

	<b>Jurnal Konseling Komprehensif: Kajian Teori dan Praktik Bimbingan dan Konseling</b>	<b>Vol 11, No 2, 2024</b>
	Tersedia di <a href="https://jkk-fkip.ejournal.unsri.ac.id/index.php/JKK">https://jkk-fkip.ejournal.unsri.ac.id/index.php/JKK</a> e-ISSN 2828-2965                      p-ISSN 2548-4311	<b>hlm. 167—173</b>

## Prokrastinasi Akademik: Studi Komparasi Siswa Ditinjau dari Jenis Kelamin dan Jenis Sekolah

**Rizki Novirson<sup>1\*</sup>, Yola Eka Putri<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sriwijaya, Sumatera Selatan, Indonesia

*e-mail rizkinovirson@fkip.unsri.ac.id*

**Abstract:** Academic procrastination is one of the many phenomena experienced by students. It has become a serious issue at the senior high school level. The purpose of this study is to describe the differences in students' academic procrastination levels based on gender and school type, namely regular schools and boarding schools. This study used a quantitative method with a comparative descriptive approach. 150 students in senior high school and vocational school became the research sample. Data were collected by Academic Procrastination Scale. Data analyzed used ANAVA. The results showed that (1) there is a significant difference in students' academic procrastination in terms of gender, (2) there is a significant difference in students' academic procrastination in terms of regular school and boarding school, (3) there is no interaction of academic procrastination in terms of gender and school type. This means that the interaction between gender and school type does not determine students' academic procrastination. Teachers and counselor have a big responsibility to help students get out of the problem of academic procrastination with counseling services.

**Keywords:** Academic procrastination, gender, school type

**Abstrak:** Prokrastinasi akademik merupakan salah satu fenomena yang banyak dialami oleh mahasiswa. Hal ini sudah menjadi persoalan serius di tingkat sekolah menengah atas. Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan perbedaan tingkat prokrastinasi akademik siswa berdasarkan jenis kelamin dan jenis sekolah yaitu sekolah reguler dan pesantren. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan deskriptif komparatif. Sampel penelitian berjumlah 150 siswa SMA dan SMK. Data dikumpulkan dengan Skala Prokrastinasi Akademik. Analisis data menggunakan ANAVA. Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) terdapat perbedaan yang signifikan prokrastinasi akademik siswa ditinjau dari jenis kelamin, (2) terdapat perbedaan yang signifikan prokrastinasi akademik siswa ditinjau dari sekolah reguler dan pesantren, (3) tidak ada interaksi penundaan akademik ditinjau dari gender dan jenis sekolah. Artinya interaksi gender dan jenis sekolah tidak menentukan prokrastinasi akademik siswa. Guru dan konselor mempunyai tanggung jawab yang besar untuk membantu siswa keluar dari masalah prokrastinasi akademik dengan layanan konseling.

**Kata kunci:** Prokrastinasi akademik, jenis kelamin, jenis sekolah

### PENDAHULUAN

Salah satu upaya mencerdaskan kehidupan bangsa adalah dengan meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Hal ini dapat direalisasikan melalui kegiatan pendidikan di sekolah baik itu formal dan non formal, melalui sekolah biasa maupun berasrama, pada jenjang pendidikan dasar, menengah, dan tinggi serta memiliki jenis pendidikan umum, khusus dan kejuruan. Sekolah memegang peranan penting dalam menunjang aktifitas-aktifitas positif untuk siswa menuju kearah yang lebih baik kedepannya.

Kesuksesan siswa dalam belajar adalah sejauh manasiswa dapat menyelesaikan dengan baik tugas-tugas yang dituntut oleh pendidik (Prayitno, 2017). Tugas-tugas yang dimaksud tidak hanya sekedar dapat di selesaikan seadanya saja, tetapi hendaknya dapat memenuhi mutu dan kriteria yang diharapkan selain dapat diselesaikan pada waktu yang ditetapkan. Disamping itu, belajar yang efisien dapat dicapai apabila menggunakan strategi belajar yang tepat untuk mencapai hasil yang maksimal. Namun tidak selamanya siswa dapat mengikuti proses belajar di sekolah dengan baik, tentunya terdapat permasalahan berkenaan dengan pola belajarnya. Permasalahan inilah yang mengindikasikan munculnya prokrastinasi akademik.

Prokrastinasi atau penundaan tugas akademik merupakan masalah besar yang terjadi pada siswa. Prokrastinasi akademik merupakan salah satu dari banyak fenomena yang dialami oleh siswa, dan akan menjadi isu yang serius pada tingkat SMA (Ansaralhosseini, Abedi & Javadzadeh, 2013; Khajedadmir, Nastiezaie & Pourgaz, 2016; Saputra, 2017). Ferrari (2009) menyatakan bahwa dengan melakukan penundaan, banyak waktu yang terbuang sia-sia, tugas-tugas banyak yang terbengkalai, bahkan bila diselesaikan hasilnya menjadi tidak maksimal.

Prokrastinasi merujuk pada penundaan dalam mengerjakan dan penyelesaian tugas hingga menit-menit terakhir pengumpulan tugas (Iskender, 2011; Saracaloglu & Gokdas, 2016). Senada dengan itu Steel (2007) mendefinisikan prokrastinasi sebagai kegagalan dalam meregulasi diri untuk mencapai tujuan akademik, yang mengakibatkan keterlambatan waktu pengumpulan. Begitupun Rozental & Carlbring (2014) menyayangkan beberapa pelaku prokrastinasi bahkan mengetahui dampak negatif dari penundaan tersebut. Beberapa indikator prokrastinasi akademik di antaranya; penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, dan melakukan aktifitas yang lebih menyenangkan.

Isu gender perlu dikaji dalam penelitian menyangkut prokrastinasi akademik siswa (Ozer & Ferrari, 2011; Bezci, Sungur & Semra, 2013). Di samping itu, perbedaan jenis sekolah perlu dicermati dalam menentukan tingkat prokrastinasi akademik siswa, seperti sekolah menengah atas dan sekolah menengah kejuruan. Kegiatan pembelajaran di sekolah biasa berbeda dengan sekolah berasrama. Secara umum, kurikulum di lingkungan sekolah menengah atas terstruktur menyesuaikan kebijakan secara nasional, terpusat pada beberapa minat studi. Sementara sekolah menengah kejuruan lebih berfokus pada pengembangan bakat dan minat siswa secara khusus dan dipersiapkan untuk bersaing di dunia kerja dan industri.

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif komparatif. Instrumen penelitian menggunakan Academic Procrastination Scale. Indikator dalam instrumen ini dikembangkan dari teori prokrastinasi akademik yang dijelaskan oleh Joseph R. Ferrari (1995). Sampel dalam penelitian ini adalah 150 siswa, terdiri dari 75 siswa SMA dan 75 siswa SMK Adapun teknik analisis data menggunakan ANAVA.

## HASIL

Data dalam penelitian ini meliputi variabel jenis kelamin (X1), jenis sekolah (X2), dan prokrastinasi siswa (Y). Berikut ini dikemukakan deskripsi data hasil penelitian pada tabel 1.

**Tabel 1.** Deskripsi Prokrastinasi Akademik Ditinjau dari Jenis Kelamin dan Jenis Sekolah (n=150)

Prokrastinasi Akademik				
Jenis Kelamin	Jenis Sekolah	Rata-rata	Std. Deviasi	N
Laki-laki	SMA	85,58	12,87	24
	SMK	99,75	17,32	24
	Total	92,67	16,71	48
Perempuan	SMA	81,24	12,02	51
	SMK	93,29	17,76	51

	Total	87,26	16,26	102
Total	SMA	82,63	12,38	75
	SMK	95,36	17,77	75
	Total	88,99	16,54	150

Berdasarkan tabel tersebut, ditemukan bahwa secara umum prokrastinasi siswa berada pada kategori Tinggi, dan jika dilihat dari jenis kelamin dan jenis sekolah berada pada kategori Tinggi. Rata-rata prokrastinasi akademik siswa yang paling tinggi adalah prokrastinasi akademik siswa laki-laki di SMK, dengan persentase 99.75, dan rata-rata prokrastinasi akademik siswa yang paling rendah adalah siswa perempuan di SMA 81.24.

### Persyaratan Analisis Data

#### Uji Normalitas

Berdasarkan pengolahan data dengan Kolmogorov-Smirnov dengan ketetapan alpha ( $\alpha$ ) 0.05, diperoleh hasil uji normalitas sebagai berikut:

**Tabel 2.** Uji Normalitas Data Prokrastinasi Akademik Siswa

<i>One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test</i>		
Prokrastinasi akademik		
N		150
Normal	Mean	88,99
Parameters <sup>a,b</sup>	Std. Deviation	16,548
Most Extreme	Absolute	,097
Differences	Positive	,097
	Negative	-,073
Kolmogorov-Smirnov Z		1,188
Asymp. Sig. (2-tailed)		,119

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Hasil analisis uji normalitas berdasarkan Tabel dapat disimpulkan bahwa variabel prokrastinasi akademik memiliki skor *Asymp. Sig.* yaitu 0,119 lebih besar dari taraf signifikan yang telah ditetapkan yaitu 0,05. Artinya, data dari variabel prokrastinasi akademik tersebut berdistribusi normal. Hal ini menunjukkan bahwa salah satu syarat dari ANAVA sudah terpenuhi.

#### Uji Homogenitas

Hasil pengujian homogenitas menggunakan bantuan SPSS versi 20.00. Uji ini digunakan sebagai syarat dari uji hipotesis yang akan digunakan pada ANAVA, hasil uji homogenitas dapat dilihat dalam Tabel 3.

**Tabel 3.** Uji Homogenitas Data Prokrastinasi Akademik Siswa

<i>Test of Homogeneity of Variances</i>			
Prokrastinasi akademik			
Levene Statistic	df1	df2	Sig.
,282	1	148	,596

Hasil analisis uji homogenitas berdasarkan Tabel 3 dapat disimpulkan bahwa variabel prokrastinasi memiliki skor *Asymp. Sig.* yaitu 0,596 lebih besar dari taraf signifikan yang telah ditetapkan yaitu 0,05. Artinya, data dari variabel prokrastinasi akademik siswa dengan jenis

kelamin dan jenis sekolah mempunyai varians yang sama atau homogen. Hal ini menunjukkan bahwa salah satu syarat dari ANAVA sudah terpenuhi.

### Uji Hipotesis

Secara keseluruhan, maka dapat dibuat kesimpulan yang dapat dilihat pada berikut.

**Tabel 4.** Uji Hipotesis

Sumber variansi	df	Mean Square	F	Sig.	interpretasi
Skor siswa laki-laki dan perempuan	1	952,47	4,12	,044	Signifikan
Skor siswa SMA dan SMK	1	5612,25	24,2	,000	Signifikan
Interaksi variabel jenis kelamin dan jenis sekolah	1	36,25	,157	,693	Tidak signifikan

Berdasarkan Tabel 4 dapat ditarik kesimpulan penelitian sebagai berikut:

- Terdapat perbedaan yang signifikan prokrastinasi akademik siswa ditinjau dari jenis kelamin, yang berarti bahwa antara siswa berjenis kelamin laki-laki dan perempuan mempunyai prokrastinasi akademik yang berbeda.
- Terdapat perbedaan yang signifikan prokrastinasi akademik siswa ditinjau dari sekolah biasa dan sekolah berasrama, yang berarti bahwa antara siswa sekolah biasa dan siswa sekolah berasrama mempunyai prokrastinasi akademik yang berbeda.
- Tidak terdapat interaksi prokrastinasi akademik ditinjau dari jenis kelamin dan jenis sekolah. Ini berarti bahwa interaksi antara jenis kelamin dan jenis sekolah tidak menentukan prokrastinasi akademik siswa.

### PEMBAHASAN

Diaz-Morales, Juan, Francisco, Joseph, R, & Doris (2006) menyatakan perbedaan jenis kelamin tidak mempengaruhi secara signifikan dalam prokrastinasi dalam hal orang dewasa di Spanyol hanya saja kecenderungan berbeda dalam hal pemilihan pendidikan saja. Wanita lebih ragu-ragu daripada pria. (Leftwich & Siobhan, 2006) memberikan beberapa tips untuk bekerja secara efektif, seperti: 1) *Write down your ideas. Do not trust your memory, no matter how good it may be!*, 2) *Set down your priorities before the start of each day's work*, 3) *Use your high-productivity hour for top-priority project*, 4) *Take time-consuming project in stages*, 5) *Do not overschedule. Leave some free time for your self each day*, 6) *Concentrate on one item at a time*.

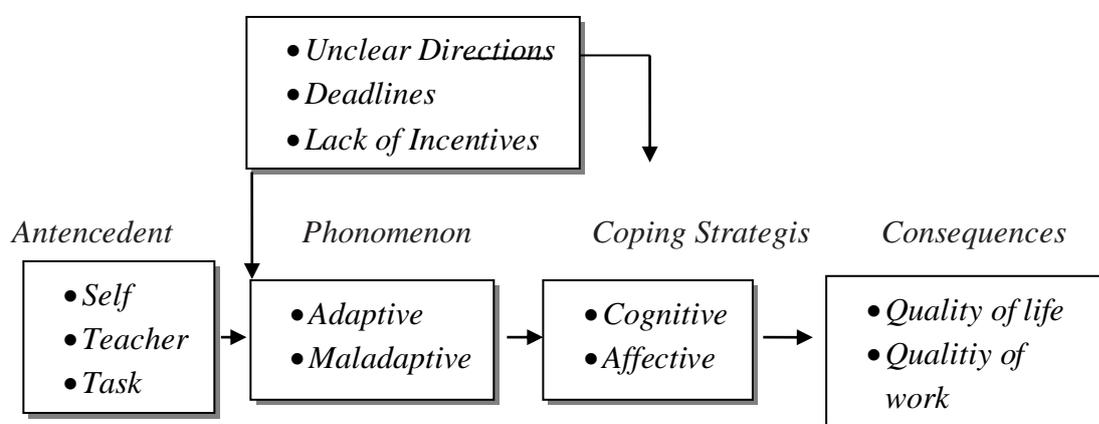
Senada dengan itu Ang (2013) mengatakan penundaan adalah kasus di mana agen bertindak secara rasional terhadap keputusan terbaiknya. Selain menjelaskan mengapa penundaan tidak dapat dimasukkan ke dalam akun tradisional tentang kelemahan kehendak, kasus-kasus ini juga menunjukkan bahwa tindakan rasional terhadap penilaian terbaik seseorang dimungkinkan lebih lanjut Akbarnejhad & Ghahari (2017) Penundaan adalah salah satu masalah yang menyebabkan penurunan kinerja, dan gaya hidup berbasis spiritualitas adalah efektif faktor reduksi stres.

Menurut Díaz-morales & Cohen (2008) Penundaan penghindaran terkait dengan orientasi masa depan yang rendah dan pagi yang rendah, sedangkan keragu-raguan berkaitan dengan kedua (a) orientasi masa lalu yang tinggi dan positif tinggi dan (b) orientasi masa depan rendah hedonis dan rendah di masa depan. Penulis menyimpulkan bahwa bentuk penundaan yang berbeda tampak berbeda berdasarkan dimensi waktu. Lebih lanjut EZatolah, Hasanali, & Hosaian (2017) penundaan adalah fitur psikologis yang diamati di antara kelas sosial dan kelompok usia yang berbeda. Hal ini terutama terjadi di kalangan pelajar di lingkungan pendidikan dan dikaitkan

dengan konsekuensi drastis termasuk mendapatkan skor rendah dan penarikan berkala dari pendidikan.

Choi & Moran (2009) menyebutkan penundaan telah dipelajari sebagai perilaku disfungsional dan tidak menonjolkan diri yang pada akhirnya menghasilkan hasil yang tidak diinginkan. Prokrastinasi akademik yang dialami oleh siswa perlu diatasi karena prokrastinasi memiliki konsekuensi terhadap kesuksesan akademik siswa (Paola & Scoppa, 2015). Guru memiliki tanggung jawab besar untuk membantu siswa keluar dari permasalahan perilaku prokrastinasi tersebut (Xu, 2015), termasuk dalam hal ini adalah guru Bimbingan dan Konseling atau konselor. Untuk itu Konselor perlu merancang sebuah alat atau program yang dapat membantu menurunkan prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik memiliki model paradigma yang mencakup anteseden prokrastinasi akademik, fenomena prokrastinasi itu sendiri, konteks dan kondisi, strategi coping, dan konsekuensi (Schraw, Wadkins, & Olafson, 2007). Model tersebut dapat dilihat pada Gambar berikut .

### *Contexts and conditions*



**Gambar 1.** Konteks dan Kondisi, Strategi Coping, dan Konsekuensi Prokrastinasi

Berdasarkan gambar di atas dapat dilihat: Pertama, antesenden prokrastinasi akademik. Berkaitan dengan karakteristik diri, guru, dan tugas. Kedua, fenomena prokrastinasi itu sendiri. Prokrastinasi akademik dilihat sebagai perilaku adaptif dan perilaku maladaptif. Disebut perilaku maladaptif karena prokrastinasi akademik berdampak negatif bagi pelakunya, sedangkan disebut perilaku adaptif karena individu menunda tugas karena mereka ingin mengerjakan tugas dengan lebih baik lagi. Ketiga, konteks dan kondisi, yaitu: petunjuk yang tidak jelas, tenggang waktu, dan insentif yang kurang. Keempat, strategi *coping*, baik kognitif maupun afektif yang dapat digunakan konselor untuk bisa keluar dari masalah prokrastinasi akademik. Kelima, konsekuensi yang terdiri dari dua, yaitu keuntungan dan kerugian. Keuntungan karena ketika melakukan prokrastinasi akademik mereka mengerjakan tugas lebih baik lagi, sehingga memutuskan untuk menunda mengumpulkan tugas. Selain itu, memiliki kerugian ketika mereka kehilangan kesempatan untuk mengembangkan pemahaman suatu topik dengan baik, perasaan kemalasan, dan kelelahan fisik.

### **SIMPULAN DAN SARAN**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa (1) terdapat perbedaan yang signifikan prokrastinasi akademik siswa ditinjau dari jenis kelamin, yang berarti bahwa antara siswa berjenis kelamin laki-laki dan perempuan mempunyai tingkat prokrastinasi akademik yang berbeda. (2) terdapat perbedaan yang signifikan prokrastinasi akademik siswa SMA dan SMK. (3) tidak terdapat interaksi prokrastinasi akademik ditinjau dari jenis kelamin dan jenis sekolah. Ini berarti

bahwa interaksi antara jenis kelamin dan jenis sekolah tidak menentukan prokrastinasi akademik siswa. Guru memiliki tanggung jawab besar untuk membantu siswa keluar dari permasalahan perilaku prokrastinasi akademik. Disarankan kepada guru khususnya guru BK/ konselor sekolah membuat program untuk menurunkan prokrastinasi akademik yang dihadapi oleh siswa.

## DAFTAR RUJUKAN

- Akbarnejhad, H., & Ghahari, S. (2017). Relationship between Spirituality-based Lifestyle and Procrastination among Employed Women in Iran. *Research Article*, 9(1), 1–5. <https://doi.org/10.4172/0974-8369.1000368>
- Ang, N. (2013). Procrastination as Rational Weakness of Will. *Springer*, 46(1), 403–416. <https://doi.org/10.1007/s10790-013-9357-1>
- Ansaralhosseini, H., Adeb, M.R., & Javadzadeh, A. (2013). A Social Work Study on Procrastinating Behavior: A case study of some Iranian high school students. *Management Science Letters*, 3, 1323-1326.
- Bezci, F., Sungur A., & Semra. (2013). Academic Procrastination and Gender as Predictors of Science Achievement. *Journal of Educational & Instructional Studies in the World*, 3 (2), 64-68.
- Choi, J. N., & Moran, S. V. (2009). Why Not Procrastinate? Development and Validation of a New Active Procrastination Scale. *The Journal of Social Psychology*, 149(2), 195–211.
- Díaz-morales, J. F., & Cohen, J. R. (2008). Indecision and Avoidant Procrastination: The Role of Morningness – Eveningness and Time Perspective in Chronic Delay Lifestyles. *The Journal of General Psychology*, 135(4), 228–241.
- Diaz-Morales, Juan, Francisco, F., Joseph, R, A., & Doris, diaz, K. (2006). Procrastination and Demographic Characteristics in Spanish Adults: Further Evidence. *The Journal of Social Psychology*, 146(5), 629–633.
- EZatolah, G., Hasanali, V., & Hosaian, V. (2017). The Effects of Teaching Motivation and Self-Esteem Strategies on Reducing Academic Procrastination: Evidence from Universities in Iran Ezatolah GHADAMPOUR Hasanali VEISKARAMI Hosain VEJDANPARAST \*. *International Journal of Economimic Persepctives*, 11(1), 489–498.
- Iskender, M. (2011). The Influence of Self Compassion on Academic Procrastination and Dysfunctional Attitudes. *Educational Research and Reviews Academic Journal*, 6 (2), 230- 234.
- Khajedadmir, A., Nastiezaie, N., & Pourgaz, A. (2016). The Relationship between Classroom Management and Graduate Student's Academic Procrastination. Zahedan: University of Sistan and Baluchestan.
- Leftwich, & Siobhan. (2006). ARE YOU A PROCRASTINATOR? *Black Enterprise*, 36(10), 122.
- Ozer, B.U., & Ferrari, R.J. (2011). Gender Orientation and Academic Procrastination: Exploring Turkish High School Students. *Individual Differences Research* 9 (1), 33-40.
- Prayitno. (2017). *Konseling Profesional yang Berhasil: layanan dan kegiatan pendukung*. Jakarta: Rajawali Press.
- Paola, M. De, & Scoppa, V. (2015). Journal of Economic Behavior & Organization Procrastination, academic success and the effectiveness of a remedial program 8, 115, 2014–2016.
- Rozental, A. & Carlbring, P. (2014) *Understanding and Treating Procrastination: A Review of a Common Self-Regulatory Failure*. Sweden: Department of Psychology, Stockholm University.
- Saputra, W.N.E. (2017). Effectiveness of Cognitive Restructuring Technique to Reduce Academic Procrastination of Vocational High School Students. *Cons-Edu- The International Journal of Counseling and Education*, 2 (1), 6-10.

- Saracaloglu, A.S., & Gokdas, I. (2016). Variables that Predict Academic Procrastination Behavior in Prospective Primary School Teachers. *Journal of Educational Sciences Research*, 6 (1), 43-61.
- Steel, P. (2007). The Nature of Procrastination: A Meta-analytic and Theoretical Review of Quintessential Self-Regulatory Failure. *Psychological Bulletin*, 133 (1): 65-94.
- Schraw, G., Wadkins, T., & Olafson, L. (2007). Doing the Things We Do : A Grounded Theory of Academic Procrastination, 99(1), 12–25. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.99.1.12>.
- Xu, Z. (2015). Just Do It! Reducing Academic Procrastination of Secondary Students. <https://doi.org/10.1177/1053451215589178>.