ALSYS
Jurnal Keislaman dan Ilmu Pendidikan

e-ISSN : 2808-540X
p-ISSN : 2808-7119

Terindeks: Dimensions, Scilit, Lens, Crossref, Semantic Scholar, Garuda, Google Scholar, Base, etc.

https://doi.org/10.58578/alsys.v5i2.4719

FAKTOR-FAKTOR PENYEBAB PROKRASTINASI AKADEMIK PESERTA DIDIK DAN IMPLIKASINYA DALAM PELAYANAN BK

Factors Causing Students' Academic Procrastination and Their Implications for Guidance and Counseling Services

Anggita Purnama Dewi & Neviyarni Suhaili
Universitas Negeri Padang
anggitapurnamadewi19@gmail.com; neviyarni_s@fip.unp.ac.id

Article Info:

Submitted:	Revised:	Accepted:	Published:
Dec 18, 2024	Jan 2, 2025	Jan 14, 2025	Jan 19, 2025

Abstract

This research is motivated by the phenomenon of the condition of academic procrastination from students which is classified as high seen from the symptoms that appear such as dislike for certain teachers causing neglect of learning tasks, wasting time chatting, watching television, watching in the cinema and so on, and having difficulty in preparing physical and psychological conditions so that when attending lessons are in a lackluster condition. The objectives of this study are (1) to describe the factors that cause students' academic procrastination at SMKN 2 Padang, (2) to describe the internal factors that cause students' academic procrastination at SMKN 2 Padang, and (3) to describe the external factors that cause students' academic procrastination at SMKN 2 Padang. This type of research is quantitative research with a descriptive approach. The population of this study amounted to 425 students of SMK N 2 Padang who were enrolled in the 2024/2025 school year, with a sample size of 206 students. Sample selection using proportional ramdom sampling technique. The data collection technique used an academic procrastination scale. Data were analyzed using descriptive techniques. The results of this study reveal that the factors that cause students' academic procrastination at SMK N 2 Padang are seen from: (1)

Jurnal AlSys is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License

physical condition factors are generally in the high category, (2) psychological condition factors are generally in the medium category, (3) family condition factors are generally in the high category, (4) school environment factors are generally in the high category, and (5) community environment factors are generally in the high category. Based on the findings of this study, it is expected that counseling teachers can provide services to avoid students' academic procrastination.

Keywords: Academic Procrastination, Implication in Counseling Services

Abstrak: Penelitian ini dilatarbelakangi oleh adanya fenomena kondisi prokrastinasi akademik dari peserta didik yang tergolong tinggi dilihat dari gejala-gejala yang tampak seperti ketidaksukaan kepada guru tertentu menyebabkan melalaikan tugas-tugas pelajaran, membuang-buang waktu untuk mengobrol, menonton televisi, menonton di bioskop dan sebagainya, dan mengalami kesulitan dalam mempersiapkan kondisi fisik dan psikis sehingga waktu mengikuti pelajaran berada dalam kondisi kurang bersemangat. Adapun tujuan penelitian ini adalah (1) mendeskripsikan faktor-faktor penyebab prokrastinasi akademik peserta didik di SMKN 2 Padang, (2) mendeskripsikan faktor-faktor internal penyebab prokrastinasi akademik peserta didik di SMKN 2 Padang, dan (3) mendeskripsikan faktor-faktor eksternal penyebab prokrastinasi akademik peserta didik di SMKN 2 Padang. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif. Populasi penelitian ini berjumlah 425 orang peserta didik SMK N 2 Padang yang terdaftar pada tahun ajaran 2024/2025, dengan jumlah sampel 206 orang peserta didik. Pemilihan sampel menggunakan teknik *propotional ramdom sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan skala prokrastinasi akademik. Data dianalisis menggunakan teknik deskriptif. Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa faktor-faktor penyebab prokrastinasi akademik peserta didik di SMK N 2 Padang dilihat dari: (1) faktor kondisi fisik pada umumnya berada pada kategori tinggi, (2) faktor kondisi psikologis pada umunya berada pada kategori sedang, (3) faktor kondisi keluarga pada umumnya berada pada kategori tinggi, (4) faktor lingkungan sekolah pada umumnya berada pada kategori tinggi, dan (5) faktor lingkungan masyarakat pada umumnya berada pada kategori tinggi. Berdasarkan temuan penelitian ini, diharapkan guru BK dapat memberikan pelayanan untuk menghindari terjadi prokrastinasi akademik peserta didik.

Kata Kunci: Prokrastinasi Akademik, Implikasi dalam Layanan BK

PENDAHULUAN

Tugas sekolah merupakan tugas-tugas dalam bentuk latihan yang diberikan guru kepada peserta didik agar peserta didik benar-benar menguasai materi pembelajaran dengan baik (Endriani & Syukur, 2015). Banyak siswa yang mengalami hambatan untuk memperoleh kemampuan belajar karena tidak menentunya batas tugas yang diberikan guru yang harus diselesaikan (Asmawati, 2017). Menurut Ghufron & Risnawita (2010) prokrastinasi adalah kebiasaan penundaan yang tidak bertujuan dan proses penghindaraan tugas yang sebenarnya tidak perlu dilakukan. Gejala perilaku prokrastinasi lebih banyak dimanifestasikan dalam dunia pendidikan yanng disebut prokrastinasi akademik (Ariyanto

et al., 2019). Prokrastinasi akademik adalah jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik (Ghufron, 2011).

Seseorang yang melakukan prokrastinasi amat dekat dengan kegagalan, sebab prokrastinasi harus dihindari oleh siswa karena dapat menghambat siswa dalam mencapai hasil belajar yang optimal (Reska & Taufik, 2019). Faktor-faktor penyebab prokrastinasi akademik terdari dari dua macam, yaitu faktor internal meliputi kondisi fisik, dan kondisi psikologis, sedangkan faktor eksternal meliputi kondisi keluarga, lingkungan sekolah, dan lingkungan masyarakat (Candra & dkk, 2014). Menurut Mustakim (2015) faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik yaitu sebagai berikut, (a) *Locus of Control*; (b) Faktor Dukungan Sosial; (c) Faktor Kepribadian; (d) Faktor *Perfectionisme*. Rizki (2009) menyatakan faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik dapat dibagi menjadi tiga, yaitu karakteristik tugas yang dipersepsikan peserta didik, faktor kepribadian prokrastinator, dan pengaruh faktor situasional.

Penelitian di luar negeri menunjukkan bahwa prokrastinasi merupakan salah satu masalah yang menimpa sebagian besar anggota masyarakat secara luas, dan pelajar pada lingkungan yang lebih kecil, seperti sebagian pelajar disana. Sekitar 25% sampai dengan 75% dari pelajar melaporkan bahwa prokrastinasi merupakan salah satu masalah dalam lingkup akademis (Nafeesa, 2018). Kondisi prokrastinasi di Indonesia dapat diketahui melalui penelitian yang dilakukan oleh (Juliawati & Yandri, 2018) menyatakan bahwa kecenderungan prokrastinasi akademik siswa dengan persentase 60% pada kategori tinggi, 40% pada kategori sedang dan 20% pada kategori rendah. Hal ini terlihat dari kebiasaan suka begadang, jalan-jalan di mall, menonton televisi berjam-jam, dan kecanduan game online yang menyebabkan pelajar menunda untuk mengerjakan tugas-tugas akademik.

Jadi, diharapkan Bimbingan dan Konseling dapat membantu peserta didik dalam mengentaskan masalah yang dialaminya terutama dalam hal kegiatan belajar. Mengatasi hal tersebut tentu perlu ada informasi lebih dalam mengenai hal-hal yang melatarbelakangi munculnya perilaku prokrastinasi akademik. Maka peneliti melakukan penelitian dengan judul "Faktor-faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik Peserta Didik dan Implikasinya dalam Pelayanan BK".

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 425 orang peserta didik SMK N 2 Padang yang terdaftar pada tahun ajaran 2024/2025, jumlah sampel penelitian ini sebesar 206 perserta didik. Pemilihan sampel menggunakan teknik *propotional random sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan skala prokrastinasi akademik. Data dianalisis menggunakan teknik deskriptif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi Data Faktor-faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik Peserta Didik

Tabel 1. Deskripsi Faktor-faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik Peserta Didik (n= 210)

Kategori	Interval	Frekuensi	%
Sangat Tinggi	≥126	0	0%
Tinggi	102-125	177	84%
Sedang	78-101	31	15%
Rendah	54-77	2	1%
Sangat Rendah	≤53	0	0%
TOTAL		210	100

Berdasarkan Tabel 1, faktor-faktor penyebab prokrastinasi akademik peserta didik dapat dilihat yakni sebanyak 84% peserta didik berada pada kategori tinggi dengan frekuensi 177. Hal ini menunjukkan bahwa adanya faktor-faktor penyebab prokrastinasi akademik peserta didik yang tinggi di SMK N 2 Padang dilihat secara keseluruhan. Selanjutnya akan dideskripsikan hasil penelitian faktor-faktor yang menyebabkan prokrastinasi akademik peserta didik berdasarkan masing-masing faktor sebagai berikut.

a. Faktor Internal

Tabel 2. Deskripsi Faktor-faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik Peserta Didik dari Faktor Kondisi Fisik dan Kondisi Psikologis

FAKTOR INTERNAL			
Faktor-faktor	**Kategori**	**Frekuensi**	**%**
Kondisi Fisik	Tinggi	124	59%
Kondisi Psikologis	Sedang	104	50%
Total		210	100

1) Kondisi Fisik

Berdasarkan Tabel 2, hasil penelitian menunjukkan faktor-faktor penyebab prokrastinasi akademik peserta didik di SMK N 2 Padang sebagian disebabkan oleh faktor kondisi fisik, yang berada ada kategori tinggi dengan 124 peserta didik (59%). Seiring bertambahnya umur peserta kurang mampu mengendalikan sikap dan menjaga kesehatan tubuh. Agar peserta didik mencegah terjadinya prokrastinasi akademik, pola hidup sehat, serta pembinaan secara terus-menerus selama masa pertumbuhan. Seiring bertambahnya umur peserta kurang mampu mengendalikan sikap dan menjaga kesehatan tubuh. Agar peserta didik mengurangi terjadinya prokrastinasi akademik, pola hidup sehat, serta pembinaan secara terus-menerus selama masa pertumbuhan. Guru BK dapat membantu dengan memberikan layanan yang mengenai pola hidup sehat dan cara bersikap yang baik.

2) Kondisi Psikologis

Berdasarkan Tabel 2, hasil penelitian menunjukkan faktor-faktor penyebab prokrastinasi akademik peserta didik di SMK N 2 Padang sebagian disebabkan oleh faktor kondisi psikologis, yang berada ada kategori sedang dengan 104 peserta didik (50%). Peserta didik yang kurang mampu bertanggung jawab terhadap tugas, tidak memahami konsep diri, motivasi yang rendah, dan kurang rasa percaya diri. Guru BK dapat membantu dengan memberikan layanan mengenai menumbuhkan konsep diri yang positif dan meningkatkan rasa percaya diri.

b. Faktor Eksternal

Tabel 3. Deskripsi Faktor-faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik Peserta Didik dari Faktor Kondisi Keluarga, Lingkungan Sekolah, dan Lingkungan Masyarakat

FAKTOR EKSTERNAL			
Faktor-faktor	**Kategori**	**Frekuensi**	**%**
Kondisi Keluarga	Tinggi	131	62%
Lingkungan Sekolah	Tinggi	134	64%
Lingkungan Masyarakat	Tinggi	142	68%
Total		210	100

1) Kondisi Keluarga

Berdasarkan Tabel 3, hasil penelitian menunjukkan faktor-faktor penyebab prokrastinasi akademik peserta didik di SMK N 2 Padang sebagian disebabkan oleh faktor

kondisi keluarga, yang berada ada kategori tinggi dengan 131 peserta didik (62%). Peserta didik yang mengalami pola asuh orangtua yang kurang baik, perlakuan orangtua yang kurang baik, dan komunikasi dalam keluarga yang kurang baik. Guru BK dapat membantu dengan memberikan layanan berkolaborasi bersama orangtua untuk memberikan dukungan kepada anaknya agar dapat menyelesaikan tugas sekolah dengan baik.

2) Lingkungan Sekolah

Berdasarkan Tabel 3, hasil penelitian menunjukkan faktor-faktor penyebab prokrastinasi akademik peserta didik di SMK N 2 Padang sebagian disebabkan oleh faktor lingkungan sekolah, yang berada ada kategori tinggi dengan 134 peserta didik (64%). Peserta didik yang mengalami pengaruh teman sebaya yang kurang baik, sarana dan prasarana sekolah yang kurang baik, dan kinerja guru mata pelajaran yang kurang baik. Guru BK dapat membantu dengan memberikan layanan mengenai meningkatkan dukungan teman sebaya agar peserta didik dapat menjalin hubungan yang baik dengan teman sebaya melakukan hal yang positif dan tips berhubungan baik dengan guru.

3) Lingkungan Masyarakat

Berdasarkan Tabel 3, hasil penelitian menunjukkan faktor-faktor penyebab prokrastinasi akademik peserta didik di SMK N 2 Padang sebagian disebabkan oleh faktor lingkungan masyarakat, yang berada ada kategori tinggi dengan 142 peserta didik (68%). Peserta didik yang berada pada lingkungan yang kurang kondusif, dan kurangnya dukungan orang lain. Guru BK dapat membantu dengan memberikan layanan mengenai cara bergaul yang baik di lingkungan masyarakat dan tips berkomunikasi yang baik dengan orang lain.

Implikasi dalam Layanan BK

Sebagai salah satu lembaga pendidikan, sekolah membutuhkan pelayanan BK dalam penyelenggaraan dan peningkatan kondisi kehidupan di sekolah demi tercapai tujuan pendidikan yang berjalan seiring dengan profesi konseling. Pada sekolah, pelayanan bimbingan dan konseling adalah bagian integral (bagian yang tak terpisahkan dari pelayanan pendidikan lainnya), dimana pelayanan tersebut dilaksanakan oleh guru BK/Konselor dengan tujuan membantu perkembangan peserta didik secara optimal dan mengatasi persoalan-persoalan yang mengganggu pencapaian perkembangan dimaksud (Syukur, Neviyarni & Zahri, 2019). Di dalam petunjuk pelaksanaan BK (Depdikbud) dijelaskan "Secara khusus layanan BK bertujuan membantu siswa agar dapat mencapai tujuan-tujuan perkembangan meliputi aspek pribadi-sosial, belajar dan karir" (Winkel, 2005). Bimbingan

dan konseling adalah metode yang dapat memberikan pelayanan, keuntungan atau manfaat khusus dalam mengatasi atau mencegah masalah yang timbul pada individu (Amti, 2019). Sehingga, dibutuhkan peranan layanan Bimbingan dan Konseling agar dapat membantu peserta didik mencegah dan mengentaskan permasalahan yang dihadapinya (Tohirin, 2007). Bimbingan dan Konseling di sekolah (Konsep, Teori, dan Aplikasi) mengatakan Bimbingan dan Konseling ialah bentuk manusia yang mempunyai kemampuan mandiri (Susanto, 2018).

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, guru BK dapat memberikan layanan bimbingan dan konseling dengan materi tentang pola hidup sehat, cara bersikap yang baik, konsep diri yang positif, meningkatkan rasa percaya diri, berkolaborasi dengan orangtua untuk memberikan dukungan kepada anaknya agar dapat menyelesaikan tugas sekolah dengan baik, meningkatkan dukungan teman sebaya agar peserta didik dapat menjalin hubungan yang baik dengan teman sebaya melakukan hal yang positif, tips berhubungan baik dengan guru, cara bergaul yang baik di lingkungan masyarakat, dan tips berkomunikasi yang baik dengan orang lain. Materi tersebut dapat disampaikan melalui layanan konseling perorangan, layanan penguasaan konten, layanan bimbingan kelompok, dam layanan konseling kelompok.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dijelaskan sebelumnya, maka dapat diambil kesimpulan faktor-faktor penyebab prokrastinasi akademik peserta didik di SMK N 2 Padang pada faktor internal meliputi kondisi fisik dan kondisi psikologis berada pada kategori tinggi dengan persentase 54%. Dengan demikian, materi yang utama dapat diberikan guru BK seperti pola hidup sehat dan cara bersikap yang baik menumbuhkan konsep diri yang positif dan meningkatkan rasa percaya diri.

Selanjutnya faktor-faktor eksternal penyebab prokrastinasi akademik peserta didik meliputi kondisi keluarga, lingkungan sekolah, dan lingkungan masyarakat berada pada kategori tinggi dengan persentase 85%. Dengan demikian, materi yang utama dapat diberikan guru BK seperti berkolaborasi bersama orangtua untuk memberikan dukungan kepada anaknya agar dapat menyelesaikan tugas sekolah dengan baik, meningkatkan dukungan teman sebaya ke arah yang positif, tips berhubungan baik dengan guru, cara

bergaul yang baik di lingkungan masyarakat, dan tips berkomunikasi yang baik dengan orang lain.

Materi-materi tersebut dapat disampaikan dan dibahas melalui layanan bimbingan dan konseling. Berbagai jenis layanan BK yang sesuai dengan klien dan materi yang perlu dibahas dengan layanan konseling perorangan, layanan penguasaan konten, layanan bimbingan kelompok, dan layanan konseling kelompok.

DAFTAR PUSTAKA

Amti, E. (2019). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.

Ariyanto, R., Netrawati, N., & Yusri, Y. (2019). Relationship between self control and academic procrastination in completing thesis. *Jurnal Neo Konseling*, *1*(2), 1–7. https://doi.org/10.24036/00119kons2019

Asmawati. (2017). Penerapan Metode Teknik Tugas Individual dalam Pembelajaran PKn untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Kelas IV SDN Inpres 2 Ampibabo. *Jurnal Kreatif Online*, *5*(2), 161–171. http://jurnal.untad.ac.id/jurnal/index.php/JKTO/article/view/3799/2762

Candra, U., & dkk. (2014). Faktor – Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik pada Siswa Kelas XI SMA Negeri Kabupaten Temanggung. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling, 3*(3), 66–72.

Endriani, N., & Syukur, Y. (2015). Kesiapan Siswa dalam Menyelesaikan Tugas Sekolah. *Konselor, 4*(4), 185. https://doi.org/10.24036/02015446470-0-00

Ghufron, M. N., & Rini, R. S. (2010). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.

Ghufron, S. R. (2011). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.

Juliawati, D., & Yandri, H. (2018). Prokrastinasi Akademik Mahasantri Ma'had Al Jami'ah IAIN Kerinci. *Jurnal Fokus Konseling, 4*(1), 19–26. https://ejournal.umpri.ac.id/index.php/fokus/article/view/485

Mustakim. 2015. "Hubungan Antara Locus Of Control Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa MAN 1 Medan". *Skripsi*. Universitas Medan Area. Sumatera Utara.

Nafeesa, N. (2018). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Siswa yang Menjadi Anggota Organisasi Siswa Intra Sekolah. *Anthropos: Jurnal Antropologi Sosial Dan Budaya (Journal of Social and Cultural Anthropology), 4*(1), 53. https://doi.org/10.24114/antro.v4i1.9884

Reska, N., & Taufik, T. (2019). Relathionship of Self Confidence and Academic Procrastination Students S1 Guidance and Counseling FIP UNP. *Jurnal Neo Konseling, 1*(3), 1–6. https://doi.org/10.24036/00138kons2019

Susanto, A. 2018. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah (Konsep, Teori dan Aplikasinya)*. Jakarta: Kencana.

Syukur, Y., Neviyarni, S, & Zahri, T. N. (2019). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Purwokerto: IRDH.

Tohirin. (2007). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*. Jakarta: Rajawali Pers.

Winkel, W. S. (2005). *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Jakarta: Grasindo.