

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan tahap perkembangan yang berada di antara masa kanak-kanak dan dewasa yang ditandai dengan berbagai perubahan fisik, kognitif, emosional, dan social (Suryana et al., 2022). Pada tahap ini, individu mulai mengalami perkembangan kemampuan berpikir, pengambilan keputusan, pengelolaan emosi, serta kemampuan untuk mengarahkan perilaku secara lebih mandiri (Hurlock, 2011). Meskipun kemampuan tersebut semakin berkembang, remaja masih berada dalam proses belajar untuk mengendalikan dorongan, mengatur prioritas, dan mempertahankan perilaku yang sesuai dengan tujuan. Kondisi tersebut menjadi penting dalam konteks pendidikan karena siswa mulai menghadapi tuntutan akademik yang membutuhkan tanggung jawab dan kemampuan mengatur diri secara lebih mandiri.

Salah satu jenjang pendidikan yang berada pada tahap tersebut adalah Sekolah Menengah Kejuruan (SMK). SMK merupakan pendidikan menengah yang diarahkan untuk mempersiapkan peserta didik memiliki kompetensi sesuai bidang keahlian dan kebutuhan dunia kerja (Aryawan, 2023). Dalam konteks tersebut, SMK termasuk dalam pendidikan vokasional, yaitu pendidikan yang berorientasi pada pengembangan pengetahuan, keterampilan, dan kompetensi yang dapat diterapkan dalam

bidang pekerjaan tertentu. Pendidikan vokasional tidak hanya menekankan penguasaan pengetahuan secara teoritis, tetapi juga memberikan pengalaman praktik agar peserta didik memiliki keterampilan yang relevan dengan kebutuhan dunia kerja (Irwanto, 2023). Oleh karena itu, pembelajaran di SMK mengintegrasikan pengetahuan teori dengan keterampilan praktik dan pengembangan kompetensi kejuruan.

Karakteristik pendidikan vokasional tersebut membuat siswa SMK menghadapi tuntutan yang berbeda dibandingkan siswa pada pendidikan umum yaitu siswa SMA. Pendidikan SMA pada dasarnya lebih berorientasi pada pengembangan pengetahuan dan kemampuan akademik sebagai dasar untuk melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi, sedangkan siswa SMK tidak hanya berkaitan dengan pembelajaran akademik seperti memahami materi, mengerjakan tugas, dan mengikuti ujian, tetapi juga mencakup tuntutan vokasional berupa penguasaan kompetensi keahlian, kegiatan praktik, penyelesaian proyek berbasis kompetensi, penyusunan laporan praktik, serta persiapan menghadapi dunia kerja. Pendidikan vokasional memang diarahkan agar kompetensi yang dikembangkan siswa relevan dengan kebutuhan dunia usaha, dunia industri, dan dunia kerja sehingga pembelajaran perlu mengintegrasikan teori dan praktik (Widiaty et al., n.d.). Dengan demikian, siswa SMK dituntut untuk mampu mengelola berbagai aktivitas secara bersamaan dan mempertahankan konsistensi dalam menyelesaikan tuntutan akademik maupun kejuruan.

Penelitian ini secara khusus dilakukan pada siswa kelas XI karena posisi kelas XI berbeda dengan kelas X dan kelas XII dalam tahapan Social3e3n SMK. Siswa kelas X pada umumnya masih berada dalam tahap penyesuaian terhadap lingkungan sekolah dan pengenalan bidang keahlian, sedangkan siswa kelas XII berada pada tahap akhir yang lebih dekat dengan penyelesaian kompetensi, kelulusan, dan persiapan memasuki dunia kerja atau melanjutkan pendidikan. Sementara itu, siswa kelas XI telah melewati tahap penyesuaian awal, tetapi masih berada dalam tahap penguatan kompetensi sebelum memasuki tahap akhir Pendidikan (Aryawan, 2023). Posisi tersebut membuat kelas XI menjadi tahap yang penting untuk melihat bagaimana siswa mempertahankan konsistensi belajar dan mengelola tuntutan akademik serta vokasional yang semakin membutuhkan kemandirian.

Pemilihan kelas XI juga berkaitan dengan perkembangan remaja. Pada masa remaja akhir, kemampuan kognitif dan kemampuan memahami konsekuensi dari suatu tindakan semakin berkembang, tetapi kemampuan tersebut belum selalu diikuti dengan kemampuan mengendalikan perilaku secara konsisten dalam berbagai situasi (Hurlock, 2011). Remaja mulai mampu menentukan pilihan dan memahami konsekuensi, tetapi masih dapat mengalami kesulitan dalam mengatur prioritas, menahan dorongan, dan mempertahankan perilaku yang sesuai dengan tujuan. Kondisi tersebut menjadi relevan bagi siswa kelas XI yang harus mengelola tuntutan pembelajaran teori dan praktik secara bersamaan.

Salah satu perilaku yang dapat muncul ketika siswa mengalami kesulitan dalam mengelola tuntutan tersebut adalah prokrastinasi akademik. Solomon & Rothblum (1984) menjelaskan prokrastinasi akademik sebagai kecenderungan menunda memulai atau menyelesaikan tugas akademik meskipun individu mengetahui bahwa penundaan tersebut dapat menimbulkan konsekuensi. Prokrastinasi akademik dapat terlihat dalam berbagai aktivitas, seperti menunda mengerjakan tugas, menunda belajar menghadapi ujian, menunda membaca materi, menunda menyelesaikan tugas administrasi, menunda menghadiri kegiatan akademik, serta menunda aktivitas akademik secara umum. Dengan karakteristik pembelajaran SMK yang memadukan teori dan praktik, perilaku menunda dapat menghambat penyelesaian berbagai tuntutan yang harus dikerjakan secara bertahap.

Solomon & Rothblum (1984) juga menjelaskan bahwa prokrastinasi akademik berkaitan dengan beberapa faktor psikologis, terutama *fear of failure* dan *task aversiveness*. *Fear of failure* berkaitan dengan kekhawatiran individu terhadap kemungkinan mengalami kegagalan, memperoleh hasil yang tidak sesuai harapan, atau mendapatkan penilaian buruk. Sementara itu, *task aversiveness* berkaitan dengan persepsi bahwa tugas merupakan sesuatu yang sulit, membosankan, tidak menyenangkan, atau membutuhkan usaha yang besar. Kedua kondisi tersebut dapat membuat individu lebih memilih menunda tugas dan melakukan aktivitas lain yang dirasakan lebih menyenangkan atau lebih mudah.

Gambaran mengenai prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMKN 4 Bondowoso diperoleh melalui wawancara awal terhadap 9 siswa dari empat jurusan, yaitu Agribisnis Tanaman Perkebunan (ATP), Layanan Penunjang Keperawatan dan Caregiver (LPKC), Teknologi Laboratorium Medik (TLM), dan Teknik Jaringan Akses Telekomunikasi (TJAT). Hasil wawancara menunjukkan bahwa terdapat empat siswa yang menunjukkan kecenderungan melakukan prokrastinasi akademik, yaitu masing-masing satu siswa dari jurusan ATP, AKC, TLM, dan TJAT. Sementara itu, lima siswa lainnya tidak menunjukkan kecenderungan prokrastinasi, terdiri atas dua siswa dari AKC serta masing-masing satu siswa dari ATP, TLM, dan TJAT.

Hasil wawancara awal menunjukkan adanya perbedaan kecenderungan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI di SMKN 4 Bondowoso. Dari 9 siswa yang diwawancarai, terdapat empat siswa yang menunjukkan kecenderungan melakukan prokrastinasi akademik, yaitu masing-masing satu siswa dari jurusan ATP, AKC, TLM, dan TJAT. Sementara itu, lima siswa lainnya tidak menunjukkan kecenderungan prokrastinasi akademik, terdiri atas dua siswa dari AKC serta masing-masing satu siswa dari ATP, TLM, dan TJAT.

Jika dikaitkan dengan prokrastinasi akademik Solomon & Rothblum (1984), hasil wawancara menunjukkan bahwa kecenderungan penundaan terutama terlihat pada aspek menulis atau mengerjakan tugas akademik. Beberapa siswa mengerjakan dengan batas waktu pengumpulan sudah

mendekat atau mengerjakannya secara tidak konsisten dengan berhenti dan melanjutkannya tugas pada waktu lain. Pada aspek belajar menghadapi ujian, siswa menunjukkan kecenderungan menunda persiapan belajar dan baru mulai belajar ketika ujian sudah semakin dekat. Pada aspek membaca materi pembelajaran, terdapat siswa yang memilih melakukan aktivitas lain terlebih dahulu sehingga membaca materi menjadi tertunda.

Pada aspek tugas *administrative*, hasil wawancara menunjukkan adanya kecenderungan menunda penyelesaian kewajiban akademik yang perlu dilakukan. Sementara itu, pada aspek menghadiri kegiatan akademik, tidak ditemukan informasi yang cukup dari wawancara untuk menggambarkan adanya penundaan secara khusus. Pada aspek aktivitas akademik secara umum, beberapa siswa menunjukkan kecenderungan mengutamakan aktivitas lain sebelum menyelesaikan kewajiban akademiknya, seperti menggunakan *handphone*, membuka media social, atau bermain game. Dengan demikian, hasil wawancara awal menunjukkan bahwa kecenderungan prokrastinasi lebih terlihat pada beberapa aktivitas akademik, terutama pengerjaan tugas, belajar, membaca materi, dan aktivitas akademik secara umum, sedangkan tidak seluruh aspek dapat tergambarkan melalui wawancara awal.

Sebaliknya, siswa yang tidak menunjukkan kecenderungan prokrastinasi cenderung langsung mengerjakan tugas, mencicil tugas secara bertahap, atau menyelesaikan tugas terlebih dahulu sebelum melakukan aktivitas lainnya. Beberapa siswa juga berusaha menyelesaikan tugas lebih

awal agar tidak terburu-buru mendekati batas waktu pengumpulan. Perbedaan tersebut menunjukkan bahwa siswa yang menghadapi lingkungan dan tuntutan akademik yang sama dapat menunjukkan pola perilaku yang berbeda dalam mengatur dan menyelesaikan aktivitas akademiknya.

Perbedaan tersebut dapat dikaitkan dengan kemampuan *self-control*. Averill (1973) menjelaskan bahwa *self-control* merupakan kemampuan individu dalam mengendalikan perilaku, mengontrol proses kognitif, dan menentukan individu dalam menghadapi situasi tertentu. *Self-control* terdiri atas *behavioral control*, *cognitive control*, dan *decisional control*. *Behavioral control* berkaitan dengan kemampuan mengendalikan perilaku dalam menghadapi situasi tertentu. Dalam konteks siswa, kemampuan tersebut dapat terlihat saat siswa tetap mengerjakan tugas meskipun terdapat dorongan untuk menggunakan *handphone* atau melakukan aktivitas lain. *Cognitive control* berkaitan dengan kemampuan mengolah dan menafsirkan informasi, sehingga siswa mampu memahami bahwa tugas yang batas pengumpulannya masih lama tetap perlu dikerjakan secara bertahap. Sementara itu, *decisional control* berkaitan dengan kemampuan menentukan pilihan berdasarkan pertimbangan tertentu.

Hasil wawancara awal dapat menggambarkan aspek *self-control* tersebut. Pada siswa yang melakukan prokrastinasi, kecenderungan memilih aktivitas lain sebelum mengerjakan tugas menunjukkan adanya kesulitan dalam mengendalikan perilaku karena terdapat stimulus yang lebih

menarik. Sementara itu, siswa yang langsung mengerjakan atau mencicil tugas menunjukkan kemampuan untuk mengarahkan perilaku pada penyelesaian tugas meskipun terdapat aktivitas lain yang dapat dilakukan. Perbedaan tersebut menunjukkan bahwa kemampuan siswa dalam mengendalikan perilaku dan mengarahkan respons terhadap tuntutan akademik dapat berbeda meskipun berada pada lingkungan pendidikan yang sama.

Pengaruh antara *self-control* dan prokrastinasi akademik juga dapat dijelaskan melalui *Social Cognitive Theory* (Bandura, 1986). Bandura menjelaskan bahwa perilaku individu terbentuk melalui interaksi timbal balik antara faktor personal, perilaku, dan lingkungan. Dalam konteks siswa SMK, tuntutan tugas, praktik, penggunaan handphone, media sosial, teman, serta aktivitas lain merupakan bagian dari lingkungan yang dapat memengaruhi perilaku siswa. Namun, siswa tidak hanya menerima pengaruh lingkungan secara pasif. Kemampuan personal untuk mengatur dan mengendalikan perilaku turut menentukan respons yang diberikan terhadap lingkungan. Ia juga menjelaskan bahwa regulasi diri melibatkan proses memantau perilaku, menilai perilaku berdasarkan tujuan atau standar tertentu, dan memberikan respons terhadap hasil perilaku tersebut.

Dengan demikian, siswa menghadapi tugas yang sulit atau kurang menyenangkan, terdapat interaksi antara kondisi lingkungan, proses kognitif, dan perilaku siswa. Siswa dengan kemampuan *self-control* yang lebih baik dapat mengarahkan perilakunya pada tujuan akademik meskipun

terdapat dorongan untuk melakukan aktivitas lain. Sebaliknya, siswa yang kurang mampu mengendalikan perilakunya dapat lebih mudah mengikuti dorongan sesaat sehingga tugas menjadi tertunda.

Pengaruh *self-control* dengan prokrastinasi akademik juga telah ditemukan dalam penelitian sebelumnya. Aisy & Sugiyo (2021) menunjukkan adanya pengaruh pada *self-control* terhadap prokrastinasi akademik pada siswa SMA. Penelitian Risty & Fahmawati (2024) pada siswa SMK juga menunjukkan hubungan antara *self-control* dan prokrastinasi akademik. Selain itu, Gibran (2024) menemukan hubungan serupa pada mahasiswa tingkat akhir. Temuan tersebut menunjukkan bahwa kemampuan pengendalian diri berkaitan dengan kecenderungan individu dalam mengatur perilaku akademiknya.

Meskipun penelitian mengenai *self-control* dan prokrastinasi akademik telah dilakukan, penelitian ini memiliki konteks yang lebih spesifik karena berfokus pada siswa kelas XI SMK yang menghadapi tuntutan akademik sekaligus tuntutan vokasional. Pendidikan vokasional menuntut siswa mengembangkan kompetensi yang dapat diterapkan dalam dunia kerja melalui integrasi pembelajaran teori, praktik, dan pengalaman kejuruan (Irwanto, 2023). Oleh karena itu, kemampuan siswa dalam mengendalikan perilaku dan proses berpikir menjadi relevan untuk dikaji karena siswa tidak hanya dituntut menyelesaikan tugas akademik, tetapi juga mempertahankan keterlibatan dalam proses pengembangan kompetensi kejuruan.

Berdasarkan uraian tersebut, prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMKN 4 Bondowoso penting untuk diteliti karena tuntutan pendidikan yang mereka hadapi tidak hanya berupa tuntutan akademik, tetapi juga tuntutan vokasional yang membutuhkan konsistensi, tanggung jawab, dan kemampuan mengatur diri. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh *self-control* terhadap prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI di SMKN 4 Bondowoso.

B. Rumusan Masalah/Masalah Penelitian

Apakah terdapat pengaruh yang signifikan dari *Self-Control* terhadap prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI di SMKN 4 Bondowoso?

C. Tujuan Penelitian

Mengetahui pengaruh signifikan dari *Self-Control* terhadap prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI di SMKN 4 Bondowoso.

D. Manfaat penelitian

Berikut merupakan manfaat penelitian yang diharapkan oleh penulis:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah kajian dalam psikologi pendidikan, khususnya mengenai pengaruh *Self-Control* terhadap prokrastinasi akademik, serta menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat membantu siswa mengenali tingkat *Self-Control* dan kecenderungan prokrastinasi akademik, khususnya yang berkaitan dengan aspek perilaku dan emosi. Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan bagi guru dan sekolah dalam memberikan pendampingan dan bimbingan yang lebih sesuai dengan kebutuhan siswa.

E. Keaslian Penelitian

1. Penelitian Aisy & Sugiyo (2021) bertujuan mengetahui tingkat kontrol diri dan prokrastinasi akademik serta pengaruh di antara keduanya pada siswa kelas XI. Metode yang digunakan adalah kuantitatif korelasional dengan 161 sampel. Hasil menunjukkan bahwa kontrol diri berada pada kategori tinggi dan prokrastinasi pada kategori cukup, dengan pengaruh sebesar 58,4%. Penelitian ini menyarankan penambahan variabel lain dalam penelitian berikutnya.
2. Penelitian Dwiawati (2023) bertujuan mengkaji pengaruh *Self-Esteem* dan *Self-Control* terhadap pengendalian prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Metode yang digunakan adalah kuantitatif dengan kuesioner pada 46 responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kedua variable tersebut secara simultan dan parsial berpengaruh positif dalam mengurangi prokrastinasi.

Disarankan adanya bimbingan dan pelatihan regulasi diri serta penambahan jumlah sampel pada penelitian selanjutnya.

3. Penelitian Martono (2023) bertujuan menguji pengaruh *self efficacy* terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa dengan metode kuantitatif regresi sederhana pada 448 responden. Hasil menunjukkan adanya pengaruh *self efficacy* dengan kontribusi sebesar 3,1%. Keterbatasannya terletak pada rendahnya kontribusi *self efficacy* dan keterbatasan subjek penelitian.
4. Penelitian Risty & Fahmawati (2024) bertujuan mengetahui hubungan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMK. Metode yang digunakan adalah kuantitatif korelasional dengan 327 sampel. Hasil menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara efikasi diri dan prokrastinasi akademik. Keterbatasannya terletak pada potensi bias data dan penggunaan satu variabel saja dalam menjelaskan fenomena prokrastinasi.
5. Penelitian Amandari (2025) bertujuan mengetahui pengaruh manajemen waktu terhadap prokrastinasi akademik siswa kelas XI SMK Negeri 3 Salatiga. Metode penelitian yang digunakan adalah causal-comparative dengan sampel sebanyak 200 siswa yang dipilih menggunakan *proportionate random sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa manajemen waktu berpengaruh negatif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik dengan kontribusi

sebesar 29,3%. Semakin rendah manajemen waktu siswa, maka semakin tinggi prokrastinasi akademiknya.

6. Penelitian Akhtar & Khanam (2024) bertujuan untuk mengetahui hubungan antara motivasi akademik dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa psikologi. Metode yang digunakan adalah kuantitatif korelasional dengan sampel sebanyak 102 mahasiswa psikologi yang terdiri dari 81 perempuan dan 21 laki-laki. Instrumen penelitian menggunakan *Academic Motivation Scale* (AMS-C) dan *Procrastination Scale*. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi akademik dan prokrastinasi akademik. Semakin tinggi motivasi akademik mahasiswa, maka semakin rendah kecenderungan prokrastinasi akademiknya. Penelitian ini juga menemukan bahwa mahasiswa perempuan memiliki motivasi akademik yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki.