

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang masalah.

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Pada masa ini remaja memiliki kecenderungan untuk tumbuh berkembang guna mengembangkan kemampuan dan potensi yang ada di dalam diri mereka.

Anak remaja yang sudah duduk di bangku SMP, pada umumnya menghabiskan waktu sekitar tujuh jam sehari di sekolahnya. Ini berarti bahwa hampir sepertiga dari waktunya setiap hari dihabiskan di sekolah. Jika pelajar tidak memiliki kontrol diri yang baik dalam memenuhi segala kewajiban-kewajiban dalam proses akademiknya di sekolah, maka remaja tersebut akan cenderung mengalami kesulitan untuk memenuhi dan mengerjakan segala sesuatu yang telah menjadi tuntutan dirinya sebagai seorang pelajar.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK (bimbingan dan konseling) pada hari: Rabu, 15 April 2015 SMPK Adisucipto Penfui terungkap bahwa dalam proses belajar siswa-siswi SMPK Adisucipto Penfui khususnya kelas VII-Amasih mengalami masalah akademik seperti pengaturan waktu belajar, memilih metode belajar untuk mempersiapkan ujian, menyelesaikan tugas-tugas dan sebagainya.

Dalam hal ini siswa/i kelas VII-A masih terlihat mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai batas waktu yang telah ditentukan, sering mengalami keterlambatan, dan gagal dalam menyelesaikan tugas sesuai batas waktu yang telah ditentukan sehingga dapat dikatakan sebagai siswa yang mengalami prokrastinasi akademik.

Di sekolah, siswa/i selalu dihadapkan dengan penilaian keberhasilan, baik itu dari penilaian selama ulangan harian atau ujian, maupun keberhasilan siswa dalam melaksanakan seluruh tugas sekolah. Jika pelajar memiliki kontrol diri yang rendah dalam proses belajarnya di sekolah akan menimbulkan kecenderungan prokrastinasi akademik, maka lama-kelamaan hal tersebut menjadi suatu trait atau kebiasaan seseorang terhadap responnya dalam mengerjakan tugas.

Dalam pengertian ini prokrastinasi tidak hanya sebuah perilaku penundaan saja, tetapi juga melibatkan komponen-komponen perilaku maupun struktur mental lain yang saling terkait misalnya siswa/i tersebut cenderung melakukan kegiatan yang lebih menyenangkan dirinya seperti menonton, berjalan-jalan, mendengarkan musik sehingga menyita waktu untuk mengerjakan tugas yang seharusnya diselesaikan.

Untuk menghindari hal-hal di atas maka diperlukan kontrol diri yang berkaitan dengan bagaimana siswa/i dapat mengendalikan emosinya serta dorongan-dorongan negatif dalam dirinya kearah yang lebih positif, bermanfaat, dan dapat diterima secara sosial. Saat berada di lingkungan

sosialnya, ketika berinteraksi dengan orang lain seseorang akan cenderung berusaha untuk menampilkan perilaku yang dianggap paling tepat dan benar bagi diri dan lingkungan sekitarnya.

Kontrol diri sangat diperlukan bagi setiap orang, terutama dalam hal ini bagi siswa/i yang sedang mencari identitas diri sebagai salah satu tugas perkembangannya. Jika seorang pelajar tidak dapat melakukan kontrol diri dengan baik ditengah majunya perkembangan zaman, dikhawatirkan pelajar tersebut akan mengalami krisis identitas, sehingga memiliki kecenderungan untuk melakukan hal-hal yang bersifat negatif.

Berdasarkan uraian di atas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul: Hubungan antara Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik Siswa (Studi Deskriptif Kuantitatif Pada Siswa/i Kelas VII-A SMPK Adisucipto Penfui Tahun Pelajaran 2015/2016).

B. Rumusan masalah

1. Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka rumusan masalah umum penelitian ini yaitu: Apakah ada hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa-siswi kelas VII-A SMPK Adisucipto Penfui Tahun Pelajaran 2015/2016?

2. Masalah Khusus

Bertolak dari masalah umum di atas, masalah khusus penelitian ini dirumuskan sebagai berikut:

- a. Apakah ada hubungan antara kemampuan mengarahkan diri dengan prokrastinasi akademik siswa/i kelas VII-A SMPK Adisucipto Penfui Kupang tahun pelajaran 2015/2016?
- b. Apakah ada hubungan antara kemampuan mengendalikan diri dengan prokrastinasi akademik siswa/i kelas VII-A SMPK Adisucipto Penfui Kupang tahun pelajaran 2015/2016?
- c. Apakah ada hubungan antara kemampuan mengatur diri dengan prokrastinasi akademik siswa/i kelas VII-A SMPK Adisucipto Penfui Kupang tahun pelajaran 2015/2016?
- d. Apakah ada hubungan antara kemampuan mengubah perilaku dengan prokrastinasi akademik siswa/i kelas VII-A SMPK Adisucipto Penfui Kupang tahun pelajaran 2015/2016?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik siswa/i kelas VII-A SMPK Adisucipto Penfui Tahun Pelajaran 2015/2016.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui hubungan antara kemampuan mengarahkan diri dengan prokrastinasi akademik siswa kelas VII-A SMPK Adisucipto Penfui Kupang tahun pelajaran 2015/2016

- b. Untuk mengetahui hubungan antara kemampuan mengendalikan diri dengan prokrastinasi akademik siswa kelas VII-A SMPK Adisucipto Penfui Kupang tahun pelajaran 2015/2016
- c. Untuk mengetahui hubungan antara kemampuan mengatur diri dengan prokrastinasi akademik siswa kelas VII-A SMPK Adisucipto Penfui Kupang tahun pelajaran 2015/2016
- d. Untuk mengetahui hubungan antara kemampuan mengubah perilaku diri dengan prokrastinasi akademik siswa kelas VII-A SMPK Adisucipto Penfui Kupang tahun pelajaran 2015/2016.

D. Manfaat Penelitian

a) Kepala Sekolah

Hasil penelitian ini kiranya akan berguna bagi kepala sekolah untuk mendorong dan memperhatikan siswa dalam mengontrol diri agar tidak terjadi prokrastinasi akademik.

b) Guru Bimbingan Konseling

Hasil penelitian menjadi masukan yang berharga bagi guru bimbingan dan konseling untuk lebih meningkatkan layanan bimbingan bagi siswa yang mengalami masalah kontrol diri dan prokrastinasi akademik.

c) Siswa

Dapat dijadikan sebagai pedoman dan menambah pengetahuan mengenai kontrol diri serta dapat menghindari hal-hal yang berkaitan dengan prokrastinasi akademik.

E. Anggapan Dasar

Anggapan dasar merupakan titik tolak dalam pengkajian masalah secara ilmiah, yang dijelaskan kebenarannya oleh peneliti. Berkaitan dengan itu Arikunto (2002:17), berpendapat “anggapan dasar adalah sesuatu yang diyakini oleh peneliti yang akan berfungsi sebagai hal-hal yang dipakai untuk tempat berpijak bagi peneliti dalam melaksanakan penelitiannya”.

Lebih lanjut beliau menjelaskan bahwa perlunya anggapan dasar sebagai berikut:

- a) Agar ada dasar untuk berpijak yang kokoh bagi masalah yang akan diteliti
- b) Untuk mempertegas variabel yang menjadi pusat penelitian dan perhatian
- c) Guna menentukan dan merumuskan hipotesis

Dari kedua pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa anggapan dasar merupakan titik tolak atau pedoman kerja yang kokoh untuk mempertegas variabel guna menentukan dan merumuskan hipotesis dalam penelitian.

Bertolak dari pemikiran di atas, maka peneliti dapat merumuskan anggapan dasar dalam penelitian ini sebagai berikut :

- a. Prokrastinasi akademik merupakan kecenderungan siswa kelas VII-A SMPK Adisucipto Penfui Kupang untuk menunda menyelesaikan tugas atau pekerjaan rumah serta tidak efisien dalam menggunakan waktu.

- b. Untuk menghindari hal tersebut maka setiap siswa harus memiliki suatu ketrampilan yaitu kontrol diri yang dapat membantu mengatur diri, mengarahkan diri, mengendalikan diri dan mengubah perilakunya ke arah yang lebih positif. .

F. Hipotesis

Arikunto (2002:26), menyatakan “hipotesis adalah suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian sampai terbukti pada data yang terkumpul. Dugaan atau jawaban sementara dalam suatu pemilihan yang akan dibuktikan kebenarannya”. Mardalis (2010:52), menjelaskan hipotesis ada dua macam yaitu “hipotesis minor dan hipotesis mayor. Hipotesis mayor merupakan hipotesis pokok yang akan diuji kebenarannya dalam suatu penelitian. Hipotesis minor merupakan perluasan dari hipotesis mayor”.

Berdasarkan uraian di atas, maka hipotesis penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

- a. Hipotesis mayor dalam penelitian ini adalah:
 - 1. Hipotesis Nihil (H_0) adalah : tidak ada hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa/i kelas VII-A SMPK Adisucipto Penfui tahun pelajaran 2015/2016.
 - 2. Hipotesis Kerja (H_a) adalah : ada hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik siswa/i kelas VII-A SMPK Adisucipto Penfui tahun pelajaran 2015/2016.

b. Hipotesis minor dalam penelitian ini adalah:

1. Hipotesis Nihil/Nol (H_0) :

- a) H_{01} :tidak ada hubungan antara kemampuan mengarahkan diri dengan prokrastinasi akademik siswa/i kelas VII-A SMPK Adisucipto Penfui Kupang tahun pelajaran 2015/2016
- b) H_{02} :tidakada hubungan antara kemampuan mengendalikan diri dengan prokrastinasi akademik siswa/i kelas VII-A SMPK Adisucipto Penfui Kupang tahun pelajaran 2015/2016.
- c) H_{03} :tidak ada hubungan antara kemampuan mengatur diri dengan prokrastinasi akademiksiswa/i kelas VII-A SMPK Adisucipto Penfui Kupang tahun pelajaran 2015/2016.
- d) H_{04} : tidak ada hubungan antara kemampuan mengubah perilaku dengan prokrastinasi akademik siswa/i kelas VII-A SMPK Adisucipto Penfui Kupang tahun pelajaran 2015/2016.

2. Hipotesis Kerja (H_a)

- a) H_{01} : Ada hubungan antara kemampuan mengarahkan diri dengan prokrastinasi akademik siswa/i kelas VII-A SMPK Adisucipto Penfui Kupang tahun pelajaran 2015/2016
- b) H_{02} : Ada hubungan antara kemampuan mengendalikan diri dengan prokrastinasi akademik siswa/i kelas VII-A SMPK Adisucipto Penfui Kupang tahun pelajaran 2015/2016.

- c) H_{o3} :Ada hubungan antara kemampuan mengatur diri dengan prokrastinasi akademik siswa/i kelas VII-A SMPK Adisucipto Penfui Kupang tahun pelajaran 2015/2016.
- d) H_{o4} : Ada hubungan antara kemampuan mengubah perilaku dengan prokrastinasi akademik siswa/i kelas VII-A SMPK Adisucipto Penfui Kupang tahun pelajaran 2015/2016.

G. Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian ini mengacu pada hal-hal yang diteliti dan terarah pada fokus penelitian, sehingga dapat membantu peneliti dalam melakukan kegiatan penelitian berdasarkan topik yang telah ditetapkan.

1. Variabel Penelitian

Variabel penelitian ini terdiri atas:

- a. Variabel Bebas(X) yaitu kontrol diri
- b. Variabel terika(Y) yaitu prokrastinasi akademik siswa

2. Populasi dan Sampel

a. Populasi

Populasi adalah keseluruhan dari karakteristik atau unit hasil pengaturan yang menjadi objek penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa/I kelas VII-A SMPK Adisucipto Penfui Tahun pelajaran 2015/2016 yang berjumlah 25 orang.

b. Sampel

Sampel adalah wakil dari populasi yang diteliti. Sampel dalam penelitian ini adalah sejumlah populasi yakni 25 orang siswa/i kelas VII-A SMPK Adisucipto Penfui tahun pelajaran 2015/2016.

3. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini adalah SMPK Adisucipto Penfui.

4. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan selama 7 bulan yaitu bulan November 2015 sampai bulan Juni 2016.

H. Penegasan Konsep

Penegasan konsep penelitian ini perlu dilakukan agar tidak terjadi salah tafsir dari pembaca dalam memahami kerangka penelitian tersebut. maka perlu dijelaskan beberapa konsep pokok yang terdapat dalam penelitian ini yang berhubungan dengan kontrol diri dan prokrastinasi akademik siswa.

1. Kontrol diri

Ghufron (2010:3), berpendapat “kontrol diri merupakan suatu kecakapan individu dalam kepekaan membaca situasi diri dan lingkungannya”.

Hurlock (1992:207), berpendapat “kontrol diri adalah kemampuan seseorang untuk membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk-bentuk perilaku melalui pertimbangan kognitif sehingga dapat membawa ke arah konsekuensi positif”.

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa kontrol diri adalah kemampuan yang dimiliki oleh tiap individu untuk selalu mengarahkan diri, mengendalikan diri, mengatur diri, dan mengubah perilakunya kearah yang lebih positif.

Dengan demikian yang dimaksudkan dengan kontrol diri dalam penelitian ini adalah kemampuan siswa kelas VII-A SMPK Adisucipto Penfui untuk mengarahkan diri, mengendalikan, mengatur, serta mengubah perilakunya ke hal-hal yang lebih menunjang belajarnya.

2. Prokrastinasi akademik

Bernard (1991:17), menyatakan “prokrastinasi adalah salah satu perilaku yang tidak efisien dalam menggunakan waktu, dan adanya kecenderungan untuk tidak efisien dalam menggunakan waktu, dan adanya kecenderungan untuk tidak segera memulai suatu pekerjaan ketika menghadapi suatu tugas.

Ferrari (Ghufron, 2010:21), menyatakan pengertian prokrastinasi dapat dipandang dari berbagai batasan tertentu, antara lain:

- 1) Prokrastinasi hanya sebagai perilaku penundaan, yaitu setiap perbuatan untuk menunda dalam mengerjakan suatu tugas disebut sebagai prokrastinasi, tanpa mempermasalahkan tujuan serta alasan penundaan.

- 2) Prokrastinasi sebagai suatu kebiasaan atau pola perilaku yang dimiliki individu yang mengarah kepada trait, penundaan yang dilakukan sudah merupakan respons tetap yang selalu dilakukan seseorang dalam menghadapi tugas, Sebagai salah satu sifat kepribadian, kontrol diri pada satu siswa dengan siswa yang lain tidaklah sama.

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik adalah suatu bentuk perilaku kecenderungan siswa untuk menunda dalam mengerjakan atau menyelesaikan tugas-tugas akademik dan tugas dikerjakan pada saat-saat terakhir batas pengumpulan.

Dengan demikian yang dimaksudkan dengan prokrastinasi akademik dalam penelitian ini adalah kecenderungan siswa kelas VII-A SMPK Adisucipto Penfui untuk menunda menyelesaikan tugas atau pekerjaan rumah serta tidak efisien dalam menggunakan waktu.