi Akademik.	32
2.7. Kerangka Konseptual .....	34
2.8. Hipotesis .....	35

### **BAB III. METODE PENELITIAN**

3.1. Desain Penelitian .....	36
3.2. Tempat dan Waktu Penelitian.....	37
3.2.1. Tempat Penelitian.....	37
3.2.2. Waktu Penelitian.....	37
3.3. Identifikasi Variabel .....	38
3.4. Defenisi Operasional .....	38
3.5. Populasi dan Sampel .....	39
3.5.1. Populasi.....	39
3.3.2. Sampel.....	40
3.6. Metode Pengumpulan Data.....	41
3.6.1. Skala Prokrastinasi Akademik.....	41
3.6.2. Skala Kepercayaan Diri.....	43
3.6.3. Skala <i>Blocking</i> .....	44
3.7. Uji Validitas dan Reliabilitas .....	44
3.7.1. Uji Validitas .....	44
3.7.2. Uji Reliabilitas .....	46
3.8. Prosedur Penelitian.....	46
3.8.1. Tahap Persiapan Penelitian.....	46
3.8.2. Tahap Pelaksanaan Penelitian.....	47
3.8.3. Tahap Laporan.....	48
3.9. Teknik Analisis Data.....	48
3.9.1. Uji Normalitas .....	49
3.9.2. Uji Lineatitas.....	49

### **BAB IV. PELAKSANAAN, HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

4.1. Orientasi Kancah.....	50
4.2. Persiapan dan Uji Coba Alat Ukur Penelitian.....	51
4.2.1. Persiapan Administrasi.....	51
4.2.2. Persiapan Alat Ukur .....	51
4.2.3. Uji Coba Alat Ukur Penelitian.....	54
4.3. Pelaksanaan Penelitian .....	57
4.4. Hasil Analisis Data Penelitian.....	58
4.4.1. Uji Asumsi .....	58
4.4.2. Hasil Uji Hipotesis.....	62
4.4.3. Hasil Perhitungan Analisis Regresi Berganda .....	64
4.4.4. Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Mean Empirik.....	65

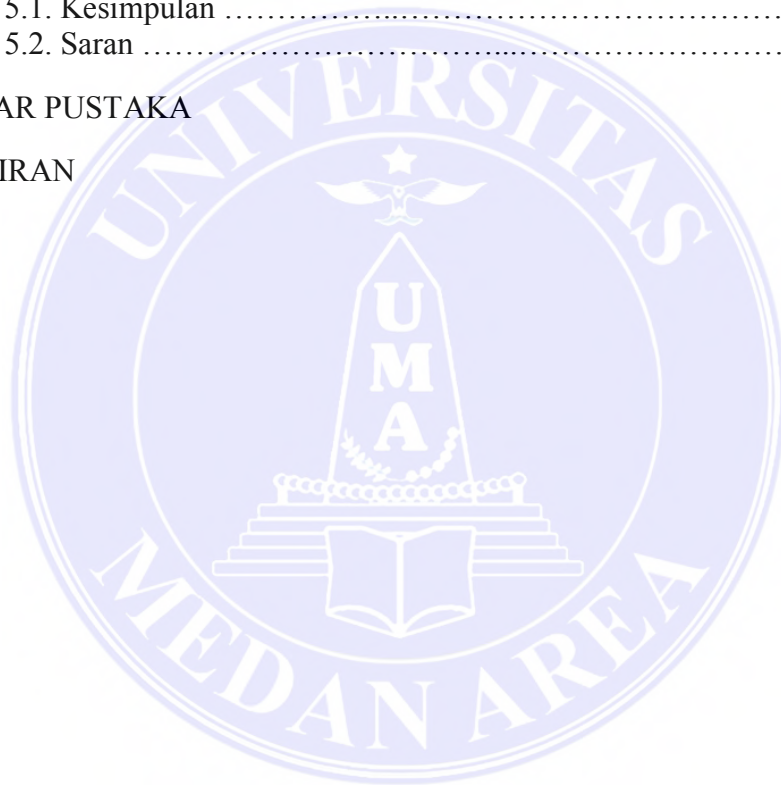
4.5. Pembahasan .....	69
4.5.1. Hubungan Kepercayaan Diri dengan Prokrastinasi Akademik.....	69
4.5.2. Hubungan <i>Blocking</i> dengan Prokrastinasi Akademik.....	71
4.5.3. Hubungan Kepercayaan diri dan <i>Blocking</i> dengan Prokrastinasi Akademik Siswa.....	73

## BAB V PENUTUP

5.1. Kesimpulan .....	77
5.2. Saran .....	78

## DAFTAR PUSTAKA

## LAMPIRAN



## DAFTAR TABEL

Tabel 3.2.2. Waktu Pelaksanaan Penelitian.....	38
Tabel 3.5.1 Data siswa Kelas VIII dan IX SMP Negeri 3 Hutabayuraja.....	39
Tabel 3.6. Skor Skala Likert.....	41
Tabel 3.6.1 <i>Blue Print</i> Prokrastinasi Akademik.....	41
Tabel 3.6.2. <i>Blue Print</i> Skala Kepercayaan Diri .....	43
Tabel 3.6.3. <i>Blue print</i> Skala <i>Blocking</i> .....	44
Tabel 4.1 Distribusi Penyebaran Butir Pernyataan Skala Kepercayaan Diri Sebelum Uji Coba.....	50
Tabel 4.2 Distribusi Penyebaran Butir Pernyataan Skala <i>Blocking</i> Sebelum Uji Coba .....	51
Tabel 4.3. Distribusi Penyebaran Butir Pernyataan Skala Prokrastinasi Akademik Sebelum Uji Coba.....	52
Tabel 4.4. Distribusi Aitem Skala Kepercayaan diri setelah uji coba.....	53
Tabel 4.5. Distribusi Aitem Skala <i>Blocking</i> setelah uji Coba .....	54
Tabel 4.6. Distribusi Aitem Skala Prokrastinasi Akademik setelah uji coba.....	55
Tabel 4.7 Hasil Uji Normalitas Sebelum Transformasi.....	56
Tabel 4.8 Hasil Uji Normalitas Setelah Transformasi .....	57
Tabel 4.9 Hasil Uji Normalitas.....	57
Tabel 4.10. Hasil Uji Linieritas.....	58
Tabel 4.11. Ringkasan Hasil Analisis Data .....	60
Tabel 4.12. Analisis Regresi Berganda Coefficients <sup>a</sup> .....	61
Tabel 4.13. Perbandingan Mean Hipotetik dan Mean Empirik.....	63
Tabel 4.14. Kategorisasi Data pada Variabel Prokrastinasi.....	64

Tabel 4.15. Kategorisasi Data pada variable kepercayaan diri ..... 65

Tabel 4.16. Kategorisasi Data pada Variabel *Blocking*..... 65



## DAFTAR GAMBAR

Gambar Kerangka Konseptual.....	32
Gambar Desain Penelitian.....	35





## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Angket/kuesioner setelah Uji Coba
- Lampiran 2 : Skala Penelitian
- Lampiran 3 : Uji Validitas dan Reliabilitas
- Lampiran 4 : Data Try Out dan Data Penelitian
- Lampiran 5 : Hasil Pengolahan Data



# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Kehidupan beraktivitas sehari-hari manusia tidak lepas dari perilaku dan tindakan yang akan membawa mereka ke dalam perubahan-perubahan yang baru dalam hidupnya. Sementara itu terdapat juga banyak faktor yang mempengaruhi perilaku dan tindakan tersebut. Baik itu melalui pendidikan, pengalaman, tindakan persuasif serta faktor-faktor lingkungan lainnya yang saling berhubungan dalam hidup manusia, layaknya seperti simbiosis mutualisme.

Selanjutnya peneliti akan fokus pada pembahasan Psikologi dalam pendidikan. Psikologi Pendidikan merupakan subdisiplin dari Psikologi itu sendiri. Peneliti akan mengkaji Prokrastinasi (*Procrastination*) dalam Pendidikan atau sekolah. Sementara itu ada banyak faktor faktor yang mempengaruhi Prokrastinasi itu sendiri. Istilah *procrastination* terdiri dari dua kata yang berasal dari Bahasa Latin. “*Pro*” yang berarti mendorong maju atau bergerak maju dan “*crastinus*” yang berarti keputusan hari esok. Jika dihubungkan menjadi “menangguhkan” atau “menunda” sampai hari berikutnya. Prokrastinasi adalah lebih dari sekedar menunda-nunda sesuatu, dan konsepnya tidak semudah yang orang bayangkan. Prokrastinasi adalah masalah kebiasaan otomatis yang menunda aktivitas penting hingga pada waktu yang lain. Itu adalah proses yang memiliki konsekuensi masalah. (William, 2010:17)

Pada akhirnya penundaan atau penghindaran tugas yang kemudian disebut Prokrastinasi tersebut dapat diartikan sama dengan prespektif budaya dan Bahasa manusia (M. Nur Ghufron dan Rini Risnawita S, 2016:36). Misalnya, pada bangsa Mesir Kuno mengartikan prokrastinasi menjadi dua arti, yaitu menunjukkan suatu kebiasaan yang berguna untuk menghindari kerja yang penting. Juga menunjukkan suatu arti kebiasaan yang berbahaya akibat kemalasan dalam menyelesaikan suatu tugas yang penting untuk nafkah hidup, seperti mengerjakan ladang ketika musim menanam sudah tiba. Jadi pada abad lalu, Prokrastinasi bermakna positif bila menunda sebagai upaya konstruktif untuk menghindari keputusan. Tanpa pemikiran yang matang, dan bermakna negatif bila dilakukan karena malas atau tanpa tujuan yang pasti.

Prokrastinasi Akademik adalah jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik, misalnya tugas sekolah atau tugas kursus. Pada kalangan ilmuwan, istilah prokrastinasi digunakan untuk menunjukkan suatu kecenderungan menunda-nunda penyelesaian suatu tugas atau pekerjaan. Istilah ini pertama kali digunakan Brown dan Holzman (M. Nur Ghufron dan Rini Risnawita S, 2016:37). Seseorang yang memiliki kecenderungan untuk menunda atau tidak dengan segera memulai pekerjaan, ketika menghadapi suatu pekerjaan dengan tugas disebut seseorang yang melakukan prokrastinasi (Prokrastinator). Tidak peduli apakah penundaan tersebut memiliki alasan atau tidak. Setiap penundaan dalam menghadapi suatu tugas disebut prokrastinasi.

Prokrastinasi merupakan sebuah bentuk kegagalan pengendalian diri yang lazim dan merusak yang tidak dipahami secara keseluruhan. Oleh karena itu, konsep, teori dan pekerjaan empiris yang relevan ditunjukkan, dan digambarkan pada penemuan korelasi, ekeperimen dan kualitatif. Artinya bahwa prokrastinasi memiliki kaitan erat dengan proses pengendalian diri (Piers, 2007:1).

Prokrastinasi dapat diartikan sebagai suatu hal yang merugikan dan dapat juga diartikan sebagai suatu tindakan yang dapat mendatangkan keuntungan, baik untuk Prokrastinator (orang yang melakukan prokrastinasi) maupun untuk orang yang tidak melakukan prokrastinasi itu sendiri. Mengapa sesuatu kegiatan yang mendatangkan keuntungan karena bagi seseorang yang memiliki kontrol diri dan keyakinan diri tentang akan adanya suatu kejadian buruk yang akan terjadi maka orang tersebut akan memilih melakukan prokrastinasi untuk menghindari terjadinya kejadian buruk itu sendiri.

Pembentukan kekuatan emosi anda ketika bereaksi terhadap kegelisahan, terganggu/terhalang, ketakutan, kepercayaan diri dan emosi-emosi lain yang tidak menyenangkan yang mengakibatkan prokrastinasi akan mengijinkan anda memahami ketegangan, tekanan dan frustrasi yang membuat jalan sepanjang hidup (William Knaus 2010:75).

Selain itu, sejak manusia dilahirkan, sejak itu pula individu secara langsung berhubungan dengan lingkungan sekitarnya. Kemudian mulai saat itu pula individu langsung menerima stimulus atau rangsangan dari luar dirinya yang berkaitan dengan persepsi. Persepsi adalah suatu proses yang didahului oleh proses penginderaan, yaitu merupakan proses diterimanya stimulus oleh individu

melalui alat indera atau juga disebut proses sensoris (Bimo, 2003:87). Kemudian dengan persepsi tersebut seseorang akan menentukan untuk melakukan prokrastinasi atau tidak.

Selain itu bahwa dalam teori-teori Psikologi, terdapat banyak faktor faktor diri yang mempengaruhi manusia untuk melakukan prokrastinasi. Salah satunya adalah Kepercayaan Diri (*Self Confidence*). Menurut M. Nur Ghufro dan Rini Risnawita S (2016:43) kepercayaan diri adalah salah satu aspek kepribadian yang penting pada seseorang. Tanpa adanya kepercayaan diri akan banyak menimbulkan masalah pada diri seseorang. Kepercayaan diri merupakan atribut yang paling berharga pada diri seseorang dalam kehidupan bermasyarakat. Dikarenakan dengan kepercayaan diri, seseorang mampu mengaktualisasikan segala potensi dirinya. Kepercayaan diri juga merupakan sesuatu yang *urgen* untuk dimiliki setiap individu. Kepercayaan diri diperlukan baik oleh seorang anak maupun orangtua, secara individual maupun kelompok.

Menurut Herbert (1999:6) keyakinan secara efektif dapat: 1) Menyembuhkan sakit kepala, 2) Mengurangi rasa sakit akibat kejang jantung (*angina pectoris*) dan bahkan mungkin bisa mengurungkan operasi bedah bypass (diperkirakan 80 persen sakit kejang jantung dapat disembuhkan lewat keyakinan yang positif), 3) Mengurangi tekanan darah dan membantu mengontrol masalah-masalah hipertensi, 4) Mempertinggi kreativitas, khususnya ketika mengalami semacam hambatan mental, 5) Mengatasi Insomnia, 6) mencegah serangan-serangan hiperventilasi, 7) Membantu meredakan sakit punggung, 8) Mempercepat terapi penyakit kanker, 9) Mengendalikan perasaan-perasaan panik,

10) Meredakan gejala-gejala kecemasan yang meliputi rasa mual, muntah, diare, sembelit, mudah marah dan tidak bisa bergaul dengan orang-orang lain, 11) Mengurangi stres secara menyeluruh, memperoleh ketenangan batin dan keseimbangan emosional yang lebih besar.

Pada intinya keyakinan pada diri sendiri biasanya akan menghasilkan sesuatu yang positif. Hal-hal positif tersebut dapat membantu seseorang untuk lebih yakin lagi untuk melakukan sesuatu. Bahkan keyakinan itu juga akan mampu untuk mempengaruhi seseorang untuk menunda-nunda suatu pekerjaan. Sementara itu menurut Lauster (dalam M. Nur Ghuffron dan Rini Risnawita S, 2016:39), kepercayaan diri yang sangat berlebihan bukanlah sifat yang positif. Pada umumnya akan menjadikan orang tersebut kurang berhati-hati dan akan berbuat seenaknya sendiri. Hal ini menjadi sebuah tingkah laku yang menyebabkan konflik dengan orang lain.

Misalnya pada poin sembilan akibat dari keyakinan efektif yang disampaikan oleh Herbert. Bahwa keyakinan yang efektif tersebut akan mampu mengendalikan perasaan-perasaan panik. Maka dari itu agar lebih yakin dan dengan tujuan menghilangkan perasaan panik tersebut, seseorang akan membutuhkan waktu untuk bersantai (*relax*). Bahkan akan membutuhkan waktu yang lebih banyak dan pada akhirnya akan melakukan penundaan terhadap kegiatan orang tersebut selanjutnya. Pada poin lima juga disebutkan bahwa seseorang yang memiliki keyakinan yang efektif akan mampu mengatasi insomnia. Artinya bahwa seseorang tidak akan menunda kegiatannya untuk tidur. Berarti orang tersebut tidak melakukan prokrastinasi. Selanjutnya peneliti akan

meneliti apakah terdapat pengaruh keyakinan terhadap prokrastinasi dan seberapa besar pengaruh keyakinan diri terhadap Prokrastinasi.

*Blocking* berarti macet atau menjadi sibuk pada sebuah poin pergantian yang sulit (misalnya, ketika memulai atau mengakhiri proyek utama), biasanya karena untuk menghindari kecemasan dan ketidakpastian, sering karena tugas dievaluasi secara umum atau karena pembuat tugas tidak disukai. Pada praktek yang umum, Prokrastinasi dan *Blocking* saling melengkapi dan tidak dapat dipisahkan, meskipun siswa dan partisipan masih menginginkan kedua hal tersebut terpisah (Robert Davidson, 1996:20). Dalam hal ini disebutkan bahwa siswa atau partisipan mendapat sesuatu dari faktor eksternal yang akan mempengaruhi mereka untuk melakukan sesuatu atau tidak.

Dari pernyataan Robert tersebut dapat dinyatakan bahwa orang yang berprokrastinasi juga mendapat pengaruh dari luar diri mereka sendiri. Karena itu dalam banyak kasus juga disebutkan bahwa seorang siswa juga harus sebaiknya menyukai guru kemudian akan menyukai pelajaran yang diajarkan guru tersebut. Pengaruh ketertarikan terhadap gurunya itu sendiri akan menentukan apakah siswa atau anak didik akan melakukan suatu tugas dan pekerjaan atau malah menunda-nunda (prokrastinasi) pekerjaan yang diberikan. Sebaliknya guru sebagai pendidik juga harus menata dirinya dan sistem pengajarannya dalam kurikulum agar siswa merasa senang dan suka mengikuti pelajaran yang diberikan guru, dan bahkan karena ketertarikan tersebut seorang siswa tidak akan menjadi Prokrastinator.

Prokrastinasi menyediakan contoh sebuah situasi yang paling sederhana yang mana didalamnya terdapat penilaian salah yang berulang-ulang karena sesuatu yang tidak beralasan tentang kerugian dan keuntungan terhadap orang lain (George, 1991:4). Dengan kata lain dalam pengertian diatas seorang siswa diharapkan memiliki jiwa besar untuk segala sesuatu terhadap kejadian atau pengalaman yang didapatkan. Untuk sebuah kasus yang dianggap merugikan seorang siswa sebaiknya siswa tersebut selalu berfikir positif untuk penilaian yang dialami, karena ketika para siswa berfikir buruk terhadap suatu kejadian maka mereka cenderung akan melakukan prokrastinasi. Kemudian hal tersebut mungkin akan berdampak buruk juga untuk kehidupannya secara umum dan di dalam pendidikannya di sekolah secara khusus.

Karena itu dalam penelitian ini, peneliti akan mencari dan mengkaji bagaimana sebenarnya hubungan antara kepercayaan diri dan *Blocking* dengan Prokrastinasi. Sebagai kesimpulan sementara peneliti dapat menyimpulkan bahwa seseorang yang mengalami halangan, macet atau menjadi sibuk (*Blocking*) dikarenakan sesuatu akan merasa tidak nyaman dan tidak tertarik terhadap suatu hal (misalnya tugas dan pekerjaan rumah). Selanjutnya dengan alasan ketidaktertarikannya tersebut mereka para siswa merasa tidak yakin untuk melakukan tugas dan pekerjaan rumah yang diberikan oleh guru di sekolah. Dan kemudian pada akhirnya mereka akan menunda-nunda (*procrastinate*) pekerjaan yang telah ditugaskan kepada mereka para siswa itu sendiri.

Dalam penelitian ini data yang dibutuhkan adalah dari sekolah yang memang dianggap bermutu dan berkualitas. Kemudian dengan kualitasnya



tersebut apakah para siswa sering melakukan prokrastinasi atau tidak dan bagaimana mereka pada akhirnya memutuskan untuk melakukan prokrastinasi itu sendiri. Untuk beberapa sekolah memang sudah bermutu dan berkualitas, tapi pada kesempatan Sistem Penelitian Payung ini diputuskan untuk melakukan penelitian di SMP Negeri 3 Hutabayuraja Kabupaten Simalungun. Karena sekolah tersebut dikenal dengan sistem kurikulum belajar yang baik yang membuat sekolah ini berbeda dengan dengan sekolah-sekolah lainnya di Simalungun pada khususnya dan di Sumatera Utara pada umumnya.

Maka dari itu berdasarkan latar belakang diatas akan dilakukan penelitian dengan judul: “Hubungan kepercayaan diri dan *Blocking* dengan Prokrastinasi pada Siswa Kelas VIII dan IX SMP Negeri 3 Hutabayuraja Kabupaten Simalungun.

## **1.2. Identifikasi Masalah**

Manusia melakukan prokrastinasi termasuk mereka yang belum memiliki konsep diri yang matang. Di sekolah pada umumnya, terkhusus pada siswa Sekolah menengah pertama, siswa pada umumnya sering melakukan prokrastinasi. Hal tersebut dikarenakan anak didik pada saat ini cenderung malas dan tidak memiliki gairah untuk melakukan sesuatu. Selain karena malas, siswa juga kerap kali melakukan prokrastinasi karena mereka kurang memiliki ingatan yang kuat untuk melakukan sesuatu yang sudah menjadi jadwal yang harus dilakukan oleh anak tersebut. Pada intinya daya ingat anak juga dibutuhkan dalam menumbuhkembangkan perasaan siswa untuk melakukan prokrastinasi.

Berdasarkan inti masalah yang sudah banyak dipaparkan dalam latar belakang masalah diatas maka ada dua hal pokok yang akan dibahas penulis yang dapat mempengaruhi prokrastinasi, antara lain Kepercayaan diri dan *Blocking*. Kedua faktor tersebut diatas dapat mempengaruhi anak didik untuk melakukan prokrastinasi, dan tidak menutup kemungkinan juga untuk tidak melakukan prokrastinasi itu sendiri.

Pada latar belakang masalah diterangkan bahwa kepercayaan diri dan *Blocking* cenderung memiliki banyak persamaan, yaitu keduanya memiliki arti yang digambarkan secara garis besar sebagai keyakinan atau kepercayaan diri dalam pribadi manusia. Kemudian pada pembahasan sebelumnya diatas juga dijelaskan bahwa keyakinan/kepercayaan diri seseorang untuk melakukan sesuatu lebih kompleks jika dibandingkan dengan keadaan Terhalang/macet (*blocking*). Artinya bahwa keadaan Terhalang/macet akan menghasilkan sebuah kepercayaan diri yang kurang.

Model prokrastinasi yang terbaru mempengaruhi masalah kontrol diri (*self-control*) yang menganggap bahwa seorang yang melakukan prokrastinasi hanya menetapkan satu pilihan dan tidak menyadari tentang masalah control dirinya sendiri. Mereka juga mengembangkan sebuah model dimana seorang memilih formasi sebuah menu pilihan-pilihan dan secara parsial menyadari masalah control dirinya sendiri. Model menu ini menunjukkan hasil yang terdekat dan menggeneralisasikan sesuatu yang baru. Seseorang yang mungkin membatalkan untuk melengkapi sebuah pilihan atraktif karena dia berencana untuk melengkapi sebuah pilihan yang lebih atraktif melainkan pilihan yang tidak

pernah dilengkapi. Karena itu, dengan menghadirkan sebuah pilihan yang tidak melakukan prokrastinasi dapat mempengaruhi prokrastinasi itu sendiri, dan seseorang mungkin melakukan prokrastinasi untuk lebih mengejar sesuatu hal yang penting daripada hal yang penting (Ted O'Donoghue dan Mathew Rabin, 2013:1).

Pada hakikatnya prokrastinasi tidak serta merta diartikan sebagai sesuatu hal yang buruk, melainkan juga untuk kebaikan positif juga. Karena prokrastinator (orang yang melakukan prokrastinasi) tidak selamanya melakukan prokrastinasi tersebut karena malas atau lupa atau dengan kata lain penundaan yang dilakukan merupakan keburukan. Melainkan seseorang juga berprokrastinasi untuk menghindari sesuatu yang buruk yang mungkin akan dihadapi orang tersebut jika tidak berprokrastinasi.

Pada kesempatan ini, disertakan juga kepercayaan diri dan efikasi diri yang dapat mempengaruhi seseorang untuk melakukan prokrastinasi tersebut atau tidak. Yang mana kepercayaan diri seseorang merupakan sesuatu yang muncul setelah efikasi diri seseorang terbentuk dalam proses kehidupannya. Dapat disimpulkan juga bahwa efikasi diri (*self-efficacy*) merupakan hal yang mendasar tentang kepercayaan/keyakinan diri seseorang.

Pada awalnya seseorang mengalami banyak pengalaman yang merupakan aspek aspek dari efikasi diri itu sendiri yang telah disebutkan diatas, antara lain: 1) Pengalaman keberhasilan (*mastery experience*), 2) Pengalaman orang lain (*vicarious experience*), 3) Persuasi verbal (*verbal persuasion*), 4) Kondisi fisiologis (*physiological state*). Dengan adanya pencapaian pengalaman atas

aspek-aspek efikasi diri tersebut, seseorang akan mengkalkulasikan keseluruhan hal-hal tersebut kedalam sebuah keyakinan dan kepercayaan untuk melakukan dan atau tidak melakukan sesuatu (Ghufron, M. Nur, dan Rini Risnawita S, 2016:40)

Maka dari itu, ketika seseorang tidak melakukan sesuatu atas keyakinan dan kepercayaan dirinya maka orang tersebut disebutkan sudah melakukan prokrastinasi. Baik itu di dalam sekolah pada siswa-siswi akademik maupun di luar sekolah dalam lingkungan hidupnya masing-masing. Dan prokrastinasi secara umum dilakukan oleh semua orang dari segi usia, jenis kelamin, golongan dll. Maka dari itu berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan maka peneliti merasa tertarik untuk mengetahui hubungan kepercayaan diri dan blocking dengan prokrastinasi akademik siswa yang akan diuji kebenarannya secara empiric melalui sebuah penelitian. Adapun judul penelitian ini adalah “Hubungan Kepercayaan Diri dan *Blocking* dengan Prokrastinasi Akademik”.

### **1.3. Rumusan Masalah**

Berdasarkan penjabaran latar belakang masalah di atas, maka yang menjadi pokok permasalahan dalam penelitian ini antara lain:

1. Apakah terdapat hubungan antara kepercayaan diri dengan prokrastinasi ?
2. Apakah terdapat hubungan antara *blocking* dengan prokrastinasi ?
3. Apakah terdapat hubungan antara kepercayaan diri dan *blocking* secara bersama-sama dengan prokrastinasi ?

#### **1.4. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui dan menganalisis hubungan kepercayaan diri dengan prokrastinasi.
2. Untuk mengetahui dan menganalisis hubungan *blocking* dengan prokrastinasi.
3. Untuk mengetahui dan menganalisis hubungan kepercayaan diri dan *blocking* dengan prokrastinasi.

#### **1.5. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis
  - a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan ilmu pengetahuan di bidang psikologi khususnya yang berkaitan dengan bidang psikologi sosial dan psikologi pendidikan.
  - b. Serta diharapkan penelitian ini dapat menambah informasi dan referensi mengenai kepercayaan diri dan *blocking* dengan prokrastinasi akademik siswa SMP Negeri 3 Hutabayuraja.

2. Manfaat Praktis

Memberi masukan-masukan kepada masyarakat terutama dalam ranah akademik, seperti:

- a. Sekolah (kepala sekolah)

Bagi sekolah dan kepala sekolah hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan sumbangan informasi tentang prokrastinasi yang diharapkan kepala sekolah dapat membuat suatu program sekolah yang dapat mengurangi bahkan mencegah terjadinya prokrastinasi di dalam sekolah. Sehingga siswa dapat mengembangkan kepribadian yang lebih baik disekolah sehingga bermanfaat bagi siswa.

- b. Sebagai acuan dan masukan bagi Guru bimbingan dan konseling dalam mengenal siswa prokrastinator, juga dalam memberikan layanan bimbingan akademik untuk mengurangi perilaku prokrastinasi di sekolah pada siswa. Penelitian ini juga sebagai acuan dan masukan bagi guru bimbingan dan konseling dalam pelayanan bimbingan perilaku di sekolah terkhusus dalam mengurangi tingkan perilakku prokrastinasi.
- c. Penelitian ini diharapkan mampu bermanfaat bagi siswa dalam kaitannya pada kepercayaan diri, *blocking* dan prokrastinasi
- d. Bagi orangtua hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan mengenai kepercayaan diri, *blocking* dan prokrastinasi akademik.
- e. Peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan bahan pertimbangan bagi peneliti lain yang akan melakukan penelitian, terutama penelitian yang mengambil tema yang sama dengan penelitian ini.

- f. Dan juga sebagai acuan untuk penyusunan program konseling siswa dalam hal meningkatkan kepercayaan diri (X1) dan *blocking* (X2) guna menangani prokrastinasi akademik (Y)



## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Prokrastinasi**

##### **2.1.1. Pengertian Prokrastinasi**

Prokrastinasi yang dalam Bahasa Inggris disebutkan *Procrastination* berasal dari bahasa Latin yang terdiri dari 2 kata yaitu “*Pro*” yang berarti mendorong maju atau bergerak maju dan “*crastinus*” yang berarti keputusan hari esok. Dan orang yang melakukan prokrastinasi disebut “*Procrastinator*”. Pada pembahasan sebelumnya di atas dalam latar belakang masalah bahwa banyak ahli yang berpendapat Prokrastinasi adalah suatu sikap atau tindakan penundaan. Penundaan bukan berarti dibatalkan. Mungkin hanya sekedar menunggu di waktu berikutnya untuk melakukan sesuatu. Secara keseluruhan mereka menyimpulkan tentang prokrastinasi yang kerap kali berfungsi sebagai tindakan yang bertujuan untuk mengulur waktu untuk melakukan kegiatan. Dan mereka mengulur waktu karena ada sebab. Baik itu untuk suatu alasan yang positif maupun negatif.

Menurut Axel Grund dan Stefan Fries, (2017:12) prokrastinasi merupakan suatu fenomena membingungkan yang mengandung teka-teki. Mengapa orang melawan tujuan baik mereka (misalnya, tidak melakukan apa yang mereka maksud untuk dilakukan) ? Pada makalah masa sekarang kita memperdebatkan banyak karakter misteri tentang prokrastinasi yang menghilang ketika motivasi lebih besar daripada kontrol kemauan sebagai kegagalan aturan diri yang dipertimbangkan. Kita juga memperdebatkan keyakinan normatif yang spesifik



tentang keinginan dari kegiatan-kegiatan pasti dan bentuk aktivitas pemahaman kita tentang prokrastiasi. Oleh sebab itu, analisis kami terdiri dari dua tingkatan yang berbeda. Pada tingkat individual, kami mengeksplorasi dasar motivasi prokrastinasi. Secara sederhana peneliti akan menelusuri bagaimana sebenarnya pandangan manusia tentang prokrastinasi, terkhusus pada siswa atau anak didik di sekolah. Apakah mereka menginginkan apa yang mereka maksud untuk dilakukan? ketika melakukan prokrastinasi apakah mereka diuntungkan atau justru malah mengalami musibah atau hal-hal negatif lainnya yang dapat merugikan diri mereka yang melakukan prokrastinasi.

Lebih lanjut lagi William Knaus (2010:75) menerangkan bahwa dalam membentuk kekuatan emosi anda ketika bereaksi terhadap kegelisahan, terganggu/terhalang, ketakutan, kepercayaan diri dan emosi-emosi lain yang tidak menyenangkan yang mengakibatkan prokrastinasi akan mengijinkan anda memahami ketegangan, tekanan dan frustrasi yang membuat jalan sepanjang hidup. Dari kalimat diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa ada banyak faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi termasuk kegelisahan, terganggu/terhalang, ketakutan dan kepercayaan diri. Dan aspek-aspek prokrastinasi adalah ketika seseorang mengalami ketegangan, tekanan dan frustrasi.

Setelah berprokrastinasi seseorang akan berhubungan dengan hal-hal lain, baik itu manusia, binatang, benda atau hal-hal lain yang dapat mempengaruhi tindakan prokrastinasi itu sendiri. Untuk hal yang berhubungan dengan prokrastinasi sebaiknya seorang yang melakukan prokrastinasi tidak mengganggu

atau merugikan hal-hal lain tersebut. Terkhusus untuk manusia yang berhubungan langsung dengan tindakan prokratinasi itu sendiri. Dalam Himpunan Psikologi Indonesia, (2010:35) pada bab IV Hubungan Antar Manusia dalam pasal 13 ayat 1 tentang Sikap Profesional disebutkan “mengutamakan dasar-dasar profesional”. Artinya seseorang sebaiknya bersikap bijaksana dalam melakukan segala hal yang berhubungan dengan kegiatan menunda-nunda sesuatu aktifitas. Seseorang yang melakukan prokrastinasi tidak seharusnya merugikan orang lain. Apalagi ketika dikaitkan dengan kajian Ilmu Sosiologi bahwa manusia saling membutuhkan satu sama lain. Mereka tidak dapat hidup sendiri, melainkan mereka harus hidup saling berdampingan. Oleh sebab itu mereka manusia sebaiknya bersikap profesional dengan manusia lainnya. Mereka harus juga mempertimbangkan apakah tindakan prokrastinasi yang dilakukan akan menguntungkan atau justru merugikan hal-hal yang lain khususnya manusia disekitarnya.

Jeff Davidson, (2004:102) mengatakan bahwa ketika situasi menjadi sangat rumit untuk diatasi, pergilah kepada seseorang yang terdidik dan terlatih secara profesional untuk membantu dengan antaran lain dengan berbagai jenis permasalahan. Para profesional ini mungkin meliputi, psikiater, psikolog, terapis dan konselor. Selain itu mereka juga menyimpulkan terdapat aspek Ekstrinsik dan Intrinsik yang juga dapat mempengaruhi Prokrastinasi.

### **2.1.2 Prokrastinasi Akademik.**

Prokrastinasi akademik adalah aksi penundaan yang dilakukan secara sukarela pada tugas akademik meskipun benar-benar diharapkan untuk ditunda

pada akhirnya (Daniel E. Gustavson dan Akira Miyake, 2017:1) Dari berbagai pendapat yang dikemukakan para ahli tentang prokrastinasi, dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi merupakan kecenderungan seseorang untuk menunda-nunda mengerjakan atau menyelesaikan tugas yang sedang dihadapi yang pada akhirnya akan mengakibatkan kecemasan karena pada akhirnya dia tidak dapat menyelesaikan tugas dengan tepat waktu dan maksimal atau bahkan gagal menyelesaikannya.

### **2.1.3 Aspek- Aspek yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik**

M. Nur Ghufron dan Rini Risnawita S (2016:46) menyebutkan beberapa faktor yang mempengaruhi akademik, antara lain:

a. Faktor intrinsik, yaitu faktor-faktor yang ada pada diri individu yang melakukan prokrastinasi, meliputi:

1. Kondisi rohani individu

Faktor dari dalam yang turut mempengaruhi prokrastinasi pada individu adalah keadaan hati nurani dan kondisi kesehatan seseorang.

2. Kondisi psikologis individu

Kepribadian khususnya ciri kepribadian *locus of control* mempengaruhi seberapa banyak orang melakukan prokrastinasi.

b. Faktor ekstrinsik, yaitu faktor-faktor yang terdapat diluar diri individu yang mempengaruhi prokrastinasi. Faktor-faktor tersebut antara lain:

1. Gaya pengasuhan orang tua.

Hasil penelitian menemukan bahwa tingkat pengasuhan otoriter ayah menyebabkan munculnya kecenderungan perilaku prokrastinasi.

## 2. Kondisi lingkungan

Prokrastinasi akademik lebih banyak dilakukan pada lingkungan yang rendah pengawasan dari pada lingkungan yang penuh pengawasan. Pergaulan siswa pun turut mempengaruhinya.

### 2.1.4. Faktor-Faktor yang mempengaruhi Prokrastinasi Akademik

Menurut William Knaus (2010:75) bahwa dalam membentuk kekuatan emosi anda ketika bereaksi terhadap kegelisahan, terganggu/terhalang, ketakutan, kepercayaan diri dan emosi-emosi lain yang tidak menyenangkan yang mengakibatkan prokrastinasi akan mengijinkan anda memahami ketegangan, tekanan dan frustrasi yang membuat jalan sepanjang hidup. Di samping itu faktor-faktor lain yang menyebabkan timbulnya prokrastinasi akademik, antara lain:

#### a. Problem Time Management

Manajemen waktu melibatkan prose menentukan kebutuhan (*determining needs*), menetapkan tujuan untuk mencapai kebutuhan (*goal setting*), memprioritaskan dan merencanakan (*planning*) tugas yang diperlukan untuk mencapai tujuan. Sebagian besar prokrastinator memiliki masalah dengan manajemen waktu. Steel menambahkan bahwa kemampuan estimasi waktu yang buruk dapat dikatakan sebagai prokrastinasi jika

tindakan itu dilakukan dengan sengaja.

b. Penetapan Prioritas

Hal ini penting agar kita bisa menangani semua masalah atau tugas secara runtut sesuai dengan kepentingannya. Hal ini tidak diperhatikan oleh siswa pelaku prokrastinasi, sebagai siswa prioritas mereka harusnya adalah belajar tapi nyatanya mereka lebih memilih aktifitas lain yang kurang bermanfaat bagi kelangsungan proses belajar mereka.

c. Karakteristik Tugas

Adalah bagaimana karakter atau sifat tugas sekolah atau pelajaran yang akan diujikan tersebut. Jika terlalu sulit, cenderung siswa akan menunda mengerjakan tugas atau menunda mempelajari mata pelajaran tersebut. Hal ini juga dipengaruhi motivasi baik intrinsik maupun ekstrinsik siswa.

d. Karakter Individu

Karakter disini mencakup kurang percaya diri, *moody* dan *irrational*. Orang yang cenderung menunda pekerjaan jika kurang percaya diri dalam melaksanakan pekerjaan tersebut ia takut terjadi kesalahan. Siswa yang berkarakter *moody* merupakan orang yang hampir sering menunda pekerjaan. Mereka memiliki pandangan bahwa suatu tugas harus diselesaikan dengan sempurna, sehingga dia merasa lebih aman untuk

tidak mengerjakannya dengan segera karena itu akan menghasilkan sesuatu yang kurang maksimal

Sebagai suatu perilaku penundaan, prokrastinasi akademik dapat termanifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati, ciri-ciri tersebut berupa:

- 1) *Perceived time*, seseorang yang cenderung prokrastinasi adalah orang-orang yang gagal menepati deadline. Mereka berorientasi pada masa sekarang dan tidak mempertimbangkan masa mendatang. Prokrastinator tahu bahwa tugas yang dihadapinya harus segera diselesaikan, tetapi ia menunda-nunda untuk mengerjakannya atau menunda menyelesaikannya jika ia sudah memulai pekerjaannya tersebut. Hal ini mengakibatkan individu tersebut gagal memprediksikan waktu yang dibutuhkan untuk mengerjakan tugas,
- 2) *Intention-action*. Celah antara keinginan dan tindakan. Perbedaan antara keinginan dengan tindakan senyatanya ini terwujud pada kegagalan siswa dalam mengerjakan tugas akademik walaupun siswa tersebut punya keinginan untuk mengerjakannya. Ini terkait pula dengan kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual. Prokrastinator mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu. seorang siswa mungkin telah merencanakan untuk mulai mengerjakan tugasnya pada waktu yang telah ia tentukan sendiri, akan tetapi saat waktunya sudah tiba dia tidak juga melakukan sesuatu sesuai dengan apa yang telah ia

rencanakan sehingga menyebabkan keterlambatan atau bahkan kegagalan dalam menyelesaikan tugas secara memadai,

- 3) *Emotional distress*, adanya perasaan cemas saat melakukan prokrastinasi. Perilaku menunda-nunda akan membawa perasaan tidak nyaman pada pelakunya, konsekuensi negatif yang ditimbulkan memicu kecemasan dalam diri pelaku prokrastinasi. Pada mulanya siswa tenang karena merasa waktu yang tersedia masih banyak. Tanpa terasa waktu sudah hampir habis, ini menjadikan mereka merasa cemas karena belum menyelesaikan tugas,
- 4) *Perceived ability*, atau keyakinan terhadap kemampuan diri. Walaupun prokrastinasi tidak berhubungan dengan kemampuan kognitif seseorang, namun keragu-raguan terhadap kemampuan dirinya dapat menyebabkan seseorang melakukan prokrastinasi. Hal ini ditambah dengan rasa takut akan gagal menyebabkan seseorang menyalahkan dirinya sebagai yang tidak mampu, untuk menghindari munculnya dua perasaan tersebut maka seseorang dapat menghindari tugas-tugas sekolah karena takut akan pengalaman kegagalan.

Istilah yang sering digunakan para ahli untuk membagi jenis-jenis tugas tersebut adalah prokrastinasi akademik dan non-akademik. Prokrastinasi akademik adalah jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik, misalnya tugas sekolah, tugas kursus dan tugas kuliah. Prokrastinasi non-akademik adalah penundaan yang dilakukan pada

jenis tugas non formal atau tugas yang berhubungan dengan kehidupan sehari-hari, misalnya tugas rumah tangga, tugas sosial, tugas kantor dan sebagainya.

Dalam hal ini yang menjadi subyek adalah siswa sekolah sehingga selanjutnya dalam penelitian ini yang dibahas adalah prokrastinasi akademik. Solomon dan Rothblum (dalam M. Nur Ghufron dan Rini Risnawita S, 2016:44) membagi enam area akademik dimana biasa terjadi prokrastinasi pada siswa. Enam area akademik tersebut, yaitu:

- 1) Tugas menulis, contohnya antara lain keengganan dan penundaan pelajar dalam melaksanakan kewajiban menulis makalah, laporan, dan tugas menulis lainnya.
- 2) Belajar menghadapi ujian, contohnya pelajar melakukan penundaan belajar ketika menghadapi ujian, baik ujian tengah semester, ujian akhir semester, kuis-kuis, maupun ujian yang lain.
- 3) Tugas membaca per minggu, contohnya antara lain penundaan dan keengganan pelajar membaca buku referensi atau literatur-literatur yang berhubungan dengan tugas sekolahnya.
- 4) Tugas administratif, meliputi penundaan pengerjaan dan penyelesaian tugas-tugas administratif, seperti menyalin catatan materi pelajaran, membayar SPP, mengisi daftar hadir (presensi) sekolah, presensi praktikum, dan lain-lain.
- 5) Menghadiri pertemuan, antara lain penundaan dan keterlambatan dalam masuk sekolah, praktikum dan pertemuan lainnya.



- 6) Tugas akademik pada umumnya, yaitu penundaan pelajar dalam mengerjakan atau menyelesaikan tugas-tugas akademik lainnya secara umum.

Prokrastinasi akademik merupakan suatu tindakan yang dilakukan siswa dalam konteks sekolah untuk menunda-nunda atau mengulur waktu untuk melakukan tugas-tugas akademiknya.

## **2. 2. Kepercayaan Diri**

### **2. 2. 1. Pengertian Kepercayaan Diri**

Kepercayaan diri yang dalam bahasa Inggris disebutkan sebagai *Self-Confidence* merupakan suatu tolak ukur yang menjadi panduan seseorang tentang seberapa besar orang tersebut dapat mengontrol emosinya. Tingkat kesabaran seseorang dapat mempengaruhi kepercayaan dirinya sendiri.

Menurut M. Nur Ghufro dan Rini Risnawita S (2016:43) kepercayaan diri adalah salah satu aspek kepribadian yang penting pada seseorang. Tanpa adanya kepercayaan diri akan banyak menimbulkan masalah pada diri seseorang. Kepercayaan diri merupakan atribut yang paling berharga pada diri seseorang dalam kehidupan bermasyarakat.

Kepercayaan diri juga merupakan sesuatu yang *urgen* untuk dimiliki setiap individu. Kepercayaan diri diperlukan baik oleh seorang anak maupun orangtua, secara individual maupun kelompok (Snyder, 1989:76)

Menurut Walid Selmi dkk, (2018:1) pada saat ini kita tertarik pada faktor-faktor psikologi yaitu kegelisahan dan Kepercayaan diri. Itu sudah didemonstrasikan bahwa dua faktor yang ditandai dengan penampilan pada jenis-jenis disiplin olahraga. Untuk beberapa kejuaraan para menurut pengakuan atlet bahwa faktor kecemasan dan keyakinan diri sangat mempengaruhi kejuaraan mereka sendiri. Karena itulah pada cabang olahraga terdapat mata kuliah psikologi. Artinya juga bahwa dalam kehidupan sehari-hari kegiatan manusia tidak lepas aktivitas yang kepercayaan diri dan kecemasan yang saling berhubungan.

### **2.2.2. Aspek-Aspek yang mempengaruhi Kepercayaan Diri**

Dibawah ini merupakan beberapa aspek yang mempengaruhi kepercayaan diri (Herbert Benson dan William Proctor, 2000:5), yaitu ketika:

- a. menerima informasi
- b. menganalisis informasi
- c. melakukan tindakan
- d. melakukan evaluasi terhadap tindakan tersebut.

Secara garis besar ketika seseorang mengalami kecemasan maka tingkat kepercayaan dirinya akan berkurang. Begitu juga dengan kemungkinan untuk melakukan prokrastinasi. Tindakan prokrastinasi senantiasa dilakukan seseorang yang kerap kali merasa kurang percaya diri terhadap dirinya sendiri. Seiring berjalannya waktu orang tersebut akan menunda-nunda pekerjaan yang sudah direncanakan. Terutama bagi peserta didik, terkhusus pada anak didik Sekolah Menengah Pertama. Pada masa anak sekolah, tingkat kepercayaan diri seorang

anak sangat mudah terpengaruhi, hal ini juga mempengaruhi control diri (*self Control*). Untuk mengontrol diri masing masing, seorang anak senantiasa harus memiliki kemampuan untuk mengontrol dirinya masing-masing. Agar dalam melakukan sesuatu seorang siswa dibekali dengan tingkat kepercayaan diri dari yang dapat membawa anak didik tersebut menjadi lebih baik di sekolah tentunya.

### **2.2.3. Faktor-Faktor yang mempengaruhi Kepercayaan Diri**

Perpaduan antara teknik tanggapan relaksasi dan sistem keyakinan pribadi ini disebut dengan “Faktor Keyakinan” (*Faith Factor*). Hal ini bukan sama sekali konsep yang secara keseluruhan orisinil; namun merupakan semacam “paket” baru yang berisi dua perangkat spiritual yang kuat namun tidak asing lagi yaitu:

- a. meditasi
- b. keyakinan-keyakinan filosofis dan religious yang dipegang dengan teguh.

Secara jelas penelitian ini akan membahas fokus pada tingkat kepercayaan diri seorang anak didik yang dapat mempengaruhi tindakan penundaan (prokrastinasi). Dan peneliti juga akan menemukan apakah ada hubungan antara kepercayaan diri dengan prokrastinasi. Selain itu penelitian ini juga tidak lepas dari tujuan awal peneliti yaitu untuk meneliti seberapa besar kepercayaan diri seseorang dapat mempengaruhi prokrastinasi itu sendiri.

### **2.3. *Blocking***

#### **2.3.1. Pengertian *Blocking***

Menurut Robert (1996:20) *Blocking* berarti macet atau menjadi sibuk pada sebuah poin pergantian yang sulit (misalnya, ketika memulai atau mengakhiri proyek utama), biasanya karena untuk menghindari kecemasan dan ketidakpastian, sering karena tugas dievaluasi secara umum atau karena pembuat tugas tidak disukai. Pada praktek yang umum, Prokrastinasi dan *Blocking* saling melengkapi dan tidak dapat dipisahkan, meskipun siswa dan partisipan masih menginginkan kedua hal tersebut terpisah. Dalam hal ini disebutkan bahwa siswa atau partisipan mendapat sesuatu dari faktor eksternal yang akan mempengaruhi mereka untuk melakukan sesuatu atau tidak.

Ketika seseorang mengalami masalah atau halangan yang diakibatkan oleh orang lain maka orang tersebut dikatakan mengalami *blocking* (Snyder, 1999:2). *Blocking* juga merupakan faktor Eksternal pada manusia yang dapat mempengaruhi kepribadian, dan perilaku seseorang. Biasanya seseorang merasa terhalang karena ada gangguan dari luar dirinya yang mana gangguan tersebut sebenarnya sesuatu hal yang seharusnya dianggap baik oleh seseorang tersebut, terutama bagi anak didik. Dalam contoh kasus, seseorang siswa yang merasa tidak nyaman dengan dengan gurunya maka untuk kedepannya senantiasa siswa tersebut tidak akan tertarik untuk mengikuti pelajaran yang diberikan gurunya tersebut.

### 2.3.2. Aspek-Aspek yang Mempengaruhi *Blocking*

Kemudian dia tidak akan mendapatkan pelajaran dengan baik dari gurunya. Dari contoh kasus diatas disebutkan bahwa seorang siswa sudah mengalami *blocking* itu sendiri. Artinya bahwa anak didik tersebut merasa terhalang dengan keadaan gurunya yang mungkin membosankan. Dan kemungkinan besar situasi dan kondisi tersebut akan memicu siswa untuk melakukan prokrastinasi atau tindakan penundaan. Kemudian menurut Robert Davidson, (1996:20) secara sederhana beberapa aspek dibawah ini akan dapat mempengaruhi *blocking* pada diri seseorang itu sendiri.

- a. rumah
- b. sekolah
- c. lingkungan

Menurut Johnk. Kruschke and Nathanielj. Blair (2000:1). Pernyataan tersebut diatas menyatakan bahwa pembelajaran yang kurang setelah mengalami *blocking* tidak dapat dihitung dengan toeri yang disampaikan oleh Rescorla-Wager yang secara model sangat jarang mengalami kesenjangan dalam pembelajaran tentang sebuah isyarat yang berlebihan, atau tidak juga dapat dihitung dengan tingkat keberadaan model Rescorla-Wagner yang di desain untuk menyampaikan blocking yang belakangan dalam merumuskan isyarat-isyarat dengan nilai-nilai negatif. Hasil yang diprediksikan dengan hipotesis yang orang pelajari tidak untuk dihadapkan pada isyarat Blocking.

### **2.3.3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Blocking***

kehidupan sehari-hari seseorang yang mengalami *blocking* dan seseorang yang berhubungan langsung dengan aktivitas *blocking* sejak awal sudah menunjukkan tanda-tanda atau isyarat dalam proses *blocking* tersebut. Misalnya pada contoh kasus yang sudah dijelaskan diatas bahwa seseorang yang merasa terganggu atau terhalang dengan sesuatu maka seseorang tersebut akan menunjukkan tindakan-tindakan yang menandakan seseorang tersebut merasa terhalang/*blocking*. Adapun hal lain yang dapat mempengaruhi *blocking* dan juga sekaligus menjadi faktor-faktor yang mempengaruhi antara lain:

- a. Faktor fisik
- b. Faktor Psikologi.

Pada kesempatan ini selanjutnya seseorang tersebut akan digantikan dengan siswa-siswi sekolah menengah pertama. Terkhusus pada siswa-siswi kelas VII SMP Negeri 3 Hutabayuraja Kabupaten Simalungun.

### **2.4. Hubungan Kepercayaan Diri dengan Prokrastinasi.**

Ketika berperilaku seorang siswa dapat bertindak diluar pemikiran kita. Karena itu disebutkan pada penjelasan sebelumnya bahwa anak didik memiliki isyarat-isyarat yang menandakan anak didik tersebut sedang mengalami sesuatu. Beberapa peneliti juga menjelaskan bahwa tingkat kepercayaan diri seseorang dapat mempengaruhi tindakan orang tersebut selanjutnya.

Terdapat banyak faktor faktor diri yang mempengaruhi manusia untuk melakukan prokrastinasi. Salah satunya adalah kepercayaan diri. Menurut M. Nur

Ghufron dan Rini Risnawita S (2016) kepercayaan diri adalah salah satu aspek kepribadian yang penting pada seseorang. Tanpa adanya kepercayaan diri akan banyak menimbulkan masalah pada diri seseorang. Kepercayaan diri merupakan atribut yang paling berharga pada diri seseorang dalam kehidupan bermasyarakat. Dikarenakan dengan kepercayaan diri, seseorang mampu mengaktualisasikan segala potensi dirinya. Kepercayaan diri juga merupakan sesuatu yang *urgen* untuk dimiliki setiap individu. Kepercayaan diri diperlukan baik oleh seorang anak maupun orangtua, secara individual maupun kelompok.

Pada awalnya seseorang mengalami banyak pengalaman yang merupakan aspek aspek dari efikasi diri itu sendiri yang telah disebutkan diatas, antara lain: 1) Pengalaman keberhasilan (*mastery experience*), 2) Pengalaman orang lain (*vicarious experience*), 3) Persuasi verbal (*verbal persuasion*), 4) Kondisi fisiologis (*physiological state*). Dengan adanya pencapaian pengalaman atas aspek-aspek efikasi diri tersebut, seseorang akan mengkalkulasikan keseluruhan hal-hal tersebut kedalam sebuah keyakinan dan kepercayaan untuk melakukan atau tidak melakukan sesuatu (Ghufron, M. Nur, dan Rini Risnawita S, 2016:40).

*Self-Confidence* dan *Self-Efficacy* sangat memiliki hubungan erat, keduanya saling berkaitan. Hal itu dapat terjadi karena pada dasarnya disebutkan bahwa baik itu *self-confidence* dan *self-efficacy* memiliki persamaan arti yang sangat signifikan. *Self confidence* secara mendasar hanya mencakup dirinya sendiri, artinya *self confidence* tersebut cakupannya lebih sempit. Hanya pada mengacu pada diri sendiri. Sementara *self-efficacy* merupakan tingkat

kepercayaan diri seseorang yang terdapat pada diri seseorang yang pada umumnya terjadi karena ada faktor eksternal. Faktor yang mempengaruhi *self-efficacy* tersebut karena adanya faktor bantuan atau pengalaman orang lain. Namun pada kesempatan ini, peneliti hanya fokus pada *self-confidence* terhadap pengaruhnya pada Prokrastinasi.

## **2.5. Hubungan *Blocking* dengan Prokrastinasi**

Robert (1996:83) menyatakan bahwa seseorang yang berprokrastinasi juga mendapat pengaruh dari luar diri mereka sendiri. Karena itu dalam banyak kasus juga disebutkan bahwa seorang siswa juga harus sebaiknya menyukai guru kemudian akan menyukai pelajaran yang diajarkan guru tersebut. Pengaruh ketertarikan terhadap gurunya itu sendiri akan menentukan apakah siswa atau anak didik akan melakukan suatu tugas dan pekerjaan atau malah menunda-nunda (prokrastinasi) pekerjaan yang diberikan. Sebaliknya guru sebagai pendidik juga harus menata dirinya dan sistem pengajarannya dalam kurikulum agar siswa merasa senang dan suka mengikuti pelajaran yang diberikan guru, dan bahkan Karena ketertarikan tersebut seorang siswa tidak akan menjadi Prokrastinator.

Prokrastinasi menyediakan contoh sebuah situasi yang paling sederhana yang mana didalamnya terdapat penilaian salah yang berulang-ulang karena sesuatu yang tidak beralasan tentang kerugian dan keuntungan terhadap orang lain (George, 1991:4). Dengan kata lain dalam pengertian diatas seorang siswa diharapkan memiliki jiwa besar untuk segala sesuatu terhadap kejadian atau pengalaman yang didapatkan. Untuk sebuah kasus yang dianggap merugikan



seorang siswa sebaiknya siswa tersebut selalu berfikir positif untuk penilaian yang dialami, karena ketika para siswa berfikir buruk terhadap suatu kejadian maka mereka cenderung akan melakukan prokrastinasi. Kemudian hal tersebut mungkin akan berdampak buruk juga untuk kehidupannya secara umum dan di dalam pendidikannya di sekolah secara khusus.

Berdasarkan pernyataan diatas secara garis besar dapat disimpulkan seseorang yang mengalami *blocking* adalah seseorang yang memiliki potensi besar untuk melakukan prokrastinasi. Namun untuk alasan yang ilmiah peneliti tidak dapat dengan gampang menyimpulkan seperti pernyataan diatas, karena itu dalam penelitian ini para peneliti akan menguji pernyataan tersebut diatas.

## **2.6. Hubungan Kepercayaan Diri, Blocking dengan Prokrastinasi Akademik**

Berdasarkan hasil survey singkat sementara yang dilakukan di SMP Negeri 3 Hutabayuraja Kabupaten Simalungun, penulis sudah menyimpulkan bahwa hal-hal yang dapat mempengaruhi prokrastinasi, antara lain Kepercayaan diri dan *Blocking*. Kedua faktor tersebut diatas dapat mempengaruhi anak didik untuk melakukan prokrastinasi, dan tidak menutup kemungkinan juga untuk tidak melakukan prokrastinasi itu sendiri.

Dalam ini pokok permasalahan yang diterangkan bahwa kepercayaa diri dan *Blocking* cenderung memiliki banyak persamaan, yaitu keduanya memiliki arti yang digambarkan secara garis besar sebagai keyakinan atau kepercayaan diri dalam pribadi manusia. Kemudian pada pembahasan sebelumnya diatas juga dijelaskan bahwa keyakinan/kepercayaan diri seseorang untuk melakukan sesuatu

lebih kompleks jika dibandingkan dengan keadaan Terhalang/macet (*blocking*). Artinya bahwa keadaan Terhalang/macet akan menghasilkan sebuah kepercayaan diri yang kurang.

Model prokrastinasi yang terbaru mempengaruhi masalah kontrol diri (*self-control*) yang menganggap bahwa seorang yang melakukan prokrastinasi hanya menetapkan satu pilihan dan tidak menyadari tentang masalah control dirinya sendiri. Mereka juga mengembangkan sebuah model dimana seorang memilih formasi sebuah menu pilihan-pilihan dan secara parsial menyadari masalah control dirinya sendiri. Model menu ini menunjukkan hasil yang terdekat dan menggeneralisasikan sesuatu yang baru. Seseorang yang mungkin membatalkan untuk melengkapi sebuah pilihan atraktif karena dia berencana untuk melengkapi sebuah pilihan yang lebih atraktif melainkan pilihan yang tidak pernah dilengkapi. Karena itu, dengan menghadirkan sebuah pilihan yang tidak melakukan prokrastinasi dapat mempengaruhi prokrastinasi itu sendiri, dan seseorang mungkin melakukan prokrastinasi untuk lebih mengejar sesuatu hal yang penting daripada hal yang penting (Ted O'Donoghue dan Mathew Rabin, 2013:1).

Pada hakikatnya prokrastinasi tidak serta merta diartikan sebagai sesuatu hal yang buruk, melainkan juga untuk kebaikan positif juga. Karena prokrastinator (orang yang melakukan prokrastinasi) tidak selamanya melakukan prokrastinasi tersebut karena malas atau lupa atau dengan kata lain penundaan yang dilakukan merupakan keburukan. Melainkan seseorang juga berprokrastinasi untuk menghindari sesuatu yang buruk yang mungkin akan dihadapi orang tersebut jika

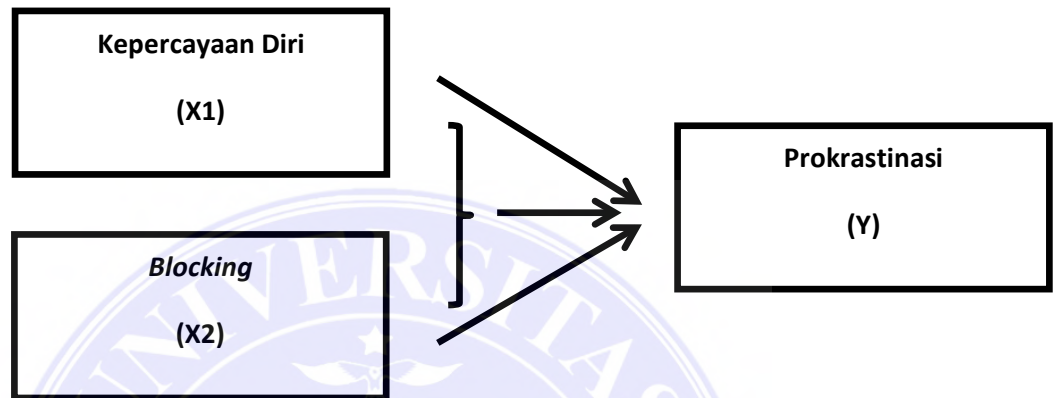
tidak berprokrastinasi. Karena itulah sejak seseorang atau anak didik memiliki kepercayaan diri terhadap sesuatu dan orang tersebut tidak merasa terganggu dengan hal-hal lain, maka prokrastinasi atau penundaan tidak akan terjadi.

## **2.7. Kerangka Konseptual**

Proses pembelajaran di SMP secara umum membentuk peserta didik di sekolah yang dilakukan oleh guru, baik guru mata pelajaran, guru praktik maupun guru pembimbing. Guru mata pelajaran pada umumnya tidak sempat untuk memperhatikan aspek kepribadian secara menyeluruh karena tuntutan materi dalam kurikulum yang harus dipenuhi, dengan kata lain guru mata pelajaran biasanya hanya memperhatikan aspek kognitif dan psikomotor, serta afektif khusus terkait dengan mata pelajarannya saja. Agar dapat membentuk pribadi peserta didik secara menyeluruh, maka menjadi tugas guru pembimbing melalui layanan bimbingan dan konseling. Agar layanan bimbingan dan konseling dapat optimal diperlukan kinerja guru pembimbing yang baik. Kemudian anak didik yang memiliki banyak kegelisahan akan mempengaruhi tingkat kepercayaan dirinya. Selanjutnya jika siswa tersebut mengalami ketidakcocokan terhadap gurunya maka siswa tersebut juga akan mengalami ketidak tertarik terhadap sesuatu yang berhubungan dengan pelajarannya di sekolah dan kemudian siswa tersebut akan cenderung berprokrastinasi.

Dalam penelitian ini diduga bahwa kepercayaan diri dan *blocking* memiliki pengaruh penting terhadap prokrastinasi di sekolah. Oleh karena itu, bentuk kerangka konseptual dibawah ini dapat dilihat bahwa Kepercayaan diri

mempunyai hubungan dengan prokrastinasi akademik siswa, *Blocking* mempunyai hubungan dengan prokrastinasi akademik siswa serta kepercayaan diri dan *Blocking* mempunyai hubungan dengan prokrastinasi akademik.



## 2.8. Hipotesis

Pada penelitian ini dikemukakan hipotesis sebagai berikut :

1. Ada hubungan yang positif antara kepercayaan diri dengan prokrastinasi
2. Ada hubungan yang positif antara *blocking* dengan Prokrastinasi
3. Ada hubungan yang positif antara kepercayaan diri dan *blocking* secara bersama-sama dengan Prokrastinasi.

## **BAB III**

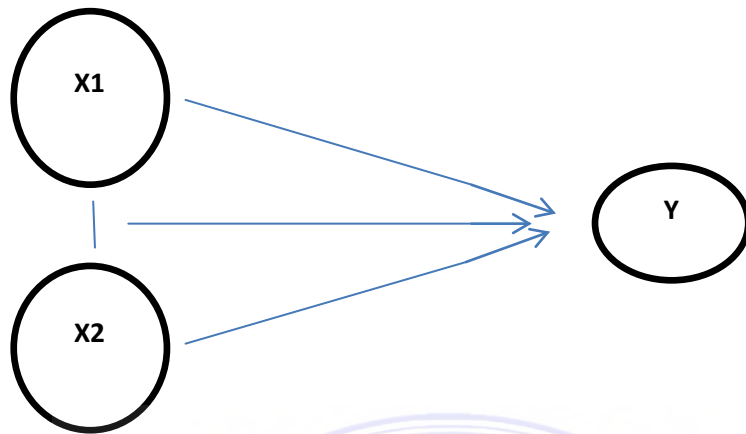
### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1. Desain Penelitian**

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode analisis kuantitatif dengan pendekatan korelasional antara 2 variabel yaitu kepercayaan diri (x1) dan Blocking (x2) dengan variabel terikat yaitu Prokrastinasi akademik (y). Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan kepercayaan diri dan Blocking dengan Prokrastinasi pada SMP Negeri 3 Hutabayuraja. Penelitian ini menekankan analisisnya pada data numerikal atau angka yang diperoleh dengan metode statistik serta dilakukan pada penelitian inferensial atau dalam rangka pengujian hipotesis sehingga diperoleh signifikansi hubungan antara variabel yang diteliti, Sugiyono (2011:123). Metode ini juga menekankan analisis pendekatan korelasional yang menghubungkan antara variabel terikat dan bebas.

Penelitian ini adalah suatu proses yang dimulai dengan observasi berupa pengalaman pendahuluan terhadap fenomena-fenomena dalam prokrastinasi dalam bentuk pengumpulan data awal. Selanjutnya pengkajian teori dan formulasi kerangka teori, pengajuan hipotesis, analisis dan diakhiri dengan kesimpulan.

Berdasarkan pendekatan penelitian yang digunakan maka desain penelitian dapat digambarkan sebagai berikut



### **3.2. Tempat dan Waktu Penelitian**

#### **3.2.1. Tempat Penelitian**

Penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 3 Hutabayuraja Kabupaten Simalungun. Adapun alasan, pemilihan lokasi ini karena banyaknya siswa. Masih banyak siswa kurang memahami bagaimana memahami *self-confidence*, *blocking*, dan *procrastination*. Selain itu, SMP Negeri 3 Hutabayuraja dapat menjadi representasi dari siswa-siswa yang memiliki kurikulum terbaik lainnya di kabupaten Simalungun. Adapun alasan pemilihan lokasi tersebut adalah masih ditemukannya perilaku prokrastinasi yang tinggi sehingga peneliti ingin melakukan penelitian di SMP Negeri 3 Hutabayuraja.

#### **3.2.2. Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilakukan selama 2 bulan yaitu pada semester ganjil 2018-2019 dimulai dari bulan Juli sampai dengan agustus. Adapun tahap penelitiannya dilakukan dengan cara survey awal sebagai berikut :

**Tabel.3.2.2 Tahap Penelitian**

<b>TAHAP PENELITIAN</b>
1. Uji Coba alat ukur
2. Pengumpulan data
3. Pengolahan data
4. Penulisan laporan hasil tesis

### **3.3. Identifikasi Variabel**

Variabel yang diteliti terdiri dari dua variabel bebas yaitu lingkungan kepercayaan diri (X1) dan *blocking* (X2) serta satu variabel terikat yakni prokrastinasi (Y).

### **3.4. Definisi Operasional**

Definisi operasional ini dilakukan untuk menghindari kesalahpahaman mengenai data yang akan dikumpulkan dan untuk menghindari kesesatan alat pengumpulan data.

1. Variabel terikat adalah Prokrastinasi yaitu perilaku penundaan yang dilakukan seseorang yang diakibatkan oleh banyak faktor-faktor yang dikemukakan oleh William Knaus yang saling berhubungan. Faktor-faktor tersebut antara lain kecemasan, kontrol diri, keyakinan diri (*self confidence*), *blocking* dan lain-lain.
2. Kepercayaan diri adalah keyakinan akan sesuatu yang dimiliki seseorang untuk dijadikan dasar dalam tindakan selanjutnya. Kepercayaan diri

biasanya diartikan sebagai suatu yang positif dalam melakukan tugas dan tanggungjawab masing-masing

3. *Blocking* merupakan segala sesuatu yang timbul akibat adanya respon atas stimulus yang diberikan seseorang. Seseorang akan mendapatkan sesuatu atas tindakan orang lain. Dan tindakan orang lain itu pada umumnya mengganggu pikiran dan akan membuat seseorang akan merasa terganggu atau terhalang dengan orang yang memberi tindakan tersebut. Sehingga seseorang yang mengalami *blocking* akan merasa tidak nyaman dengan orang lain di sekitarnya.

### **3.5. Populasi dan Sampel**

#### **3.5.1. Populasi**

Populasi adalah wilayah generalisasi sebagai sumber data. Menurut Sugiono (2011) “Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya”. Adapun populasi dalam penelitian ini adalah Siswa-siswi kelas VIII dan IX SMP Negeri 3 dengan jumlah 282 orang.

**Tabel 3.5.1**

**Data siswa Kelas VIII dan IX SMP Negeri 3 Hutabayuraja**

<b>Kelas</b>	<b>Laki-laki</b>	<b>Perempuan</b>	<b>Jumlah</b>
VIII	<b>51</b>	<b>85</b>	<b>137</b>
IX	<b>43</b>	<b>70</b>	<b>145</b>
<b>jumlah</b>			<b>282</b>



### 3.5.2. Sampel

Pemilihan besaran sampel dilakukan dengan metode yang dikemukakan oleh Slovin. Rumus di bawah ini digunakan untuk menghitung jumlah sampel berdasarkan jumlah murid di tiap kelas dan dari jumlah dan dari jumlah tersebut dicapai jumlah total sampel. Adapun rumus yang digunakan dengan formula sebagai berikut :

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

Maka dari rumus formula yang dikemukakan oleh slovin diatas terdapat sampel yang akan digunakan menjadi subjek penelitian sebanyak 165 siswa. Kemudian dalam dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik *probability sampling* yakni teknik pengambilan sampel yang memberikan peluang yang sama bagi setiap unnsur (anggota) populasi untuk dipilih menjadi anggota sampel. Ada tiga cara untuk mendapatkan sampel yang representative pada teknik sampel random, yaitu melalui undian, cara ordinal dan dengan menggunakan tabel bilangan random (Winarsunu, 2009).

Penelitian memilih untuk menggunakan cara undian yang dilakukan dengan cara mengumpulkan semua nama siswa kelas VIII dan IX di SMP Negeri 3 Hutabayuraja kemudian mengundinya.

### 3. 6. Metode Pengumpulan Data

Tabel 3.6.

#### Skor Skala Likert

No	Jawaban	Skor Favorable	Skor Unfavorabel
1	Sangat Setuju (SS)	4	1
2	Setuju (S)	3	2
3.	Tidak Setuju (TS)	2	3
4.	Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

#### 3.6.1. Skala Prokrastinasi Akademik

Untuk mengungkap *procrastination* pada siswa, digunakan 2 aspek yang mendorong timbulnya dan sekaligus mempengaruhi prokrastinasi menurut M. Nur Ghufron dan Rini Risnawita S (2016:46), yaitu:

- a. Aspek ekstrinsik terdiri dari guru, teman, dan faktor lingkungan lainnya.
- b. Aspek intrinsik terdiri dari keinginan, nafsu, pikiran dan faktor internal lainnya yang berasal dari dalam diri sendiri.

Tabel 3.6.1. *Blue print* Skala Prokrastinasi

NO.	Aspek	Nomor Item		Jlh
		<i>Favorable</i> (1-4)	<i>Unfaforable</i> (4-1)	
1.	Aspek ekstrinsik terdiri dari guru, teman, dan faktor lingkungan lainnya.	3,4,6,8,9,12,14,16,29,30	1,5,17,20,21,23,25,27,28	19

2.	Aspek intrinsik terdiri dari keinginan, nafsu, pikiran dan faktor internal lainnya yang berasal dari dalam diri sendiri.	2,7,10,11,22	13,15,18,19,24, 26	11
Jumlah				30

Skala yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala model Likert yang dimodifikasi. Modifikasi yang dilakukan adalah dengan tidak mengikutsertakan pilihan jawaban N (Netral) dengan alasan untuk menghindari kecenderungan subyek memilih pada satu jawaban alternatif N (netral) yang berarti tidak dapat menentukan pilihan jawaban. Menurut Hadi (1993), Skala Likert merupakan skala yang paling banyak digunakan, karena skala ini dapat dinilai setuju atau tidak setuju. Penilaian antara setuju dengan tidak setuju dapat dibagi menjadi empat kategori. Sedang bentuk pernyataannya dapat dikelompokkan menjadi 2 (dua), yaitu pernyataan yang favorable dan pernyataan yang unfavorable. Self Confidence dan Blocking menggunakan sistem penilaian keempat kategori tersebut untuk pernyataan yang favourable, yaitu: sangat setuju (SS) nilai 4, setuju (S) nilai 3, tidak setuju (TS) ,sangat tidak setuju (STS) nilai 1. Kemudian untuk pernyataan unfavourable, yaitu: sangat setuju (SS) nilai 1, setuju (S) nilai 2, tidak setuju (TS) nilai 3, sangat tidak setuju (STS) nilai 4. Sedangkan untuk skala kinerja guru bimbingan dan konseling untuk pernyataan favourable yaitu: Selalu (SL) = 4, Sering (SR) = 3, Kadang-Kadang (KD) = 2, dan Tidak Pernah (TP) = 1. Kemudian untuk pernyataan unfavourable yaitu: Selalu (SL) = 1, Sering (SR) = 2, Kadang-Kadang (KD) = 3, dan Tidak Pernah (TP) = 4

### 3.6.2. Skala Kepercayaan Diri

Skala kepercayaan diri menggunakan empat indikator yang dikemukakan oleh Herbert Benson dan William Proctor, (2000:5), yakni Menerima informasi, menganalisis informasi, melakukan tindakan, melakukan evaluasi terhadap tindakan. Berdasarkan indikator-indikator tersebut, disusunlah blue print angket kinerja guru bimbingan dan konseling sebagai berikut.

**Tabel 3.6.1 Blue Print Skala kepercayaan diri**

Adapun kisi-kisi/blueprint dari skala prokrastinasi akademik secara rinci dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

NO	Faktor	Indikator	Nomor Item		Jlh
			<i>Favorable</i> (1-4)	<i>Unfavorable</i> (4-1)	
1.	Kepercayaan diri	1. Menerima informasi	1,4,16	7,12,29	6
		2. Menganalisis informasi	3,10	17,18,23	5
		3. Melakukan tindakan	2,6,9,22,25	11,21,26	8
		4. Melakukan evaluasi terhadap tindakan	5,8,13,15,24,27	14,19,20,28,30	11
Jumlah					30

### 3.7. Skala *Blocking*

Angket *blocking* menggunakan tiga indikator yang dikemukakan oleh Robert Davidson, (1996:20) yang dapat mempengaruhi seseorang (siswa) yakni Sekolah, Rumah dan Lingkungan. Berdasarkan indikator-indikator tersebut, disusunlah blue print angket *Blocking* sebagai berikut:

**Tabel 3.6.2. Blue Print Skala *blocking***

NO.	Aspek <i>Blocking</i>	Nomor Item		Jlh
		<i>Favorable</i> (1-4)	<i>Unfavorable</i> (4-1)	
1.	Sekolah	2,7,9,12,	18,19,28,30	8
2.	Rumah	1,3,13,14, 24	6,11,22	8
3.	Lingkungan	4,5,8,15,20,23,26,29	10,16,17,21,25,27	14
Jumlah				30

### 3.7. Uji Validitas dan Reliabilitas

#### 3.7.1. Uji Validitas.

Uji validitas sangatlah penting untuk dilakukan baik untuk penelitian kuantitatif maupun kualitatif. Tanpa diadakannya uji validitas, maka penelitian tersebut tidaklah efektif. Sebuah instrumen dikatakan valid apabila dapat mengungkap data dari variabel yang diteliti secara tepat. Tinggi rendahnya validitas instrumen menunjukkan sejauh mana data yang terkumpul tidak menyimpang dari gambaran validitas yang dimaksud. Untuk uji validitas

instrumen dalam penelitian ini menggunakan korelasi produk moment adalah sebagai berikut (Sugiono, 2011)

$$r_{xy} = \frac{N\sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{(N\sum X^2 - (\sum X)^2)(N\sum Y^2 - (\sum Y)^2)}}$$

Keterangan:

$r_{xy}$	= koefisien korelasi antara butir soal dan total soal
$\sum X$	= jumlah butir soal
$\sum Y$	= jumlah total soal
$\sum XY$	= nilai hasil kali jumlah butir soal dengan total soal
$\sum X^2$	= jumlah kuadrat skor butir soal
$\sum Y^2$	= jumlah kuadrat skor total soal
$N$	= jumlah responden atau banyaknya sampel

Syarat valid apabila  $r_{hitung} > r_{tabel}$  pada taraf signifikan ( $\alpha = 0,05$ ) maka instrumen itu dianggap valid dan jika  $r_{hitung} < r_{tabel}$  maka instrumen dianggap tidak valid.

### 3.7.2. Uji Reliabilitas

Untuk menguji reliabilitas angket dilakukan dengan menggunakan rumus formula alpha, yaitu: (Arikunto, 2006)

$$r_{11} = \left[ \frac{k}{(k-1)} \right] \left[ 1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_t^2} \right]$$

Keterangan :

$r_{11}$  = reliabilitas instrumen

$k$  = banyaknya butir pertanyaan atau banyaknya soal

$\sum \sigma_b^2$  = jumlah varians butir

$\sigma_t^2$  = varians total

Dengan kriteria pada taraf signifikan ( $\alpha = 0,05$ ), jika *rhitung* > *rtabel* maka soal angket secara keseluruhan tergolong reliabel. Dengan demikian sebaliknya jika *rhitung* < *rtabel* maka soal angket secara langsung tergolong tidak reliabel. Proses analisis menggunakan bantuan program SPSS Windows 21.0.

### 3.8. Prosedur Penelitian

#### 3.8.1 Tahap Administrasi

Tahap persiapan penelitian meliputi : membuat perumusan masalah, menentukan variabel penelitian, membuat studi pustaka agar diperoleh landasan teori yang tepat dari variabel penelitian, menentukan dan menyusunserta menyiapkan alat ukur yang akan digunakan dalam penelitian, menentukan lokasi penelitian dan waktu penelitian dan pengurusan administrasi yang dilakukan

dengan mengajukan surat izin penelitian dari Program Pascasarjana Universitas Medan Area.

### **3.8.2 Tahap Pelaksanaan Penelitian**

Pada tahap ini pelaksanaan penelitian direncanakan setelah disetujuinya seminar proposal tesis dan setelah itu penelitian baru dilaksanakan di SMP Negeri 3 Hutabayuraja Kabupaten Simalungun.

Adapun urutan pelaksanaan penelitian tersebut adalah sebagai berikut :

1. Mengurus perijinan penelitian. Dimana peneliti menyiapkan surat ijin penelitian dari Pascasarjana Universitas Medan Area, untuk diberikan kepada SMP Negeri 3 Hutabayuraja Kabupaten Simalungun. Jadwal Penelitian disesuaikan dengan kegiatan yang ada di SMP Negeri 3 Hutabayuraja Kaabupaten Simalungun agar tidak mengganggu proses belajar mengajar.
2. Melakukan Uji coba ( *Try Out* ) Alat Ukur Penelitian, dimana uji coba instrumen dilakukan untuk menyeleksi aitem- aitem mana saja yang valid dan reliabel agar dapat digunakan dalam penelitian.
3. Setelah mendapatkan aitem- aitem yang sebelumnya telah diuji validitasnya dan reliabel. Penelitian dilakukan dengan menyebarkan skala *Self efficacy*, konformitas dan prokrastinasi akademik. Angket diberikan kepada seluruh siswa kelas VIII dan IX yang berjumlah 165 siswa. Penelitian dilakukan pada tanggal 27 Juli 2018



### 3.8.3. Tahap Laporan

Setelah dilakukan pengolahan data dan analisis data, maka langkah selanjutnya adalah memberikan laporan hasil penelitian untuk dapat diuji sebagai bahan uji penelitian.

### 3.9. Teknik Analisis Data

Data Teknik analisis data dalam penelitian ini adalah analisis kuantitatif, dimana dalam analisis kuantitatif analisis datanya menggunakan statistik. Kemudian uji hipotesis dalam penelitian menggunakan analisis regresi dua prediktor, dimana yang menjadi prediktor pertama (X1) adalah kepercayaan diri dan prediktor kedua (X2) adalah *Blocking*, sedangkan yang menjadi kriterium (Y) adalah *Procrastination*. Kedua variabel bebas ini akan diuji secara bersamaan, sehingga dapat dilihat pengaruhnya terhadap variabel terikat. Pengujian ini menggunakan rumus sebagai berikut: (Sugiono, 2011)

$$Y = a + b_1 X_1 + b_2 X_2$$

Keterangan :

- Y = Variabel terikat (Y)
- X1 = Variabel bebas pertama (X1)
- X2 = Variabel bebas kedua (X2)
- b1,b2 = Koefisien regresi
- a = Konstanta

### **3.9.1 Uji Normalitas**

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data yang terkumpul berdistribusi normal atau tidak. Dengan uji normalitas akan diketahui sampel yang diambil berasal dari populasi yang berdistribusi normal atau tidak. Apabila pengujian normal, maka hasil perhitungan statistik dapat digeneralisasi pada populasinya. Uji normalitas dilakukan dengan baik secara manual maupun menggunakan komputer program SPSS. Dalam penelitian ini uji normalitas menggunakan uji Lilifors, (Sudjana, 2002)

### **3.9.2 Uji Linieritas**

Uji kedua yang harus dipenuhi untuk analisis regresi adalah uji linearitas, bertujuan untuk memastikan hubungan antara ubahan bebas dan ubahan terikat bersifat linier, kuadratik atau dalam derajat yang lebih tinggi lagi. Pedoman untuk melihat kelinieritas ini adalah menggunakan scatterplot jika data tersebar dari arah kiri bawah ke kanan atas membentuk garis lurus berarti regresinya linier. Uji ini menggunakan bantuan program SPSS 21.0.

## BAB V

### PENUTUP

#### 5.1. Kesimpulan

Dari hasil analisis dan pembahasan dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Ada hubungan negatif antara kepercayaan diri dan prokrastinasi siswa dengan koefisien korelasi sebesar  $-0,314$  dan nilai  $p = 0,000$ , dengan demikian hipotesis diterima. Artinya semakin tinggi kepercayaan diri akan semakin rendah prokrastinasi siswa, hal itu berlaku pula sebaliknya, semakin rendah kepercayaan diri akan semakin tinggi prokrastinasi siswa.
2. Ada hubungan positif antara *blocking* dengan prokrastinasi siswa. Hasil dari nilai koefisien korelasi sebesar  $0,384$  dengan nilai  $p = 0,000$ , dengan demikian hipotesis diterima. Artinya semakin tinggi *blocking* akan semakin tinggi pula prokrastinasi pada siswa, hal itu berlaku pula sebaliknya, semakin rendah *blocking* akan semakin rendah pula prokrastinasi pada siswa.
3. Ada hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dan *blocking* dengan perilaku prokrastinasi akademik pada siswa dan hipotesis juga diterima. Hal ini ditunjukkan dengan koefisien Freg =  $17,694$  dimana  $p < 0,05$ . Ini menandakan kepercayaan diri dan *blocking* berhubungan signifikan dengan prokrastinasi, semakin tinggi nilai kepercayaan diri dan *blocking* maka prokrastinasi akan semakin rendah. Dan semakin rendah

nilai kepercayaan diri dan blocking maka prokrastinasi akan semakin tinggi.

## **5.2. Saran**

Atas dasar hasil penelitian dapat diajukan saran-saran kepada :

### **1. Orangtua**

Melihat adanya hubungan yang signifikan yang muncul antara kepercayaan diri terhadap prokrastinasi pada siswa, maka diharapkan kontribusi besar orangtua untuk ikut ambil bagian dalam proses tumbuh kembangnya anak didik. Perhatian yang diberikan orangtua untuk anak sebagai peserta didik membentuk mental yang baik, sehingga anak terhindar atau setidaknya dapat meminimalisir angka prokrastinasi pada siswa.

### **2. Guru**

Selain orangtua di rumah, bagi siswa, guru merupakan orangtua mereka di sekolah. Jadi bagi para guru juga diharapkan untuk terus dapat membimbing anak didik tanpa memilah-milah. Dukungan guru dapat membantu siswa beradaptasi di sekolah dengan berbagai tuntutan dan tugas yang dilakukan siswa. Guru juga dapat membantu siswa untuk mengenali kelebihan dan kekurangannya, sehingga siswa bahwa mereka pasti mampu dan tidak berprokrastinasi untuk melakukan sesuatu hal yang dianggap sulit dan menghalangi siswa.

### 3. Sekolah

Pihak sekolah juga diharapkan mampu menjalin kerjasama yang baik dengan pihak orangtua. Sehingga anak dapat mengikuti pelajaran dengan baik dan terhindar dari prokrastinasi

### 4. Peneliti selanjutnya

Diharapkan kepada peneliti lain yang tertarik untuk melakukan penelitian tentang tema prokrastinasi, agar dapat mengeksplorasi variabel lainnya seperti : *self regulation, self control, self esteem* dll yang turut mempengaruhi munculnya perilaku prokrastinasi.

