

STUDI PERBEDAAN PROKRASTINASI AKADEMIK DITINJAU DARI JENIS PENDIDIKAN PADA SISWA SETINGKAT SMA DI KAYEN PATI

Mahruzar Susan Wijaya, Prasetyo Budi Widodo*

Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro

Mahruzar_sw@yahoo.com

Abstract

Academic procrastination is a tendency for not start doing se a task or job deliberately and repeatedly with activities that are not necessary in the execution of text related to academic assigment for example arrangement task, studying for exams, reading, administration task, meetings attend, and academic assigment relatively. The hypothesis of this research shows that there is a difference in the type of academic procrastination in senior high school level students in Kayen, pati.

The research is done using the descriptive quantitative method and using the cluster random sampling technique in SMA Negeri 1 Kayen Miftahul Ulum and MA Miftahul Ulum in XI and XII grade. Population and sample consists of SMA Negeri 1 Kayen students.they ar 68 senior high school students and 64 Miftahul Ulum (MA) students. The collecting of data in this research conducted by academic procrastination scale consisting of 23 items with reability coefficients 0,881. The result of mean value of the results of research on SMA Negeri 1 Kayen is 53,3382 and the mean value of MA Miftahul Ulum is 58,1719, its homogeneity lavene"s test with the value $F = 1,351$, significance $0,254(p>0,05)$ is said to be homogeneous.

The data analysis done with test t-test, retrieved the value significance of 0.002 ($P > 0.05$;) and $t = 3,211$, that results of the research shows that there is a significant difference in academic procrastination on SMA 1 Kayen and MA Miftahul Ulum.

Keyword : *Academic Procrastination, Kinds of Education, Senior High School, MA*

Abstrak

Prokrastinasi akademik adalah suatu kecenderungan untuk tidak memulai mengerjakan tugas atau pekerjaan secara sengaja dan berulang-ulang dengan melakukan aktifitas lain yang tidak diperlukan dalam pengerjaan tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik, seperti tugas mengarang, belajar menghadapi ujian, membaca, kinerja administratif, menghadiri pertemuan, dan kinerja akademik secara keseluruhan. Penelitian ini bertujuan mengetahui ada atau tidaknya perbedaan prokrastinasi akademik ditinjau dari jenis pendidikan pada siswa setingkat SMA di Kayen Pati.

Penelitian dilakukan menggunakan metode diskriptif kuantitatif dengan teknik sampling yaitu *Cluster Random Sampling* di SMA Negeri 1 Kayen dan MA Miftahul Ulum pada kelas XI dan XII. Populasi dan sampel terdiri dari SMA Negeri 1 Kayen yaitu 68 siswa dan sampel MA Miftahul Ulum terdiri dari 64 siswa. Pengumpulan data dalam penelitian dilakukan dengan skala prokrastinasi akademik yang terdiri dari 23 aitem dengan koefisien reabilitas=0,881. Hasil penelitian nilai mean pada SMA Negeri 1 Kayen sebanyak 53,3382 dan mean pada MA Miftahul Ulum yaitu 58,1719, homogenitas lavene's test dengan nilai $F=1,351$, signifikansi $0,254 (p>0,05)$ dikatakan homogen.

Analisis data dilakukan dengan uji *t-test*, diperoleh nilai signifikansi 0,002 ($p<0,05$) dan $t=3,211$, penelitian tersebut menunjukkan ada perbedaan prokrastinasi akademik yang signifikan pada siswa SMA Negeri 1 Kayen dan MA Miftahul Ulum.

Kata kunci : Prokrastinasi Akademik, Jenis Pendidikan, SMA, MA.

*) penulis penanggungjawab

PEDAHULUAN

Pendidikan merupakan kunci bagi suatu bangsa untuk bisa menyiapkan masa depan dan sanggup bersaing dengan bangsa lain. Dunia pendidikan dituntut memberikan respon lebih cermat terhadap perubahan-perubahan yang tengah berlangsung di masyarakat. Belajar merupakan tugas utama seorang pelajar, namun tidak semua pelajar memiliki pengelolaan belajar yang baik, khususnya dalam pengelolaan waktu, hal ini pula yang dialami pelajar dalam menempuh pendidikan.

Jenis Pendidikan setingkat Sekolah Menengah Atas (SMA) merupakan jenjang pendidikan yang ditempuh oleh siswa dalam mengikuti kegiatan pembelajaran secara formal. Jenis Pendidikan adalah bentuk satuan pendidikan yang diselenggarakan pemerintah, pemerintah daerah atau masyarakat saat siswa memasuki jenjang pendidikan menengah. Sekolah Menengah Atas (SMA) merupakan jenis pendidikan sekolah menengah yang berbentuk umum dimana kurikulum program studi dipersiapkan untuk siswa yang akan meneruskan ke jenjang yang lebih tinggi atau perguruan tinggi dan Madrasah Aliyah (MA) merupakan jenis pendidikan sekolah menengah yang berbentuk umum dimana kurikulum program studi dipersiapkan untuk siswa yang akan meneruskan ke jenjang yang lebih tinggi atau perguruan tinggi umum dan Agama Islam. Madrasah Aliyah (MA) berorientasi pada berperilaku sesuai ajaran agama Islam, membentuk ikatan emosional keagamaan, memunculkan kemandirian, dan membentuk pribadi muslim yang shaleh dengan penguasaan ilmu agama secara luas.

Masa pematangan kedewasaan siswa setingkat SMA tidak semudah yang dijalankan. Pada kenyataannya siswa setingkat SMA banyak menjumpai kendala. Kendala yang terjadi berkaitan dengan taraf perkembangan siswa sebagai remaja. Para ahli pendidikan seperti Montessory dan Buhler (dalam Santosa, 2000, h.65), menyatakan bahwa pada usia remaja seseorang berada pada masa 'penemuan diri'. Secara spesifik, Montessory menyebutkan pada usia 12 – 18 tahun, sementara Buhler menyebutkan pada usia 13 – 19 tahun. Secara umum yang terjadi pada pelajar saat ini adalah sebagian perilaku pelajar remaja banyak menghabiskan waktu hanya untuk urusan hiburan semata dibandingkan dengan urusan akademik. Senada dengan pendapat di atas Syafei (2006, h.56) menyebut karakteristik dari siswa di usia remaja mencari jati diri, cenderung untuk melawan kekuasaan dan kurang bertanggung jawab terhadap waktu.

Sekolah-sekolah yang memadukan materi agama dengan materi umum banyak diminati, adanya persepsi sebagian orang bahwa lembaga yang mampu menghasilkan manusia yang mempunyai moralitas dan tingkat keimanan yang tinggi adalah pesantren,

maka banyak masyarakat yang tertarik dengan lembaga pesantren, terutama pesantren yang memuat kurikulum agama dan umum secara seimbang (Yuniar dkk, 2005, h.11). Salah satunya yayasan pondok pesantren di madrasah aliyah Miftahul Ulum.

Madrasah Aliyah Miftahul Ulum memiliki kurikulum yang memadukan kurikulum pendidikan umum atau nasional dan kurikulum keagamaan, ditambah lagi kegiatan ekstrakurikuler yang ada disekolah, siswa Madrasah Aliyah juga tinggal di asrama (pondok pesantren) yang disediakan oleh yayasan. Siswa harus mematuhi semua peraturan yang ada, bukan hanya peraturan dari sekolah tetapi juga peraturan pondok pesantren. Siswa dan siswi tinggal terpisah, namun masing-masing memiliki peraturan dan kegiatan yang hampir sama karena telah diatur oleh yayasan pondok pesantren. SMA N 1 Kayen sebagai sekolah umum hanya bisa mengawasi siswanya pada jam sekolah, ditambah kenyataannya siswa SMA N 1 Kayen dan Madrasah Aliyah Miftahul Ulum sebagai remaja sedang menghadapi perubahan yang serempak dalam diri dan lingkungannya mengalami masalah tersendiri untuk mengikuti jadwal kegiatan yang sangat padat. Keterbatasan waktu yang dimiliki SMA dibandingkan Madrasah Aliyah membuat siswa jenis pendidikan umum seperti SMA mengalami kelonggaran dalam pengawasan. Secara umum, siswa di sekolah berasrama memiliki waktu belajar yang lebih panjang dan lebih fokus, memungkinkan anak untuk lebih mandiri dan lebih siap dalam mempersiapkan berbagai macam tantangan yang akan dihadapinya dimasa yang akan datang.

Santrock (2003, h. 286) menjelaskan bahwa sekolah yang besar, terutama yang mempunyai siswa lebih dari 500-1000 orang siswa, kemungkinan tidak menyediakan iklim personal yang memungkinkan sistem kontrol sosial yang efektif. Siswa tidak memiliki tanggung jawab terhadap perilaku. Jumlah siswa SMA N 1 Kayen tidak sebanding dengan pengajar membuat pihak sekolah sendiri tidak mampu untuk melakukan pengawasan secara maksimal terhadap siswanya, sehingga sering terjadi pelanggaran sebagai akibat dari kontrol yang rendah dari pihak sekolah. Salah satu dampak dari kontrol yang rendah tersebut adalah munculnya perilaku prokrastinasi akademik pada sebagian siswa.

Desimone (dalam Ferrari, dkk, 1995, h.75) menjelaskan istilah prokrastinasi berasal dari bahasa Latin *procrastinare*, yang memiliki arti harfiah untuk menunda atau menangguhkan sampai hari esok. Ferrari (1995, h.77) mendefinisikan prokrastinasi sebagai suatu penundaan yang sengaja dilakukan pada tugas penting, dilakukan berulang-ulang secara sengaja dan menimbulkan perasaan tidak nyaman secara subjektif. Ferrari (1995, h.85) menyebutkan ada dua jenis prokrastinasi, yaitu akademik dan non-akademik. Prokrastinasi akademik adalah jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan

dengan tugas akademik, misalnya tugas sekolah atau tugas kursus. Prokrastinasi non-akademik adalah penundaan yang dilakukan pada jenis tugas non-formal atau tugas yang berhubungan dengan kehidupan sehari-hari, misalnya tugas rumah tangga, tugas sosial, tugas kantor dan sebagainya.

Adapun Solomon dan Rothblum (1984, h.503) menyebutkan enam area akademik untuk melihat jenis-jenis tugas yang sering diprokrastinasi oleh pelajar, yaitu : tugas mengarang, belajar menghadapi ujian, membaca, kinerja administratif, menghadiri pertemuan, dan kinerja akademik secara keseluruhan.

Ada beberapa faktor yang menyebabkan munculnya perilaku prokrastinasi akademik, Ferrari (1995, h.34) menyebutkan beberapa faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik, pertama faktor internal yaitu faktor dalam diri individu yang turut membentuk perilaku prokrastinasi, meliputi faktor fisik seperti kondisi fisiologis seseorang yang mendorong kearah prokrastinasi seperti kelelahan dan faktor psikologis seseorang yang meliputi tipe kepribadian dan motivasi, semakin tinggi motivasi intrinsik yang dimiliki individu ketika menghadapi suatu tugas, akan semakin rendah kecenderungan untuk melakukan prokrastinasi. Kedua faktor eksternal meliputi banyaknya tugas yang menuntut penyelesaian pada waktu yang hampir bersamaan, kondisi lingkungan dan pengasuhan otoriter ayah.

Kondisi lingkungan yang kondusif untuk melakukan prokrastinasi terjadi pada lingkungan yang rendah dalam pengawasan. Apabila tidak diawasi seseorang mungkin telah merencanakan untuk mulai mengerjakan tugas pada waktu yang ditentukan sendiri, akan tetapi ketika saatnya tiba tidak dilaksanakan sesuai dengan rencana yang telah ditetapkan sehingga menyebabkan keterlambatan maupun kegagalan dalam menyelesaikan tugas (Bijou dkk, dikutip Ferrari, 1995, h.32). Lingkungan yang rendah dalam pengawasan di sekolah berkaitan dengan jumlah siswa yang ada disekolahan. Banyak sedikitnya siswa disekolahan mempengaruhi kontrol sosial terhadap siswa. Siswa SMA rentan dengan keadaan rendah pengawasan di lingkungan sekolah di banding siswa di Madrasah Aliyah, jumlah siswa SMA N 1 Kayen mencapai 500 - 1000 siswa bahkan bisa mencapai 1000 siswa lebih, sedangkan jumlah siswa Madrasah Aliyah Miftahul Ulum dibawah 500 siswa. Jumlah siswa yang terlalu banyak juga terjadi pada sekolah SMAN 1 Kayen dimana memiliki lebih dari 1000 siswa. Kontrol yang rendah dari sekolahan memudahkan munculnya perilaku prokrastinasi akademik pada sebagian siswa. Sedangkan siswa MA Miftahul Ulum Kayen hanya memiliki dibawah 500 siswa. Keterbatasan jumlah siswa pada Madrasah Aliyah memudahkan pihak

sekolahan mengontrol aktivitas siswa. Kontrol yang tinggi dari pihak sekolah bisa menekan adanya prokrastinasi akademik.

Perbedaan pengawasan siswa setingkat SMA sesuai jenis pendidikan mempengaruhi tinggi rendahnya prokrastinasi akademik sesuai dengan teori tentang faktor-faktor dari prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik siswa dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Lingkungan sekolah yang kondusif sebagai faktor eksternal dimana sekolah yang longgar dalam pengawasan lebih banyak mengalami prokrastinasi akademik. Sesuai dengan pendapat Ferrari dkk (1995, h.88) menguraikan bahwa siswa yang melakukan prokrastinasi akademik dan tinggi rendahnya prokrastinasi akademik tidak dapat terlepas dari faktor-faktor yang mendasari terbentuknya perilaku siswa sebagai remaja dan faktor lingkungan, yaitu lingkungan yang rendah dalam pengawasan lebih banyak mengalami prokrastinasi akademik. Jenis pendidikan yaitu MA dan SMA merupakan faktor lingkungan yang mempengaruhi prokrastinasi akademik.

Siswa Madrasah Aliyah sebagian besar waktunya dihabiskan dengan teman-teman di lingkungan pondok pesantren atau asrama sekolah akan mengalami keselarasan dan keseimbangan karena lebih berkonsentrasi pada belajar. Siswa Madrasah Aliyah yang berada di asrama atau pondok pesantren menunjukkan hubungan yang erat antar siswa membuat hadirnya keluarga baru dalam asrama, sehingga siswa merasakan kenyamanan. Lawton (dalam Hurlock, 1999, h.258) menegaskan bahwa siswa yang mampu menyesuaikan diri dengan baik akan mengetahui kapan saat harus belajar dan segera mengatasi permasalahan yang menuntut penyelesaian. Syafei (dalam Sa'ud dan Sumantri, 2010, h.14) masa remaja dianggap sebagai proses sosialisasi dalam mencari identitas diri, tidaklah mudah bagi remaja untuk melawan orang tua atau guru jika mereka dimengerti bukan ditekan, dimata orang tua atau guru remaja memperlihatkan sikap dan tingkah laku dapat merusak seperti melawan kekuasaan orang tua, kurang bertanggung jawab mengenai penggunaan waktu.

Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan pemahaman lebih jauh tentang perbedaan Prokrastinasi akademik pada siswa SMA N 1 Kayen dan MA Miftahul Ulum. Penelitian ini dilakukan terhadap siswa siswi SMA N 1 Kayen dan MA Miftahul Ulum kelas XI dan XII. Penelitian kuantitatif ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan prokrastinasi akademik ditinjau dari jenis pendidikan pada siswa setingkat SMA di Kayen Pati.

METODE

Populasi dari penelitian ini adalah siswa SMA Negeri 1 Kayen dan MA Miftahul Ulum yaitu kelas XI dan XII. Jumlah sampel SMA Negeri 1 Kayen yaitu 68 siswa diambil 2 kelas dari 18 kelas yang terdiri dari anggota keseluruhan populasi sejumlah 578 siswa.

Sampel MA Miftahul Ulum terdiri dari 64 siswa yang diambil 2 kelas dari 4 kelas yang terdiri dari anggota keseluruhan populasi sejumlah 145 siswa. Karakteristik subjek dalam penelitian ini yaitu siswa merupakan usia remaja 12 – 18 tahun. Teknik sampling yang digunakan adalah *cluster random sampling*. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala. Skala yang digunakan dalam penelitian ini yaitu Skala Prokrastinasi Akademik. Sistem penilaian skala dalam penelitian ini berupa skala Likert. Teknik analisis data yang digunakan adalah dengan teknik analisis uji *t-test*. Semua proses analisis menggunakan program SPSS versi 17 *for Windows*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan analisis data yang dilakukan, didapatkan nilai normalitas yang mengindikasikan bahwa sebaran data variabel prokrastinasi akademik memiliki data distribusi normal dan berarti uji normalitas terpenuhi serta uji homogenitas yang menyatakan bahwa varians antara kedua sampel penelitian adalah homogen. Uji normalitas dan uji homogenitas yang normal dan homogen memungkinkan dilakukan analisis data menggunakan statistik parametrik. Hasil penelitian uji hipotesis menunjukkan uji *t-test* nilai mean pada SMA Negeri 1 Kayen sebanyak 53,3382 dan mean pada MA Miftahul Ulum yaitu 58,1719, dengan signifikansi 0,002 ($p < 0,05$) serta nilai $t = 3,211$. Hasil yang diperoleh dari uji hipotesis dengan tehnik analisis uji *t-test* menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara prokrastinasi akademik pada siswa SMA Negeri 1 Kayen dan MA Miftahul Ulum yang ditunjukkan oleh hasil signifikansi 0,002 ($p < 0,05$) serta nilai $t = 3,211$. Uji *t-test* tersebut mengindikasikan ada perbedaan prokrastinasi akademik yang signifikan antara SMA dan MA.

Berdasarkan hasil penelitian, pada siswa kelas XI dan XII SMA Negeri 1 Kayen dan pada siswa MA Miftahul Ulum kelas XI dan XII memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang berbeda. Perbedaan yang terjadi disebabkan oleh beberapa faktor yang mempengaruhinya. Menurut Bijou, dkk (dalam Ferrari, 1995, h.32) kondisi lingkungan yang kondusif untuk melakukan prokrastinasi terjadi pada lingkungan yang rendah dalam pengawasan. Apabila tidak diawasi seseorang mungkin telah merencanakan untuk mulai mengerjakan tugas pada waktu yang ditentukan sendiri, akan tetapi ketika saatnya tiba tidak dilaksanakan sesuai dengan rencana yang telah ditetapkan sehingga menyebabkan keterlambatan maupun kegagalan dalam menyelesaikan tugas.

Lingkungan yang rendah dalam pengawasan di sekolah berkaitan dengan jumlah siswa yang ada disekolahan. Banyak sedikitnya siswa disekolahan mempengaruhi kontrol sosial terhadap siswa. Santrock (2003, h. 286) berpendapat bahwa sekolah yang besar,

terutama yang mempunyai lebih dari 500-1000 siswa, kemungkinan tidak menyediakan iklim personal yang memungkinkan sistem kontrol sosial yang efektif. Siswa mungkin tidak memiliki tanggung jawab terhadap perilaku dan kurang menghargai waktu dalam berperilaku karena kontrol dari lingkungan yang rendah.

Berdasarkan hasil data yang diperoleh pada saat melakukan penelitian, SMA Negeri 1 Kayen dan MA Miftahul Ulum memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang berbeda. Perbedaan tersebut dapat ditunjukkan dalam hasil penelitian bahwa di SMA Negeri 1 Kayen dari sampel penelitian sejumlah 68 siswa didapatkan 8 siswa (11,76 %) termasuk dalam kategori prokrastinasi rendah, 14 siswa (20,59 %) termasuk dalam kategori prokrastinasi sedang, dan 46 siswa (67,65 %) termasuk dalam kategori prokrastinasi tinggi dan di MA Miftahul Ulum sebanyak 9 siswa (14,07 %) termasuk dalam kategori prokrastinasi rendah, 49 siswa (76,56 %) termasuk dalam kategori prokrastinasi sedang, dan 6 siswa (9,37 %) termasuk dalam kategori prokrastinasi tinggi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai mean prokrastinasi akademik SMA Negeri 1 Kayen lebih rendah daripada nilai mean prokrastinasi akademik di MA Miftahul Ulum. Hasil penelitian bertolak belakang dengan hipotesis awal yang mengatakan bahwa SMA Negeri 1 Kayen mempunyai nilai prokrastinasi akademik yang lebih tinggi dibandingkan dengan MA Miftahul Ulum dikarenakan pengawasan di SMA Negeri 1 Kayen lebih rendah. Pada hasil kategorisasi yang dilakukan peneliti mengungkapkan tingkat prokrastinasi di SMA Negeri 1 Kayen memiliki prokrastinasi yang tinggi yaitu 46 siswa (67,65%) dari 68 siswa, sedangkan pada sampel di MA Miftahul Ulum didapatkan 49 siswa (76,56%) dari 64 siswa memiliki tingkat prokrastinasi sedang. Kesimpulan dari pernyataan diatas bahwa kategorisasi tingkat prokrastinasi akademik yang tinggi terdapat pada SMA Negeri 1 Kayen, sedangkan pada MA memiliki tingkat kategorisasi sedang.

Tidak diterimanya hipotesis yang menyatakan siswa SMA tingkat prokrastinasi akademik lebih tinggi daripada Madrasah Aliyah dikarenakan selain faktor eksternal, terdapat pula faktor internal yang mempengaruhi terjadinya prokrastinasi akademik. Umumnya faktor internal dalam diri siswa lebih berpengaruh terhadap tinggi rendahnya nilai prokrastinasi akademik, salah satunya yaitu kontrol diri dari masing-masing siswa. Senada dengan penelitian Green (dalam Muchid, 2009, h.113) yang menunjukkan bahwa salah satu aspek yang mempengaruhi seseorang untuk melakukan kecenderungan perilaku prokrastinasi adalah karena rendahnya kontrol diri.

Kontrol diri, menurut Harter (dalam Santrock, 2003, h.323) menyatakan bahwa dalam diri seseorang terdapat suatu sistem pengaturan diri (*self-regulation*) yang memusatkan

perhatian pada pengontrolan diri (*self-control*). Proses pengontrolan diri ini menjelaskan bagaimana diri (*self*) mengatur dan mengendalikan perilaku sesuai dengan kemampuan individu dalam pengendalian perilaku. Jika individu mampu mengendalikan perilakunya dengan baik maka seseorang tersebut akan dapat menjalani kehidupan dengan baik.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa kontrol diri pada suatu individu dengan individu yang lain tidaklah sama. Ada individu yang memiliki kontrol diri yang tinggi, namun ada pula individu yang memiliki kontrol diri yang rendah. Menurut Ferrari (1995, h. 88) Faktor yang terdapat dalam diri individu yang mempengaruhi prokrastinasi meliputi kondisi fisik dan kondisi psikologis. Kondisi psikologis salah satunya adalah kontrol diri, semakin rendah kontrol diri yang dimiliki ketika menghadapi tugas, akan semakin tinggi kecenderungannya untuk melakukan prokrastinasi akademik.

Pada hasil penelitian ini menunjukkan siswa MA kecenderungan melakukan penundaan dalam mengerjakan tugas, dikarenakan siswa MA memiliki kontrol diri yang rendah. Pernyataan tersebut sependapat dengan Ghufron (2003, h. 58) bahwa seorang pelajar yang dengan kontrol diri yang rendah akan berperilaku lebih bertindak kepada hal-hal yang lebih menyenangkan dirinya, bahkan akan menunda-nunda tugas yang seharusnya ia kerjakan terlebih dahulu. Sesuai dengan penelitian Widyari (2011) yang menyatakan bahwa ada hubungan kontrol diri dengan perilaku prokrastinasi akademik pada siswa remaja, begitu pula didukung oleh Ghufron (2003, h.106) yang menyatakan adanya hubungan negatif antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik terbukti kebenarannya. Semakin tinggi skor kontrol diri yang diperoleh remaja semakin rendah prokrastinasi akademik remaja.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan penelitian prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh peneliti pada sampel yang diambil secara *cluster random sampling* dengan menggunakan uji t-test, dihasilkan bahwa ada perbedaan prokrastinasi akademik yang signifikan pada jenis pendidikan setingkat SMA di Kayen Pati antara siswa SMA dan MA, sehingga hipotesis yang diajukan diterima. Prokrastinasi akademik SMA Negeri 1 Kayen lebih rendah daripada Madrasah Aliyah, dikarenakan terdapat faktor internal yang lebih mendominasi individu yaitu kontrol diri.

Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas, saran yang dapat diberikan peneliti adalah sebagai berikut:

1. Bagi subjek penelitian

Prokrastinasi akademik pada masing-masing individu berbeda-beda dan bervariasi, dari yang sangat rendah sampai tinggi, oleh karena itu:

- a. Subjek yang memiliki prokrastinasi rendah disarankan untuk dipertahankan; dan
- b. Subyek yang memiliki nilai prokrastinasi akademik sedang sampai tinggi disarankan untuk mengatasinya dengan cara menjaga kondisi fisik dan kondisi psikologisnya, seperti berperilaku yang positif, disiplin terhadap waktu, dan bersikap optimis sehingga dapat menekan tingkat prokrastinasi akademik.

2. Bagi pihak sekolah

Bagi pihak sekolah diharapkan tetap mempertahankan peraturan sekolah yang sudah ada, karena peraturan sekolah dapat mengurangi terjadinya prokrastinasi akademik. Guru disarankan untuk tetap memantau ataupun dengan melakukan suatu pendekatan, memberikan motivasi kepada siswa melalui pembelajaran di kelas, sehingga siswa menjadi lebih berusaha keras dalam menyelesaikan tugas, lebih menghargai waktu, dan mencegah terjadinya perilaku prokrastinasi akademik.

3. Bagi peneliti yang tertarik melakukan penelitian prokrastinasi akademik

Peneliti lain yang ingin melakukan penelitian sejenis di masa yang akan datang diharapkan melibatkan faktor lain dari perilaku prokrastinasi akademik, sehingga hasilnya diharapkan lebih lengkap dan jelas dalam menggambarkan perilaku prokrastinasi akademik. Faktor prokrastinasi akademik yang disarankan untuk disertakan antara lain kondisi fisik, ciri kepribadian, motivasi, lingkungan ataupun pola asuh orang tua. Peneliti lain juga dapat melakukan penelitian dengan memperluas orientasi penelitian pada tingkat pendidikan lain dengan karakteristik subjek yang beragam.

DAFTAR PUSTAKA

- Ferrari, J.R. Johnson, J.L. & Mc Cown, W.G. 1995. *Procrastination and Task Avoidance, Theory, Research and Treatment*. New York: Plenum Press. (WWW.Googlebook.com) hal 2-88.
- Ghufron, M.Nur. 2003. Hubungan Kontrol Diri Dengan Persepsi Remaja Terhadap Penerapan Disiplin Orang Tua Dengan Prokrastinasi Akademik. (*Tesis*). Universitas Gajah Mada. hal.14-106.
- Hurlock, E. 1999. *Perkembangan Anak*. Jilid 2. Jakarta: Erlangga. hal.258.
- Muchid. 2009. Hubungan Antara *Self Control* Dan *Self-Efficacy* Dengan Kecenderungan Perilaku Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Fakultas Dakwah Iain Sunan Ampel Surabaya. *Jurnal Ilmu Dakwah*, 18 (1), 113.

- Santosa, S. 2000. *Problematika Pendidikan*. Jakarta: Pena Gading, hal.65.
- Santrock, J.W. 2003. *Adolescence Perkembangan Remaja*. Jakarta: PT Erlangga. hal.286.
- Sa'ud, U.S., dan Sumantri, M. 2010. Pendidikan Dasar Dan Menengah. *Jurnal Pendidikan*, hal.14-18.
- Solomon, L.J., & Rothblum, E.D. 1984. Academic Procrastination: Frequency and cognitive behavioral correlates. *Journal of counseling psychology*, (31)4, hal.503-505..
- Syafei, Sahlan. 2006. *Bagaimana Anda Mendidik Anak*. Penerbit Ghalia Indonesia: Bogor.
- Yuniar, M., Abidin, Z. & Astuti, T.P. 2005. Penyesuaian Diri Santri Putri Terhadap Kehidupan Pesantren: Studi Kualitatif Pada Madrasah Takhasusiah Pondok Pesantren Modern Islam Assalam Surakarta. *Jurnal Psikologi Undip*. 2(1), hal.1.