

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan aktivitas yang berlangsung sepanjang hidup manusia. Pendidikan itu sendiri tidak dapat dipisahkan dari istilah belajar karena pada dasarnya belajar merupakan bagian dari pendidikan. Selain itu proses belajar merupakan suatu kegiatan yang pokok atau utama dalam dunia pendidikan. Manusia tidak akan pernah berhenti belajar karena setiap langkah manusia dalam hidupnya akan dihadapkan pada permasalahan yang membutuhkan pemecahan dan menuntut manusia untuk belajar menghadapinya. Belajar merupakan suatu perubahan dari tidak tahu menjadi tahu dari tidak bisa menjadi bisa sehingga proses belajar akan mengarah pada tujuan dari belajar itu sendiri. Usaha- usaha untuk mendidik dan mengajar dilakukan sejak manusia lahir dengan mengenalkan berbagai hal yang paling sederhana melalui stimulus lingkungan, misalnya bunyi, warna, rasa, bentuk dan sebagainya (Hurlock, 1998).

Masa remaja merupakan masa transisi dari masa anak-anak ke masa dewasa. Seperti yang dikemukakan oleh Calon (dalam Monks, dkk 1994) bahwa masa remaja menunjukkan dengan jelas sifat transisi atau peralihan karena remaja belum memperoleh status dewasa dan tidak lagi memiliki status anak. Menurut Sri Rumini & Siti Sundari (2004) masa remaja adalah peralihan dari masa anak dengan masa dewasa yang mengalami perkembangan semua aspek/ fungsi untuk memasuki masa dewasa.

Masa remaja ini dianggap sebagai masa-masa yang terpenting dalam kehidupan seseorang, karena pada masa inilah terjadi proses pengenalan jati diri, perkembangan fisik, psikis dan pembentukan kepribadian seseorang. Seperti pengertian remaja menurut Zakiah Darajat (1990) adalah: masa peralihan diantara masa kanak-kanak dan dewasa. Dalam masa ini anak mengalami masa pertumbuhan dan masa perkembangan fisiknya maupun perkembangan psikisnya. Mereka bukanlah anak-anak baik bentuk badan ataupun cara berfikir atau bertindak, tetapi bukan pula orang dewasa yang telah matang.

Hal senada diungkapkan oleh Santrock (2003) bahwa *adolescene* diartikan sebagai masa perkembangan transisi antara masa anak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif, dan sosial-emosional. Santrock (2002) juga mengemukakan bahwa permasalahan remaja antara lain mengelola dorongan seks, pekerjaan, hubungan dengan orangtua, pergaulan sosial, interaksi kebudayaan, emosi, perkembangan kepribadian dan sosial, problema sosial, penggunaan waktu luang, keuangan, kesehatan, dan agama. Tugas perkembangan masa remaja akhir adalah mencapai hubungan baru yang lebih matang dengan teman sebaya baik pria maupun wanita, mencapai peran sosial pria atau wanita, menerima keadaan fisiknya dan menggunakan tubuhnya secara efektif, mengharapkan dan mencapai perilaku sosial yang bertanggung jawab, mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang-orang dewasa lainnya.

Masa remaja merupakan masa transisi setiap individu dalam menata kehidupannya untuk masa akan datang, sehingga dibutuhkan remaja yang aktif dalam mereaksi suatu keadaan, namun fenomena umum yang terjadi pada remaja,

dalam hal ini pelajar saat ini menunjukkan perilaku seperti menghabiskan waktu hanya untuk urusan hiburan semata dibandingkan dengan urusan akademik. Hal ini terlihat dari kebiasaan jalan-jalan di mall atau plaza, menonton televisi berjam-jam, kebiasaan suka begadang, kecanduan game online dan suka menunda waktu pekerjaan. Ketika seorang pelajar tidak dapat memanfaatkan waktu dengan baik, sering mengulur waktu dengan melakukan kegiatan yang tidak bermanfaat sehingga waktu terbuang sia-sia, disebut dengan prokrastinasi.

Prokrastinasi merupakan salah satu masalah yang menimpa sebagian besar anggota masyarakat secara luas. Burka dan Yuen (dalam Sari 2005) menyatakan bahwa prokrastinasi merupakan perilaku menunda yang akan menjadi masalah bila mengakibatkan konsekuensi eksternal (denda perpustakaan, kehilangan pekerjaan) dan juga konsekuensi internal berupa rasa bersalah dan putus asa.

Prokrastinasi atau perilaku menunda penyelesaian suatu tugas terjadi pada setiap orang. Demikian pula yang terjadi pada siswa. Siswa dalam menghadapi tugas-tugas sekolah seringkali muncul rasa malas dan keengganan untuk mengerjakan tugas tersebut, sehingga tugas tidak dapat diselesaikan sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan. Rasa malas dan keengganan untuk mengerjakan tugas tersebut membuat siswa untuk menunda mengerjakan tugas-tugas yang seharusnya dikerjakan.

Dampak dari prokrastinasi adalah tugas sekolah menjadi terbengkalai dan penyelesaian tidak maksimal berpotensi mengakibatkan kegagalan atau terhambatnya seorang siswa meraih kesuksesan. Salomon dan Rothblum (dalam Sari 2005) menemukan bukti-bukti bahwa prokrastinasi akademik mengakibatkan

kerusakan kinerja akademik, meliputi kebiasaan buruk dalam belajar, motivasi belajar rendah.

Perilaku prokratinasi yang semakin sering dilakukan dan hampir terjadi di semua tingkatan pelajar, mengarahkan peneliti untuk melihat bagaimana fenomena prokrastinasi di SMK N 1 Stabat. Peneliti melakukan wawancara terhadap para wali kelas. Tujuan dilakukan wawancara ini adalah untuk melihat gambaran prokrastinasi yang dilakukan oleh siswa.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan kepada 10 orang wali kelas didapatkan data bahwa terdapat 5 – 6 orang siswa disetiap kelas melakukan prokrastinasi yaitu perilaku untuk menunda tugas yang diberikan guru dan mendahulukan berkumpul bersama teman-temannya. Siswa juga sering datang terlambat untuk datang ke sekolah dan telat untuk masuk ke kelas, tidak membawa buku catatan dengan lengkap, menyelesaikan tugas di akhir waktu, sering bolos pada jam pelajaran, istirahat berlebihan dan menyelesaikan tugas pada jam pelajaran lain.

Wolters (2003) menyatakan bahwa faktor-faktor yang turut mempengaruhi seseorang untuk memiliki perilaku prokrastinasi antara lain adalah *self-regulated learning*. Selanjutnya dikatakan bahwa prokrastinator sebenarnya sadar bahwa dirinya menghadapi tugas-tugas yang penting dan bermanfaat bagi dirinya (sebagai tugas primer), akan tetapi dengan sengaja menunda secara berulang-ulang (kompulsif) sehingga muncul perasaan tidak nyaman, cemas, dan merasa bersalah. Adler (dalam Alwisol, 2007) berpendapat bahwa setiap orang memiliki kekuatan untuk bebas menciptakan gaya hidupnya sendiri-sendiri. Manusia itu

sendiri yang bertanggung jawab tentang siapa dirinya dan bagaimana dia bertingkah laku. Manusia mempunyai kekuatan kreatif untuk mengontrol kehidupan dirinya, bertanggung jawab mengenai tujuan akhirnya, menentukan cara memperjuangkan mencapai tujuan itu, dan menyumbang pengembangan minat sosial. Kekuatan diri kreatif itu membuat setiap manusia menjadi manusia bebas, bergerak menuju tujuan yang terarah. Pendapat Adler tersebut menunjukkan bahwa setiap individu pada dasarnya memiliki kemampuan untuk mengatur dan mengontrol dirinya, bergantung dari individu tersebut mengatur kehidupannya dan bertanggungjawab terhadap tingkah lakunya sendiri yang disesuaikan dengan tujuan hidupnya.

Menurut Zimmerman (dalam Setiawan, 2009) *self regulated learning* berkaitan dengan bagaimana seseorang menampilkan serangkaian tindakan yang ditujukan untuk pencapaian target dengan melakukan perencanaan terarah. Pintrich dan Groot memberikan istilah *self regulated* dalam belajar dengan istilah *self regulated learning*, yaitu suatu kegiatan belajar yang diatur sendiri, yang didalamnya individu mengaktifkan pikiran, motivasi, dan tingkah lakunya untuk mencapai tujuan belajarnya (Setiawan, 2009).

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 tujuan, arah, serta sumber-sumber yang mendukung untuk belajarnya. Masalah belajar adalah masalah pengaturan diri, karenanya siswa membutuhkan pengaturan diri (*self-regulated learning*) atau (SLR). Pengaturan diri (SLR) dibutuhkan siswa agar

mereka mampu mengatur dan mengarahkan dirinya sendiri, mampu menyesuaikan dan mengendalikan diri, terutama bila menghadapi tugas-tugas yang sulit.

Bandura (Filho, 2001) mendefinisikan *self regulated learning* sebagai suatu keadaan dimana individu yang belajar sebagai pengendali aktivitas belajarnya sendiri, memonitor motivasi dan tujuan akademik, mengelola sumber daya manusia dan benda, serta menjadi perilaku dalam proses pengambilan keputusan dan pelaksana dalam proses belajar. Lebih lanjut Zimmerman (2004) mendefinisikan *self regulated learning* sebagai kemampuan belajar untuk berpartisipasi aktif dalam proses belajarnya, baik secara metakognitif, secara motivasional dan secara behavioral.

Menurut Santrock (2007) siswa yang memiliki kemampuan *self regulated learning* menunjukkan karakteristik mengatur tujuan belajar untuk mengembangkan ilmu dan meningkatkan motivasi, dapat mengendalikan emosi sehingga tidak mengganggu kegiatan pembelajaran, memantau secara periodic kemajuan target belajar, mengevaluasinya dan membuat adaptasi yang diperlukan sehingga menunjang dalam prestasi, kemampuan *self-regulated learning* sangat penting dimiliki oleh pelajar /siswa berupa memiliki tanggung jawab yang besar terhadap diri dan perilaku demi tercapainya tujuan yang telah ditargetkan, sehingga tidak terjadi perilaku prokrastinasi.

Sebagaimana dikatakan, Pedler dan Boydell 2005 (dalam Gomez 2010) siswa yang mampu dalam mengelola dirinya akan membawa pengaruh yang positif terhadap lingkungan diluar dirinya dan kendali terhadap diri sendiri perlu

karena setiap individu tidak hidup sendiri, tetapi dalam kelompok didalam masyarakat, sehingga kendali diri sendiri adalah penting baik untuk mencapai tujuan pribadi maupun tujuan sekolah. Individu yang mampu mengelola dirinya akan mempunyai kemampuan untuk memprioritaskan kemampuan belajarnya dalam mencapai prestasi belajar yang tinggi.

Forzano &Logue (dalam Ruhban, 2013) Siswa yang *self regulated learning* tinggi memiliki keyakinan bahwa ia dapat menyelesaikan tugas dengan baik dan cenderung tidak melakukan prokrastinasi. Dengan *self regulated learning* yang baik siswa menjadi tekun dan tetap bertahan dengan tugas yang harus dikerjakan, walaupun mengalami banyak hambatan, dapat mengubah perilaku menyesuaikan diri dengan aturan atau norma yang berlaku di mana siswa berada, tidak menunjukkan perilaku yang emosional dan bersifat toleran atau menyesuaikan diri terhadap situasi yang dikehendaki (Forzano &Logue dalam Ruhban, 2013). Siswa dengan *self regulated learning* yang rendah memandang dirinya tidak mampu mengontrol perilakunya dengan baik. Individu memandang tugas sebagai sesuatu yang tidak dapat dikendalikan oleh dirinya sehingga ia cenderung melakukan prokrastinasi.

Penelitian yang dilakukan oleh Steel (dalam Mugista, 2014) menunjukkan bahwasannya masalah yang terkait dengan penundaan dan kurangnya pengendalian diri meningkat dari tahun ke tahun, hal ini dikarenakan tidak adanya arah atau struktur yang dikenakan oleh individu. Seorang yang memiliki kemampuan manajemen diri mampu menciptakan ketertiban, dan mampu mengelola diri sendiri atau mengatur diri.

Selain faktor *self regulated learning* prokrastinasi juga dipengaruhi oleh kematangan emosi. Menurut Covey (dalam Harti, 2001) kematangan emosi adalah kemampuan untuk mengeksplorasi perasaan yang ada dalam diri secara yakin dan berani yang diimbangi dengan pertimbangan-pertimbangan akan perasaan dan keyakinan akan individu lain. Menurut Azwar (dalam Rahmatika, 2006) faktor kematangan emosi yang dimiliki oleh individu salah satunya dapat dilihat dari tingkat kecerdasan dan bertambahnya usia.

Menurut Chaplin (2004) kematangan emosi berarti sebagai suatu keadaan atau kondisi mencapai tingkat kedewasaan dari perkembangan emosional dan karena itu pribadi yang bersangkutan tidak lagi menampilkan pola emosional yang kekanak-kanakan. Seseorang dikatakan memiliki kematangan emosi apabila memenuhi beberapa kriteria, pertama: kontrol emosi yang secara sosial dapat diterima seseorang secara emosi dengan cara-cara yang dapat diterima oleh lingkungan dan sesuai dengan harapan masyarakat. Kedua : penahanan diri, seseorang yang secara emosional dikatakan matang jika individu mampu menilai suatu situasi secara kritis sebelum memberikan responnya secara emosional. Kemudian individu mengetahui tentang bagaimana cara yang tepat untuk bereaksi terhadap situasi tersebut (Hurlock,1998).

Feinberg (2005), mengatakan kematangan emosi tidak selalu berkaitan dengan intelegensi. Perasaan dan keinginan untuk memperoleh perhatian cinta dari setiap orang dalam bagaimana caranya memperlakukan dirinya sendiri dan orang lain dan dalam reaksinya terhadap emosi. Namun ketinggian intelektual seseorang bukan halangan untuk mengembangkan kematangan emosi malah

bukti-bukti menunjukkan orang yang lebih cerdas cenderung mempunyai perkembangan emosi yang lebih baik dan superior, serta mempunyai kemampuan menyesuaikan diri atau kematangan sosial yang baik.

Howes dan Herald (2005), mengatakan bahwa ada keterkaitan antara kematangan emosi dengan prokrastinasi yaitu dimana siswa yang mampu menggunakan dan mengelola emosi akan mampu memahami tentang diri sendiri dan orang lain, dengan kemampuan ini siswa akan memiliki perilaku prokras yang rendah, karena kemampuannya mengelola emosi akan membuat siswa mampu mengelola secara aktif dalam mengatur aktivitas belajarnya, berupa mempersiapkan, merencanakan dan mengatur aktivitas belajar, sehingga tidak terjadi prokrastinasi.

Penelitian yang dilakukan Ledy (2013) ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara kematangan emosi dengan prokrastinasi akademik, siswa yang memiliki kematangan emosi yang baik akan menunjukkan prokrastinasi yang rendah.

Prokrastinasi akademik pada siswa cenderung dilakukan untuk menunda-nunda dalam memulai dan menyelesaikan tugas yang berhubungan dengan sekolah dalam rentang waktu yang terbatas sehingga menimbulkan perasaan cemas dan bersalah pada dirinya. Di dalam penelitian ini prokrastinasi dipengaruhi oleh faktor manajemen diri dan kematangan emosi.

Prokrastinasi tidak dapat terjadi apabila setiap siswa memiliki manajemen diri yang baik, yaitu apabila siswa mampu mengatur stimulusnya, sehingga dapat mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki dan mampu menghadapi stimulus tersebut dan siswa merasa tidak rugi jika kehilangan

kesempatan untuk menonton televisi atau berkumpul dengan teman-teman. Siswa yang memiliki kemampuan dalam mengelola emosi akan membuat siswa mampu mengelola secara aktif dalam mengatur aktivitas belajarnya, berupa mempersiapkan, merencanakan dan mengatur aktivitas belajar, sehingga tidak terjadi prokrastinasi.

Berdasarkan fenomena yang terjadi maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang perilaku prokrastinasi. Maka dengan demikian penelitian ini berjudul “Hubungan *Self Regulated Learning* dan Kematangan emosi dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMK N 1 Stabat”.

B. Rumusan Masalah

Sesuai dengan yang telah diuraikan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah

1. Apakah ada hubungan *self regulated learning* dan kematangan emosi dengan prokrastinasi akademik Siswa SMK N 1 Stabat ?
2. Apakah ada hubungan *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik Siswa SMK N 1 Stabat?
3. Apakah ada hubungan kematangan emosi dengan prokrastinasi akademik Siswa SMK N 1 Stabat?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah ingin mengetahui:

1. Hubungan *self regulated learning* dan kematangan emosi dengan prokrastinasi akademik Siswa SMK N 1 Stabat
2. Hubungan *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik Siswa SMK N 1 Stabat
3. Hubungan kematangan emosi dengan prokrastinasi akademik Siswa SMK N 1 Stabat

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmiah bagi perkembangan ilmu psikologi pendidikan yakni data empiris yang telah teruji secara ilmiah mengenai *self regulated learning*, kematangan emosi dan prokrastinasi akademik siswa.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi siswa, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi gambaran mengenai *self regulated learning* kematangan emosi dan prokrastinasi akademik.
- b. Bagi instansi pendidikan, diharapkan dapat bermanfaat sebagai bahan masukan khususnya guru BK dalam proses pelaksanaan bimbingan di sekolah dalam mengatasi perilaku prokrastinasi.