

HUBUNGAN PROKRASINASI AKADEMIK DENGAN PRESTASI BELAJAR PADA SISWA YANG AKTIF DALAM KEGIATAN EKSTRAKURIKULER

Yudistiro¹

*Program Studi Psikologi
Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
Universitas Mulawarman Samarinda*

ABSTRACT. *According to several research analysis, procrastination affects the whole of Indonesian community including students. Academic procrastination gives many negative effects for students such as procrastinating the task accomplishment, lowering students' motivation to pursue higher education and skipping the class very frequently. Based on these phenomena, this research was conducted to find the relationship between academic procrastination and students' achievement participated in extra-curricular activities at SMK N 20 Samarinda. The purpose of the research was also to know the relationship between academic procrastination and students' achievement at SMK N 20 Samarinda in the academic year 2015/2016. The Likert scale questionnaire was tried out for 33 students. Then it was administered for 50 students as the research subjects. The data were analyzed using SPSS 20 for windows by applying validity and reliability, descriptive, linearity, normality and correlation test. The computation of product moment correlation at 0.05 (5%) confidence level for 53 research subjects was $N = 53$, $r_{table} = 0.279$. This indicated that r_{count} was lower than r_{table} , H_0 was accepted and H_a was rejected. Otherwise, if r_{count} is higher than r_{table} , H_a is rejected. The result of the correlation showed that $r_{count} < r_{table}$ ($0.097 < 0.279$, $0.097 > 0.05$).*

Keywords: *academic procrastination, students' achievement*

ABSTRAK. Menurut beberapa analisis penelitian, penundaan mempengaruhi seluruh masyarakat Indonesia termasuk siswa. Prokrastinasi akademik memberikan banyak efek negatif bagi siswa seperti menunda-nunda penyelesaian tugas, menurunkan motivasi siswa untuk mengejar pendidikan tinggi dan melewatkan kelas sangat sering. Berdasarkan fenomena tersebut, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara prokrastinasi akademik dan prestasi belajar siswa dalam kegiatan ekstrakurikuler di SMK N 20 Samarinda. Tujuan dari penelitian ini adalah juga untuk mengetahui hubungan antara prokrastinasi akademik dan prestasi belajar siswa di SMK N 20 Samarinda pada tahun akademik 2015/2016. Kuesioner skala Likert diujicobakan untuk 33 siswa. Kemudian diberikan kepada 50 siswa sebagai subjek penelitian. Data dianalisis menggunakan SPSS 20 for windows dengan menerapkan validitas dan reliabilitas, deskriptif, linieritas, normalitas dan uji korelasi. Perhitungan korelasi product moment pada tingkat kepercayaan 0,05 (5%) untuk 53 subjek penelitian adalah $N = 53$, $r_{tabel} = 0,279$. Ini menunjukkan bahwa r_{count} lebih rendah dari r_{tabel} , H_0 diterima dan H_a ditolak. Kalau tidak, jika r_{count} lebih tinggi dari r_{tabel} , H_a ditolak. Hasil korelasi menunjukkan bahwa $r_{hitung} < r_{tabel}$ ($0,097 < 0,279$, $0,097 > 0,05$).

Kata kunci: prokrastinasi akademik, prestasi siswa.

¹ Email: yudistiro698@gmail.com

PENDAHULUAN

Pendidikan dapat ditempuh melalui berbagai jalur, salah satunya adalah dengan mengenyam pendidikan di bangku sekolah melalui kegiatan belajar mengajar di dalam kelas. Namun demikian, untuk mencapai suatu prestasi, kegiatan belajar yang hanya dilakukan melalui tatap muka di dalam kelas tidaklah cukup sehingga diperlukan adanya kegiatan penunjang aktivitas pendidikan yang lain mengingat setiap individu memiliki tujuan dan minat belajar yang berbeda.

Salah satu kegiatan yang menunjang pendidikan di sekolah adalah ekstrakurikuler. Kegiatan ekstrakurikuler di sekolah penting dilaksanakan demi mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran bagi peserta didik agar mampu secara aktif mengembangkan potensi dirinya dalam membangun kepribadian, pengendalian diri, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya.

Pelaksanaan ekstrakurikuler di sekolah mengacu Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia No. 81 A tahun 2013 tentang Implementasi Kurikulum, yang dijabarkan dalam lampiran pedoman pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler dinyatakan bahwa :

“Kegiatan ekstrakurikuler menjembatani kebutuhan perkembangan peserta didik yang berbeda, seperti perbedaan sense akan nilai moral, sikap, kemampuan, dan kreatifitas. Melalui partisipasinya dalam kegiatan ekstrakurikuler peserta didik dapat belajar dan mengembangkan kemampuan berkomunikasi, bekerja sama dengan orang lain, serta menemukan dan mengembangkan potensinya. Kegiatan ekstrakurikuler juga memberikan manfaat sosial yang besar”.

Sehingga dengan demikian ekstrakurikuler mencakup semua kegiatan yang diselenggarakan di luar jam pelajaran wajib yang berguna untuk memperkaya dan memperluas pengetahuan siswa (Suryosubroto, 2009).

Tujuan utama dari kegiatan ekstrakurikuler ini adalah untuk mengembangkan bakat dan minat dari para siswa melalui kegiatan-kegiatan tertentu baik di dalam sekolah maupun di luar sekolah yang tidak tercantum di dalam kurikulum pendidikan. Kegiatan ini juga merupakan proses pengaktualisasian potensi kreativitas dimana para

siswa dengan potensi, inteligensi, motivasi belajar, dan kemauan belajar yang berbeda-beda lebih leluasa dan bebas untuk memilih jenis kegiatan yang sesuai dengan bakat dan minat mereka.

Disatu sisi, kegiatan ekstrakurikuler ini sangat membantu siswa dalam mengembangkan kemampuan interaksi sosial dengan teman-temannya, guru-gurunya serta orang lain di sekitar mereka. Kemampuan menyesuaikan diri dan berkomunikasi dengan orang lain ini menunjang mereka untuk dapat mengikuti proses belajar mengajar dengan baik sehingga dapat mencapai prestasi yang tinggi.

Hasil wawancara dengan siswa SMK Negeri 20 Samarinda, mengenai prokrastinasi akademik serta prestasi belajar siswa. Menunjukkan tanggapan yang beragam seperti yang diungkapkan oleh R bahwa ia mengikuti kegiatan ekstrakurikuler karena suka terhadap ekstrakurikulernya serta nilai yang didapat sebelum dan setelah mengikuti ekstrakurikuler sama saja, adapun ketika mendapatkan tugas dari sekolah kadang mengerjakan dengan teman jikalau sedang malas setelah mengikuti ekstrakurikuler lebih sering menunda tugas. Sedangkan dari hasil wawancara siswa lain juga megungkapkan bahwa A mengikuti ekstrakurikuler karena hoby tetapi ketika untuk mengerjakan tugas ia tidak langsung mengerjakan tugasnya melainkan lebih sering menunda dan lebih senang berkumpul dengan teman-teman di daerah rumahnya dan lebih senang melihat tugas teman di sekolah, sehingga nilai yang didapatkan setelah mengikuti ekstrakurikuler menurun. Lebih lanjut dari hasil wawancara siswa F mengungkapkan bahwa ia mengikuti ekstrakurikuler karena ikut-ikutan teman karena menurutnya ingin mengikuti tren, adapun ketika mengerjakan tugas lebih sering mengerjakan tugas disekolah karena ketika dirumah lebih asik menonton acara televisi.

Rahayu, D., & Adriansyah, M, A (2014) pada mahasiswa, perubahan sosial yang dialami menyebabkan terjadinya perubahan peran sosial dan kegiatan sosial. Perubahan peran dan kegiatan ini menyebabkan agar dituntut untuk lebih bertanggung jawab atas peran dan kegiatannya di masyarakat. Keterlibatan pada peran baru dan kegiatan yang dilakukan inilah harus memecahkan sendiri masalah yang dihadapi. Masalah yang dihadapi oleh para siswa SMK Negeri 20 Samarinda tidak memiliki

metode belajar yang baik sehingga kebiasaan terus menerus menunda itu melekat dalam pribadi siswa. Perilaku tersebut menurut istilah psikologi disebut dengan prokrastinasi akademik.

Burka dan Yuen (2008), mengemukakan bahwa prokrastinasi terjadi pada setiap individu tanpa memandang usia, jenis kelamin, atau statusnya sebagai pekerja atau pelajar. Menurut Ellis & Knaus (Tuckman, 2002), prokrastinasi merupakan kebiasaan penundaan yang tidak perlu, yang dilakukan seseorang karena adanya ketakutan gagal serta ketakutan akan adanya pandangan bahwa segala sesuatu harus dilakukan dan harus diselesaikan dengan sempurna, sehingga individu merasa lebih aman untuk tidak melakukan dengan segera, karena hal itu akan menghasilkan sesuatu yang tidak maksimal.

TINJAUAN PUSTAKA

Prokrastinasi Akademik

Istilah prokrastinasi berasal dari bahasa Latin procrastination dengan awalan “pro” yang berarti mendorong maju atau bergerak maju dan akhiran “crastinus” yang berarti keputusan hari esok atau jika digabungkan menjadi menangguhkan atau menunda sampai hari berikutnya (Burka & Yuen, 2008). Burka & Yuen (2008), kata prokrastinasi yang ditulis dalam American College Dictionary, memiliki arti menangguhkan tindakan untuk melaksanakan tugas dan dilaksanakan pada lain waktu.

Kamus The Webster New Collegiate mendefinisikan prokrastinasi sebagai suatu pengunduran secara sengaja dan biasanya disertai dengan perasaan tidak suka untuk mengerjakan sesuatu yang harus dikerjakan. Prokrastinasi di kalangan ilmuwan, pertama kali digunakan oleh Brown dan Hoizman untuk menunjukkan kecenderungan untuk menunda-nunda penyelesaian suatu tugas atau pekerjaan. Seseorang yang mempunyai kecenderungan menunda atau tidak segera memulai kerja disebut procrastinator (M. N. Ghufon, 2003).

Prestasi Belajar

Prestasi belajar adalah perubahan tingkah laku yang dianggap penting yang diharapkan dapat mencerminkan perubahan yang terjadi sebagai hasil

belajar siswa, baik yang berdimensi cipta, dan rasa maupun yang berdimensi karsa (Syah M, 2006).

Menurut Sumadi Suryabrata (2006), prestasi dapat pula didefinisikan sebagai berikut: “nilai merupakan perumusan terakhir yang dapat diberikan oleh guru mengenai kemajuan/prestasi belajar siswa selama masa tertentu”. Jadi, prestasi adalah hasil usaha siswa selama masa tertentu melakukan kegiatan.

Jadi prestasi belajar adalah hasil belajar setelah mengikuti program pembelajaran yang dinyatakan dengan skor atau nilai. Pengukuran akan pencapaian prestasi belajar mahasiswa dalam pendidikan formal telah ditetapkan dalam jangka waktu yang bersifat caturwulan dan sering disebut dengan istilah mid semester (UTS) dan ujian akhir semester (UAS), tetapi dalam prestasi belajar diharapkan adalah peningkatan yang dilakukan dalam materi yang diajarkan.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan penelitian kuantitatif. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa SMK Negeri 20 Samarinda. Metode pengumpulan data yang dimaksud pada penelitian ini adalah menggunakan data pribadi subjek dan alat pengukuran atau instrumen. Alat pengukuran atau instrumen yang digunakan ada dua macam yaitu alat ukur prokrastinasi akademik dan prestasi belajar.

Skala prokrastinasi akademik di susun berdasarkan atas enam area dari perilaku yang dikemukakan Solomon & Rothblum (M.N. Ghufon, 2003) dengan area-area yang meliputi tugas mengarang, tugas membaca, tugas belajar, kinerja tugas administratif, menghadiri pertemuan, penundaan kinerja akademik secara keseluruhan.

Indikator prestasi belajar siswa diambil dari nilai raport semester ganjil pada siswa kelas XI SMK Negeri 20 Samarinda yang aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler Tahun Pembelajaran 2015/2016. Nilai tersebut dapat diperoleh dari rekapitulasi nilai yang dimasukkan ke dalam buku raport. Dimana pengukuran nilainya dalam bentuk angka.

Data yang dilakukan untuk pengolahan data penelitian adalah menggunakan dianalisis dengan pendekatan statistic. Pengujian hipotetis dalam

penelitian ini menggunakan uji analisis *product moment* menggunakan program SPSS 20.00 for windows.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara prokrastinasi akademik dengan prestasi belajar pada siswa yang aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler pada siswa SMK Negeri 20 Samarinda. Hasil perhitungan validitas dan reliabilitas skala prokrastinasi yang telah dilakukan, Hasil pengujian hipotesa menyatakan terdapat hubungan antara prokrastinasi dengan prestasi belajar siswa karena taraf signifikansi pada pengujian hipotesa > 0.05 ($0.827 > 0.05$). Hasil uji korelasi diperoleh berdasarkan ketentuan r hitung lebih kecil dari r tabel, maka H_a diterima dan H_o ditolak, sebaliknya bila r hitung lebih besar dari r tabel maka H_a diterima (Sugiono, 2010). Pada penelitian ini nilai koefisien korelasi adalah besar.

Berdasarkan hasil uji deskriptif dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik pada siswa di SMK Negeri 20 Samarinda termasuk dalam kategori rendah ditandai dengan sebanyak 22 orang atau sekitar 41.51 persen berada di kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun siswa tersebut mengikuti kegiatan ekstrakurikuler, tidak semua dari responden tersebut menunjukkan prokrastinasi akademik yang tinggi. Namun demikian ada sejumlah siswa yang memiliki prokrastinasi akademik tinggi dan sangat tinggi dengan jumlah 4 siswa atau sekitar 7.55 persen di kategori sangat tinggi dan 17 siswa atau 32,08 persen di kategori tinggi. Dalam kategori ini, siswa cenderung selalu menunjukkan perilaku penundaan mengerjakan tugas akademik sebagai suatu pengunduran secara sengaja dan biasanya disertai dengan perasaan tidak suka untuk mengerjakan sesuatu yang harus dikerjakan. Hal tersebut sesuai dengan penuturan Solomon & Rothblom (M.N. Ghufron, 2003) munculnya perilaku prokrastinasi akademik didasari oleh adanya area-area perilaku prokrastinasi akademik, seperti tugas belajar menghadapi ujian mencakup penundaan belajar untuk menghadapi ujian, tugas membaca meliputi adanya penundaan untuk membaca buku, serta penundaan kinerja akademik secara keseluruhan yaitu menunda mengerjakan atau menyelesaikan

tugas-tugas akademik secara keseluruhan dan lebih mementingkan kegiatan lain.

Berdasarkan hasil uji signifikansi korelasi menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara prokrastinasi akademik dengan prestasi belajar pada siswa SMK Negeri 20 Samarinda dengan nilai $r^2 = 0.097 > P = 0.041$, r tabel = 0.279, hal tersebut menunjukkan hipotesis diterima. Artinya variabel prokrastinasi akademik terhadap prestasi belajar memiliki hubungan.

Berdasarkan hasil uji deskriptif prestasi belajar dapat disimpulkan bahwa sebanyak 24 orang atau sekitar 45.28 persen termasuk dalam kategori tinggi. Artinya hampir setengah dari jumlah subjek dalam penelitian ini adalah siswa yang aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler dan memiliki prestasi belajar yang cukup baik. Ini menandakan bahwa perubahan tingkah laku yang dianggap penting yang diharapkan dapat mencerminkan perubahan yang terjadi sebagai hasil belajar siswa, baik yang berdimensi cipta, rasa maupun yang berdimensi karsa (Syah M, 2006).

Dalam kaitannya dengan prokrastinasi akademik yang sering dilakukan oleh siswa SMK Negeri 20 Samarinda adalah prokrastinasi yang terkait dengan bidang akademik atau yang biasa disebut sebagai prokrastinasi akademik. Prokrastinasi dapat juga dikatakan sebagai penghindaran tugas, yang diakibatkan perasaan tidak senang terhadap tugas serta ketakutan untuk gagal dalam mengerjakan tugas. Knaus (2002), berpendapat bahwa penundaan yang telah menjadi respon tetap atau kebiasaan dapat dipandang sebagai trait prokrastinasi. Artinya prokrastinasi dipandang lebih dari sekedar kecenderungan melainkan suatu respon tetap dalam mengantisipasi tugas-tugas yang tidak disukai dan dipandang tidak diselesaikan dengan sukses. Dengan kata lain penundaan yang dikategorikan sebagai prokrastinasi adalah apabila penundaan tersebut sudah merupakan kebiasaan atau pola yang menetap, yang selalu dilakukan seseorang ketika menghadapi suatu tugas dan penundaan yang diselesaikan oleh adanya keyakinan irasioanal dalam memandang tugas. Bisa dikatakan bahwa istilah prokrastinasi bisa dipandang dari berbagai sisi dan bahkan tergantung dari mana seseorang melihatnya.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara prokrastinasi akademik dengan prestasi belajar pada siswa yang aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler pada siswa SMK Negeri 20 Samarinda tahun pembelajaran 2015/2016.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian di atas maka peneliti menyarankan beberapa hal sebagai berikut:

1. Bagi siswa
Diharapkan para siswa menyadari dan menghindari perilaku prokrastinasi akademik agar tidak memberikan dampak negatif yang akhirnya memperburuk prestasi belajar disekolah.
2. Bagi guru
Diharapkan peran aktif guru dapat memberikan perhatian dan pembinaan kepada para siswa untuk meminimalkan terjadinya prokrastinasi akademik yang dapat menimbulkan rusaknya prestasi belajar siswa.
3. Bagi sekolah
Menambah informasi dan gambaran mengenai pentingnya peran guru agar prokrastinasi akademik yang sering terjadi pada siswa tidak terus menerus dilakukan.

DAFTAR PUSTAKA

- A.M. Sardiman. 2012. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*, Jakarta: Rajawali Pers.
- Anonim. 2000. A Brief History of Procrastination (on-line). http://http-server.carleton.ca/~tpychyl/prg/research/research_history_term.html. Diakses pada tanggal 31 Januari 2016.
- Aqib, Zainal dan Sujak. 2011. *Panduan dan Aplikasi Pendidikan Karakter*. Bandung: Yrama Widya.
- Arikunto, S, 2006, *Metodologi penelitian*, Bina Aksara, Yogyakarta.
- Azwar, Saifudin. 2010. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar

- Burka, J. B. dan Yuen, L. M. 2008. *Procrastination: Why You Do It, What to Do About It*. Cambridge: Da Capo Press.
- Ghozali, Imam. 2006. "Aplikasianalisis Multivariate Dengan Program SPSS". Semarang: Badan Penerbit Undip
- Gufron. M. N. 2003. Hubungan Kontrol Diri dan Persepsi Remaja terhadap Penerapan Disiplin Orang Tua dengan Prokrastinasi Akademik. [Online]. Tersedia: http://www.damandiri.or.id/file/mnurgufroun_gmbab1.pdf. [31 January 2016]
- Hadi, S. 2000. *Metodologi Research*. Jilid 1. Yogyakarta: Andi Offset
- Ilyas. 2008. *Fungsi dan Pengukuran Prestasi Belajar*. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Kemendikbud. 2013. *Permendikbud No.81A tentang Implementasi Kurikulum*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan
- Knaus, William. Ed. D. 2002. *The Procrastination Workbook*. New Harbinger: *Publication, Inc.*
- Margono, S. 2007. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Permendiknas No 22 Tahun 2006. 2006. *Pedoman Pengembangan diri*. Kementrian Pendidikan Nasional.
- Rahayu, D., & Adriansyah, M. A. (2014). Hubungan Antara Kemandirian dan Gaya Belajar Dengan Strategi Menyelesaikan Masalah Pada Mahasiswa. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 3(1), 1-11.
- Rohinah MN. 2012. *The Hidden Curriculum Membangun Karakter Melalui Kegiatan Ekstrakurikuler*. Yogyakarta: Insan Madani
- Slameto. 2003. *Belajar Dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Sugiyono, 2010. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suryosubroto. 2009. *Proses Belajar Mengajar di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Syah, Muhibbin. 2006. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Raja grafindo.