

HUBUNGAN ANTARA *SCHOOL WELL-BEING* DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA SMA MARDISIWA SEMARANG

Ridhwan Ammar Jatmiko¹, Imam Setyawan²

^{1,2}Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Soedarto SH Tembalang Semarang 50275

Email: wanwanammar@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini dilaksanakan untuk mengetahui hubungan antara *school well-being* dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMA Mardisiswa Semarang. Prokrastinasi Akademik adalah perilaku penundaan hal-hal yang berhubungan dengan kegiatan akademik yang dilakukan oleh siswa yang berhubungan dengan kegiatan akademik secara sengaja karena hal tersebut dianggap sulit atau tidak menyenangkan bagi siswa. *School well-being* adalah penilaian subjektif dari siswa terhadap lingkungan sekolah terhadap kebutuhan dasar siswa ketika menjalankan kegiatan akademik maupun non-akademik di sekolah. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 211 orang siswa SMA Mardisiswa, dengan sampel sebanyak 104 orang siswa yang diambil melalui teknik *cluster random sampling*. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah Skala *School Well-Being* (26 aitem, $\alpha = 0,893$) dan Skala Prokrastinasi Akademik (23 aitem, $\alpha = 0,863$). Analisis data dilakukan dengan analisis *Spearman's Rho*, menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara *school well-being* dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMA Mardisiwa Semarang ($r_{xy} = -0,498$ dan $p = 0,000$). Hubungan yang negatif memiliki makna bahwa semakin tinggi *school well-being* maka semakin rendah prokrastinasi akademik. Saran bagi subjek yaitu subjek sebaiknya dapat mengatur waktu dengan baik untuk mengerjakan tugas dan menyusun skala prioritas dalam mengerjakan tugas.

Kata kunci: *School Well-Being*, Prokrastinasi Akademik, Siswa SMA

Abstract

This research was conducted to determine the relationship between school well-being and academic procrastination in Mardisiswa Senior High School Semarang students. Academic Procrastination is a behavior carried out by students which deliberately delaying matters related to academic activities because it is considered difficult or unpleasant for them. School well-being is a student's subjective assessment of the school environment related to basic needs of students while carrying out academic and non-academic activities at school. The population in this research amounted to 211 students of Mardisiswa SHS, with 104 students as a sample which were taken through cluster random sampling technique. The measuring instruments used in this study were school well-being Scale (26 items, $\alpha = 0.893$) and Academic Procrastination Scale (23 items, $\alpha = 0.863$). Data analysis was performed with Spearman's Rho, showing a significant negative relationship between school well-being and academic procrastination in Mardisiwa SHS Semarang students ($r_{xy} = -0.498$ and $p = 0.000$). The negative relationship implies that the higher of the school well-being levels, the lower of academic procrastination levels. Researcher's suggestions for the participants of this research would be improvement of time management to doing task and arrange priority scale related to doing task.

Keywords: *School Well-Being, Academic Procrastination, High School Students*

PENDAHULUAN

Lembaga pendidikan yang memegang peranan penting dalam pengembangan mental dan kemampuan kognitif seseorang adalah sekolah. Sekolah ialah tempat siswa dan siswi dalam

menghabiskan sebagian besar waktunya untuk mengerjakan berbagai kegiatan yang memiliki kaitan dengan akademik maupun non-akademik dan saat keberjalanannya siswa dan siswi tersebut akan senantiasa diawasi pihak-pihak yang memiliki wewenang lebih tinggi dari mereka serta mempunyai peraturan untuk siswa yang seharusnya ditaati (Setyawan & Dewi, 2019).

Di awal tahun 2020 ini dibuka dengan merebaknya virus COVID-19 di seluruh dunia, khususnya di Indonesia yang melanda berbagai sektor, salah satunya adalah sektor pendidikan. Dengan adanya Virus COVID-19, Siswa yang harus belajar tatap muka di sekolah sekarang harus menyelesaikan pembelajaran online. Moore, dkk (dalam Firman & Rahman, 2020) memaparkan penelitiannya yang menjelaskan bahwa Pembelajaran online adalah kegiatan pendidikan yang membutuhkan jaringan internet dengan konektivitas, aksesibilitas, fleksibilitas, dan kemampuan untuk menghasilkan semua jenis interaksi pembelajaran.

Dalam pembelajaran online ini siswa menjadi kurang aktif dalam mengungkapkan pendapat dan pemikirannya yang dapat mengakibatkan kejenuhan dalam belajar. Seorang siswa yang mengalami kejenuhan dalam belajar akan berakibat pada kinerja siswa dalam aktivitas akademik dan nilai akademik (Rimbarizki, 2017).

Selain itu, situasi pandemi juga mempengaruhi guru. Sehingga guru harus dapat mengidentifikasi metode dan strategi yang tepat dalam waktu singkat untuk menunjang kegiatan pembelajaran online. Ini menjadi penting karena jika guru tidak mengidentifikasi metode dan strategi yang tidak tepat, siswa dapat merasa bosan belajar online. (Mansyur, 2020).

Dalam keberjalanannya, respon dari tiap-tiap siswa dalam menjalankan tanggung jawabnya sebagai seorang pelajar sangat bervariasi. ada siswa yang langsung mengerjakan dan menyelesaikan tugas namun terdapat pula siswa yang dengan spontan menanggguhkan pengerjaan tugas untuk melakukan kegiatan-kegiatan yang menurut siswa tersebut menyenangkan (Andreanti, 2016). Sebuah tendensi untuk hampir selalu menunda dalam mengerjakan tugas akademik dapat disebut sebagai prokrastinasi akademik (Ferrari, dalam Ghufron & Risnawita, 2017).

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan aspek prokrastinasi akademik dari Millgram (dalam Ghufron & Risnawita, 2017) yaitu perilaku menunda yang terjadi terus menerus, memberikan hasil yang tidak memuaskan, adanya pekerjaan lain yang dirasa prokrastinator lebih penting untuk dilakukan dan menghasilkan keadaan emosi yang tidak menyenangkan.

Prokrastinasi akademik mendapatkan sebuah perhatian yang cukup besar untuk dapat dilakukan suatu penelitian, oleh karena makin maraknya prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh pelajar yang salah satunya disebabkan berbedanya persepsi tiap siswa mengenai jumlah dan tingkat kesulitan dari pekerjaan yang diberikan oleh bapak atau ibu guru. Pernyataan ini didukung oleh riset yang dilakukan oleh Fauziah (2015) yang juga mengemukakan jika prokrastinasi dapat disebabkan dari tingkat kesulitan pekerjaan yang diberikan oleh guru serta tiadanya fasilitas yang dibutuhkan siswa untuk mendapatkan referensi.

Kemudian, kebiasaan yang sering dilakukan oleh pelajar dewasa ini adalah mengutamakan urusan hiburan semata dibandingkan dengan urusan akademis. Penelitian oleh Savira dan Suharsono (2013) menghasilkan informasi yang selaras dengan uraian sebelumnya, dimana dalam

kesehariannya siswa lebih mempunyai prioritas untuk melakukan kegiatan yang bagi siswa membuat dirinya senang daripada melakukan kegiatan yang berhubungan dengan akademik, seperti kebiasaan begadang, jalan-jalan, lama menonton TV, kecanduan game online dan lain-lain.

Juliawati (dalam Ilyas & Suryadi, 2017) melakukan suatu penelitian mengenai prokrastinasi akademik pada suatu sekolah di Kota Padang dan didapati bahwa tendensi prokrastinasi akademik siswa mencapai persentase 60% (kategori tinggi), kemudian pada persentase 20% (kategori sedang) dan 20% (kategori rendah). Dalam penelitian yang dilakukan Ulum (2016), didapatkan data bahwasannya siswa di kelas XI SMAN 1 Ngamprah memiliki prokrastinasi akademik pada kategorisasi sedang yaitu 79% kemudian pada kategorisasi tinggi sebesar 20%.

Penelitian selanjutnya yang dilakukan oleh Steel (2007) menunjukkan bahwa 80-95% terlibat dalam penundaan tugas. Dalam melakukan prokrastinasi, siswa memiliki durasinya masing-masing. Hal itu juga dibuktikan dari penelitian yang dilakukan oleh Klassen, Krawchuk, & Ranjani (2008) setiap harinya, hampir seluruh siswa melakukan prokrastinasi akademik selama waktu satu jam.

Prokrastinasi akademik selain menyebabkan siswa terganggu kinerjanya dalam kegiatan akademik seperti belajar dan mengerjakan tugas, dampak dari prokrastinasi akademik lainnya yakni akan menyebabkan kerugian bagi siswa yaitu tidak mampu menyelesaikan pekerjaan dengan baik, menerima teguran guru, dan memunculkan perasaan bersalah (Burka & Yuen dalam Imansyah & Setyawan, 2018).

Sedangkan menurut Ferrari (dalam Ghufroon & Risnawita, 2017), prokrastinasi akademik memiliki banyak dampak negatif, seperti habisnya waktu karena melakukan kegiatan yang tidak bermanfaat, terabaikannya tugas, dan hasil yang tidak sesuai dengan yang diharapkan saat sudah diselesaikan. Klassen, Krawchuk, & Ranjani (2008) juga menyatakan bahwa 25% dari prokrastinator mengalami dampak melakukan prokrastinasi akademik yakni mengalami masalah mengenai nilai-nilai akademik.

Berdasarkan dampak negatif dari prokrastinasi akademik, munculnya prokrastinasi akademik pada siswa dapat disebabkan oleh beberapa faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal (Ferrari, dalam Ghufroon dan Risnawita, 2017). Faktor internal yaitu berkaitan dengan fisik serta psikologis yang terdiri dari kondisi kesehatan individu, keadaan emosi, persepsi, penilaian, motivasi, Kedua, faktor eksternal yakni pola asuh orang tua dan kondisi lingkungan.

Kondisi lingkungan sekolah, dimana kegiatan belajar mengajar berlangsung, bisa dinilai dengan sangat berbeda oleh para siswa. Penilaian siswa terhadap kondisi sekolah, hubungan sosial, pemenuhan diri serta status kesehatan yang tertuju pada kepuasan siswa dengan sekolahnya dapat diartikan sebagai *School well-being* (Konu & Rimpela, 2002). Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan aspek dari Konu & Rimpela (2002) yang mengemukakan bahwa aspek-aspek dari *school well-being* yaitu *having, loving, being* dan *health*.

School well-being memiliki manfaat yakni bagi mewujudkan lingkungan untuk belajar yang kondusif, kemudian memahami faktor-faktor yang dapat menyebabkan siswa merasa puas dan senang ketika menjalankan segala kegiatan di lembaga pendidikan yakni sekolah (Setyawan &

Dewi, 2015).

Selanjutnya, *school well-being* bisa dijadikan sebagai tolak ukur dalam melakukan evaluasi yang dapat dilakukan oleh sekolah untuk mengetahui hal-hal yang perlu ditingkatkan dan dihilangkan di dalam lingkungan sekolah (Effendi & Siswati, 2016).

Prokrastinasi akademik siswa penting untuk diperhatikan karena prokrastinasi akademik dapat mempengaruhi kinerja siswa dalam menyelesaikan tugas dan berdampak pada hasil akademik siswa. Di sisi lain, *school well-being* berpengaruh pada siswa dalam mencapai terpenuhinya segala kebutuhan ketika berada di sekolah.

Berdasarkan penjabaran latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini ialah “bagaimana hubungan antara *school well-being* dengan prokrastinasi akademik pada Siswa SMA Mardasiswa Semarang?”. Tujuan yang ingin dicapai peneliti adalah agar diketahui hubungan antara *school well-being* dengan prokrastinasi akademik pada Siswa SMA Mardasiswa Semarang.

Hipotesis yang diajukan yaitu terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *school well-being* dengan prokrastinasi akademik. Semakin tinggi *school well-being*, akan semakin rendah prokrastinasi akademik. Begitupun sebaliknya.

METODE

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMA Mardasiswa yang duduk di bangku kelas XI dan XII yang berjumlah 211 Siswa yang terbagi di dalam delapan kelas, teknik sampelnya yang digunakan ialah *cluster random sampling*. *Cluster random sampling* adalah sebuah cara penentuan dalam mengambil sampel dengan cara randomisasi kepada kelompok, namun bukan kepada subjek secara individual (Azwar, 2014). Alasan peneliti menggunakan *cluster random sampling* ialah karena populasi dari penelitian ini jumlahnya banyak dan populasi subjek terdiri dari kelas-kelas atau *cluster-cluster*.

Pada penelitian ini, penentuan sampel mengacu kepada pemaparan Roscoe (Sugiyono, 2017), yang memberikan penjelasan bahwa pada sebuah penelitian ukuran sampel yang layak yaitu berada pada kisaran 30 orang sampai dengan 500 orang. Maka, jumlah sampel yang digunakan pada penelitian ini berjumlah 104 siswa.

Alat ukur yang digunakan berbentuk Skala Likert yang terdiri dari skala *School Well-Being* (26 aitem, $\alpha = 0,893$) yang mengacu pada aspek Konu dan Rimpela (2002) yaitu *having, loving, being, dan health*. Kemudian skala Prokrastinasi Akademik (23 aitem, $\alpha = 0,863$) mengacu pada aspek Millgram (dalam Ghufron & Risnawita, 2017) yaitu perilaku menunda yang terjadi terus menerus, memberikan hasil yang tidak memuaskan, adanya pekerjaan lain yang dirasa prokrastinator lebih penting untuk dilakukan, menghasilkan keadaan emosi yang tidak menyenangkan.

Dalam penelitian ini, menggunakan model skala Likert dengan empat pilihan jawaban, yakni Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS) dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Kemudian terdiri dari dua jenis pernyataan, yakni aitem *favorable* (mendukung variabel yang akan diukur) dan aitem *unfavorable* (tidak mendukung variabel yang akan diukur).

Analisis data yang dilakukan meliputi uji daya beda aitem, uji normalitas, uji linieritas, dan uji

hipotesis dilakukan dengan menggunakan metode statistik dan bantuan program komputer *Statistical Package for Social Science (SPSS)* versi 23.0.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebelum melaksanakan uji hipotesis, terlebih dahulu peneliti melakukan uji asumsi. Uji asumsi meliputi uji normalitas dan uji linieritas.

Tabel 1.
Uji Normalitas

| Variabel | Kolmogorov-Smirnov | p>0,05 | Bentuk |
|--------------------------|--------------------|--------|--------------|
| <i>School Well-Being</i> | 0,091 | 0,035 | Tidak Normal |
| Prokrastinasi Akademik | 0,051 | 0,200 | Normal |

Berdasarkan hasil uji normalitas terhadap variabel *school well-being*, maka didapat hasil sebesar 0,091 ($p < 0,05$). Kemudian, hasil uji normalitas terhadap variabel prokrastinasi akademik memperoleh hasil 0,051 ($p > 0,05$). Hasil uji normalitas tersebut menunjukkan bahwa sebaran data variabel *school well-being* **Tidak Normal** dan prokrastinasi akademik memiliki distribusi yang **Normal**.

Tabel 2.
Uji Linieritas

| Nilai F | Sig. ($p < 0,05$) | Bentuk |
|---------|---------------------|--------|
| 36,089 | 0,000 | Linier |

Dari hasil pengujian, didapatkan hubungan antara variabel *school well-being* dan prokrastinasi akademik mendapatkan nilai $F = 36,089$ dengan signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan kedua variabel mempunyai hubungan yang **Linier**.

Tabel 3.
Uji Hipotesis

| Variabel | Koefisien | Sig. |
|----------|-----------|------|
|----------|-----------|------|

| | Korelasi | (p < 0,05) |
|---|-----------------|----------------------|
| <i>School Well-Being</i> dan Prokrastinasi Akademik | -0,498 | 0,000 |

Hasil analisis *Spearman* memperlihatkan adanya korelasi antara *school well-being* dengan prokrastinasi akademik melalui $r_{xy} = -0,498$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Nilai negatif dari koefisien korelasi menunjukkan adanya hubungan negatif antara *school well-being* dengan prokrastinasi akademik. Nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) memperlihatkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *school well-being* dengan prokrastinasi akademik.

Dengan hasil yang diperoleh dapat dikatakan bahwa semakin tinggi *school well-being* yang dimiliki Siswa SMA Mardasiswa Semarang, maka nantinya diikuti dengan rendahnya tingkat prokrastinasi akademik Siswa SMA Mardasiswa Semarang, begitupun juga sebaliknya. Hasil tersebut memperlihatkan bahwa adanya hubungan negatif yang signifikan antara *school well-being* dengan prokrastinasi akademik., maka hipotesis **Diterima**.

Penelitian Annisa & Kristiana (2014) mendapatkan hasil yang selaras dengan penelitian yang dijalankan peneliti yakni terdapat hubungan yang negatif antara *school well-being* dengan prokrastinasi akademik. Dibuktikan didapatkannya hasil nilai korelasi sebesar $-0,477$ yang berarti bahwa ketika siswa merasa puas dengan terpenuhinya kebutuhan dasarnya di sekolah, maka akan semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik pada siswa, begitupula sebaliknya.

Begitupun dengan penelitian yang dilakukan oleh Andreanti (2016) yang didapatkan hasil berupa terdapat hubungan negatif antara *school well-being* dengan prokrastinasi akademik. ditunjukkan dengan koefisien korelasi sebesar $-0,472$ yang artinya makin rendah *school well-being*, makin tinggi tingkat prokrastinasi akademik, begitupun sebaliknya

School well-being merupakan penilaian siswa terhadap sekolahnya berdasarkan pengalaman siswa ketika berada di sekolah, baik itu pengalaman negatif maupun pengalaman positif yang memiliki pengaruh bagi siswa di sekolah (Tian, Liu, Huang, dan Huebner, 2012).

Berdasarkan kategorisasi variabel *school well-being*, dapat diketahui bahwa sebanyak 52,8% subjek berada pada kategorisasi sangat tinggi, 46,2% subjek pada kategori tinggi, 1% subjek berada pada kategori rendah dan tidak ada subjek yang berada pada kategori sangat rendah. Mayoritas subjek berada pada kategori sangat tinggi, yaitu sebanyak 52,8% (55 subjek). Sehingga dapat disimpulkan bahwa mayoritas tingkat *school well-being* pada Siswa SMA Mardasiswa Semarang tergolong sangat tinggi.

Solomon dan Rothblum (dalam Ursia, Siaputra, & Sutanto, 2013) menyatakan gagasannya yakni prokrastinasi akademik merupakan sebuah keadaan dimana individu cenderung menanggukkan ketika memulai mengerjakan kewajiban berupa tugas dengan mengerjakan kegiatan lainnya yang tidak berfaedah sehingga membuat terhambatnya memulai pengerjaan tugas, tidak bisa menyelesaikan tepat pada waktunya sehingga terlambat pada saat mengumpulkan tugas.

Berdasarkan kategorisasi variabel prokrastinasi akademik, dapat diketahui bahwa sebanyak tidak ada subjek berada pada kategorisasi sangat tinggi, 12,5% subjek pada kategori tinggi, 71,2% subjek berada pada kategori rendah dan 16,3 % berada pada kategori sangat rendah. Mayoritas subjek berada pada kategori tinggi, yaitu sebanyak 71,2% (74 subjek). Sehingga dapat disimpulkan bahwa mayoritas tingkat prokrastinasi akademik pada Siswa SMA Mardasiswa Semarang tergolong rendah.

Tingginya tingkat *school well-being* di SMA Mardasiswa juga didukung dengan hasil obsevasi peneliti, di mana ditemukan beberapa fasilitas di SMA Mardasiswa Semarang seperti terdapat ruang kelas ber-AC, penerangan di setiap ruang kelas, lingkungan sekolah yang asri, toilet yang cukup bersih memberikan rasa nyaman kepada siswa ketika sedang menjalankan kewajibannya di lingkungan sekolah.

Dalam hal ini penilaian subjektif siswa terhadap sekolah adalah tentang fasilitas sekolah yang dapat menunjang proses pembelajaran di lingkungan sekolah, karena dengan dukungan fasilitas sekolah diharapkan siswa dapat merasa puas dengan lingkungan belajarnya. (Owoeye & Yara, 2011). Dalam institusi pendidikan, indikator penting dari kualitas sekolah yang baik dapat tercermin dari *school well-being* pada siswa (Tian, Liu, Huebner, Zheng, & Li dalam Faizah, Dara & Gunawan, 2020).

Selain itu, berdasarkan hasil wawancara kepada siswa didapatkan keterangan bahwa hubungan sosial yang terjalin di antara warga sekolah baik siswa dengan siswa atau siswa dengan guru berjalan harmonis. Dibuktikan dengan adanya kerjasama dan juga dukungan sosial teman sebaya. Dukungan sosial yang bersumber dari teman sebaya memiliki peran penting dalam meningkatkan *school well-being* siswa. Individu dengan dukungan sosial teman sebaya yang tinggi akan mempunyai pola pikir yang positif terhadap kondisi yang sulit dibandingkan individu untuk dukungan sosial teman sebayanya rendah (Konu & Rimpela, 2002).

Hal tersebut selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Setyawan & Dewi (2019) *School well-being* dapat ditingkatkan melalui pelatihan “PEDE” (Pemaafan, Efikasi Diri, dan Empati). Pemaafan dapat ditingkatkan melalui kemampuan siswa untuk lebih memandangi sisi positif dari sebuah keadaan di sekolahnya. Efikasi diri dapat ditingkatkan dengan memberikan umpan balik secara detail terhadap tugas dan mengadakan intervensi psikologis yakni konseling. Yang terakhir, empati dapat ditingkatkan dengan cara menjalin interaksi positif yang nantinya membuat siswa mudah dalam mengenali perasaan berdasarkan sudut pandang dari orang lain.

SMA Mardasiswa Semarang juga menyediakan kegiatan-kegiatan yang bertujuan untuk pemenuhan diri siswa berupa pengembangan diri yakni Ekstrakurikuler. Ekstrakurikuler yang ada antara lain pramuka, paskibra, Baca Tulis Al.Quran, paduan suara, teater, dll. Hal tersebut dibuktikan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Permata dalam Khatimah (2012) yang menunjukkan bahwa semakin tinggi keterlibatan siswa dalam kegiatan ekstrakurikuler, maka semakin tinggi *school well-being* yang dimiliki dan begitupun sebaliknya.

Prokrastinasi yang rendah salah satunya dikarenakan adanya motivasi yang diberikan oleh guru. Hal tersebut sesuai dengan apa yang diutarakan Sari (2013) yang mengatakan bahwa sikap guru terhadap siswa, cara guru dalam mengajar dan stres yang dialami oleh siswa terhadap guru nantinya

akan mempengaruhi prokrastinasi akademik siswa.

Kemudian peran yang aktif dari guru untuk memberikan bimbingan dan masukan kepada siswa dapat mengurangi prokrastinasi akademik siswa. Hamim (2018) mengatakan hal serupa dimana tugas dari guru bimbingan konseling khususnya selain menjalin relasi yang baik dengan siswa yakni mengurangi perilaku prokrastinasi akademik dan juga menambah motivasi belajar siswa.

Selain itu, rendahnya prokrastinasi akademik dikarenakan *school well-being* di SMA Mardisiswa sangat tinggi. Freiberg (dalam Daryanto & Tarno, 2015), mengemukakan bahwa semua warga di lingkungan sekolah dapat melakukan pekerjaannya dengan baik dan optimal jika didukung kondisi dari lingkungan sekolah yang baik. Berdasarkan hal tersebut, dapat dikatakan bahwa siswa dapat melakukan kewajibannya sebagai siswa yaitu belajar dan mengerjakan tugas dengan baik jika didukung oleh kondisi sekolah dan fasilitas sekolah dalam keadaan baik.

Jika kebutuhan dasar siswa di sekolah terpenuhi, maka siswa akan merasa senang ketika menjalankan kegiatan pembelajaran di sekolah. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Corkin, Yu, Wolters & Wiesner, 2014) yang menyatakan bahwa jika di dalam sekolah terjadi keadaan yang membuat siswa merasa senang, maka kecenderungan dari prokrastinasi akademik nantinya akan turun.

Berdasarkan dari hal yang sudah dijelaskan di atas, dapat dikatakan *school well-being* memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan prokrastinasi akademik. Sehingga dapat disimpulkan, apabila siswa memiliki *school well-being* yang tinggi, maka tingkat prokrastinasi akademik siswa akan rendah.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil yang telah dipaparkan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *school well-being* dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMA Mardisiswa Semarang. Hal tersebut sesuai dengan analisis data yang telah dilakukan, dimana koefisien korelasi (r_{xy}) antara *school well-being* dengan prokrastinasi akademik sebesar -0,498 dengan signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$).

Hubungan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *school well-being* yang dimiliki siswa SMA Mardisiswa Semarang, maka semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik yang dialaminya. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah *school well-being* yang dimiliki siswa SMA Mardisiswa Semarang, maka semakin tinggi tingkat prokrastinasi akademik yang dialaminya.

Berdasarkan hasil dari penelitian ini, saran yang dapat diberikan yaitu yang pertama, bagi subjek penelitian yakni seluruh siswa SMA Mardisiswa Semarang khususnya siswa kelas XI dan XII yang berada pada kategorisasi prokrastinasi akademik yang rendah, sebaiknya dapat mengatur waktu antara belajar, mengerjakan tugas, juga bermain dengan lebih baik lagi dan menyusun skala prioritas dalam mengerjakan tugas agar dapat mempertimbangkan tugas apa yang seharusnya dikerjakan terlebih dahulu. Kemudian yang terakhir yaitu syukuri, maksimalkan dan jaga fasilitas yang telah diberikan oleh pihak sekolah.

Selanjutnya bagi SMA Mardasiswa Semarang untuk nantinya lebih memperhatikan kebutuhan-kebutuhan dasar bagi siswa di sekolah, seperti fasilitas penunjang kegiatan belajar siswa terutama fasilitas *wifi* yang terkadang lambat dan sinyalnya lemah di kelas-kelas yang berada di pojok.

Lalu diperhatikan lagi bagi guru saat memberikan tugas kepada siswa, sebaiknya tugas yang diberikan itu tidak terlalu banyak dan tugas yang diberikan sesuai dengan muatan yang telah diberikan oleh guru dan saat tugas dikumpulkan dilakukan pembahasan bersama mengenai tugas yang telah dikerjakan oleh siswa.

Kemudian berkaitan dengan situasi pandemi, diharapkan pihak sekolah dapat menyediakan modul-modul pembelajaran dalam bentuk pdf/word dan membentuk perpustakaan online yang dapat diakses oleh siswa agar memudahkan siswa dalam mencari tambahan referensi di dalam menjalankan kegiatan pembelajaran dan dalam pengerjaan tugas.

Yang terakhir, untuk peneliti selanjutnya, untuk dapat menggali lebih dalam mengenai *school well-being* dengan prokrastinasi akademik.

Kemudian peneliti selanjutnya juga diharapkan untuk lebih baik lagi dalam membuat dan menentukan alat ukur untuk penelitian sehingga semakin sedikit aitem yang gugur dan mencerminkan perilaku yang akan diteliti dan lebih berusaha keras untuk membuat seluruh subjek di dalam penelitian agar melakukan pengisian di google form penelitian yang telah peneliti buat.

DAFTAR PUSTAKA

- Andreanti, M. M. (2016). Prokrastinasi akademik ditinjau dari school wellbeing pada mahasiswa sekolah tinggi teologia baptis indonesia semarang. *Skripsi* (Tidak diterbitkan). Universitas Katolik Soegijapranata Semarang. Dapat diakses di: <http://repository.unika.ac.id/13167/>
- Annisa, A & Kristiana, I, F. (2014). The relationship between school well-being and academic procrastination on student 10th grade of state madrasah aliyah. *Jurnal EMPATI*, 3 (4), 1-11. Dapat diakses di: <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/7562>
- Azwar, S. (2014). Metode Penelitian. Pustaka Pelajar.
- Corkin, D. M., Yu, S. L., Wolters, C. A., & Wiesner, M. (2014). The role of the college classroom climate on academic procrastination. *Learning and Individual Differences*. 32. 294-303. DOI: <http://dx.doi.org/10.1016/j.lindif.2014.04.001>.
- Daryanto & Tarno, H. (2015). Pengelolaan budaya dan iklim sekolah. Gava Media.
- Effendi, A, S., & Siswati. (2016). Hubungan antara school well-being dengan intensi delikuenasi pada siswa kelas xi smk negeri 5 semarang. *Jurnal Empati*, 5 (2), 195-199. Dapat diakses di: <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/14996>

- Faizah, F., Rahma, U., Dara, Y, P., & Gunawan, C, L. (2020). School well-being siswa sekolah dasar dan siswa sekolah menengah pertama pengguna sistem full-day school di Indonesia. *Jurnal kajian bimbingan dan konseling*, 5 (1), 34-41. Dapat diakses di: <http://journal2.um.ac.id/index.php/jkbk/article/view/9940>
- Fauziah, H. H. (2015). Faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik pada mahasiswa Fakultas Psikologi Uin Sunan Gunung Djati Bandung. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2 (2), 123-132. DOI: <https://doi.org/10.15575/psy.v2i2.453>
- Firman & Rahman, S, R. (2020). Pembelajaran online di tengah pandemi covid-19. *Indonesian Journal of Educational Science (IJES)*, 2 (2), 81-89. DOI: <https://doi.org/10.31605/ijes.v2i2.659>
- Ghufron & Risnawita. (2017). Teori-teori psikologi. Ar-Ruzz Madia.
- Hamim, S. (2018). Hubungan antara prokrastinasi akademik dengan motivasi belajar siswa kelas vii smp muhammadiyah 2 kota kediri tahun ajaran 2016/2017. *Simki-pedagogia*, 2 (3), 1-7. Dapat diakses di: <http://simki.unpkediri.ac.id/detail/13.1.01.01.0097>
- Ilyas, M & Suryadi, S. (2017). Perilaku prokrastinasi akademik siswa di sma islam terpadu (it) boarding school abu bakar yogyakarta. *Jurnal An-Nida' (online)*, 41 (1), 71-82. Dapat diakses di: <http://ejournal.uinsuska.ac.id/index.php/Anida/article/view/4638/2832>
- Imansyah, Y., & Setyawan, I. (2018). Peran konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik pada siswa laki-laki ma boarding school al-irsyad. *Jurnal Empati*, 7 (14), 233-273. Dapat diakses di: <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/23455/21416>
- Khatimah, H. (2015). Gambaran school well-being pada peserta didik program kelas akselerasi di sma negeri 8 yogyakarta. *Psikopedagogia*, 4 (1), 20-30. DOI: <http://dx.doi.org/10.12928/psikopedagogia.v4i1.4485>
- Klassen, R.M., Krawchuk, L.L., and Rinjani. (2008). "Academic procrastination of undergraduates: low self-efficacy to self-regulate predicts higher levels of procrastination". *Journal of Contemporary Educational Psychology*, 33 (4), 915-931. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2007.07.001>
- Konu, A. & Rimpela, M. (2002). Well-being in schools: a conceptual model. *Health Promotion International*, 17 (1), 79-87. DOI: [10.1093/heapro/17.1.79](https://doi.org/10.1093/heapro/17.1.79)
- Mansyur, A, R. (2020). Dampak covid-19 terhadap dinamika pembelajaran di indonesia. *Education and Learning Journal*, 1 (2), 113-123. Dapat diakses di: <http://jurnal.fai.umi.ac.id/index.php/eljour/article/view/55/43>

- Owoeye, J, S & Yara, P, O. (2011). School facilities and academic achievement of secondary school agricultural science in ekiti state. *Nigeria Asian Social Science*, 7 (7), 64-74. DOI: [10.5539/ass.v7n7p64](https://doi.org/10.5539/ass.v7n7p64)
- Rimbarizki, R. (2017). Penerapan pembelajaran daring kombinasi dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik paket c vokasi di pusat kegiatan belajar masyarakat (pkbm) pioneer karanganyar. *J+ PLUS UNESA*, 6(2), 1-12. Dapat diakses di: <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-luar-sekolah/article/view/19586>
- Sari, D. N. (2013). Hubungan antara stres terhadap guru dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta. Yogyakarta. Dapat diakses di: <https://adoc.pub/hubungan-antara-stres-terhadap-guru-dengan-prokrastinasi-aka.html>
- Savira, F., & Suharsono, Y. (2013). Self regulated learning (srl) dengan prokrastinasi akademik pada siswa akselerasi. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 14 (1), 66-75. Dapat diakses di: <http://ejournal.umm.ac.id/index.php/jipt/article/view/1358>
- Setyawan, I., & Dewi, K.S. (2015). Kesejahteraan sekolah ditinjau dari orientasi belajar mencari makna dan kemampuan empati siswa sekolah menengah atas. *Jurnal Psikologi Undip*, 14 (1), 9-20. Dapat diakses di: <https://ejournal.undip.ac.id/index.php/psikologi/article/view/9794/7853>
- Setyawan, I., Dewi, E.K. (2019). Efektivitas pelatihan “pede” (pemaafan, efikasi diri,dan empati) untuk meningkatkan school well-being siswa. *Jurnal Psikologi*, 18 (2), 218-229. DOI: <https://doi.org/10.14710/jp.18.2.218-229>
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: a meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*,133 (1), 65-94. DOI: [10.1037/0033-2909.133.1.65](https://doi.org/10.1037/0033-2909.133.1.65)
- Sugiyono. (2017). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan r&d. Alfabeta, CV.
- Tian, L., Liu, B., Huang, S., & Huebner, E. S. (2012). Perceived social support and school well-being among Chinese early and middle adolescents: The mediational role of self-esteem. *Social indicators research*, 113(3), 991-1008. DOI: [10.1007/s11205-012-0123-8](https://doi.org/10.1007/s11205-012-0123-8)
- Ulum, M, I. (2016). Strategi self regulated learning untuk menurunkan tingkat prokrastinasi akademik siswa. *PSYMPATHIC : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3 (2), 153-170. Dapat diakses di: <https://journal.uinsgd.ac.id/index.php/psy/article/view/1107>

Ursia, N. R., Siaputra, I. B., & Sutanto, N. (2013). Prokrastinasi akademik dan self-control pada mahasiswa skripsi fakultas psikologi universitas surabaya. *Makara Seri Sosial Humaniora*, 17 (1), 1-18. Dapat diakses di: <http://repository.ubaya.ac.id/23848/>