

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Pengertian Prokrastinasi

Prokrastinasi berasal dari bahasa Latin *pro* yang berarti "ke depan" dan *crastinus* yang berarti "tertunda". Secara sederhana, prokrastinasi berarti menunda-nunda tugas atau pekerjaan yang seharusnya dilakukan pada waktu yang telah ditentukan (Ghufron & Risnawati, 2017). Seseorang yang melakukan prokrastinasi sering disebut sebagai *procrastinator*. Menurut Pratama, (2022) prokrastinasi adalah kecenderungan untuk menunda penyelesaian tugas dengan melakukan aktivitas lain yang tidak produktif, yang menyebabkan tugas tersebut terbengkalai dan tidak selesai tepat waktu. Selanjutnya Saman, (2017) menjelaskan bahwa prokrastinasi merupakan tindakan menunda-nunda tugas yang dianggap penting, yang dilakukan secara sengaja dan berulang, serta dapat menimbulkan perasaan tidak nyaman secara pribadi.

Prokrastinasi adalah perilaku menunda-nunda suatu tugas atau pekerjaan ke waktu yang akan datang. Penundaan ini bisa berlangsung dalam waktu singkat, namun juga bisa berlangsung lama, bahkan berhari-hari. Aktivitas pengganti yang dilakukan oleh individu yang melakukan prokrastinasi biasanya adalah

kegiatan yang lebih menyenangkan (Wicaksono, 2017). Seorang yang sering menunda-nunda pekerjaan biasanya mengalami keterlambatan dalam memenuhi tenggat waktu yang telah ditetapkan, baik oleh orang lain maupun oleh rencana yang telah dibuatnya sendiri

2. Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi akademik merupakan salah satu bentuk penundaan tugas formal yang berkaitan dengan tugas sekolah (Candra, dkk 2014). Sebagai contoh siswa diberikan tugas oleh guru tetapi pada saat waktu pengumpulan, siswa beralasan belum selesai atau lupa mengerjakan pada saat dirumah. Selanjutnya menurut Hidayati, (2019) Individu yang cenderung menunda-nunda pekerjaan sering kali mengalami keterlambatan atau gagal menyelesaikan tugas tepat waktu saat mengerjakan pekerjaan sekolah.

Prokrastinasi akademik adalah suatu kebiasaan menunda menyelesaikan tugas dalam hal ini tugas sekolah, dengan melakukan kegiatan lain sehingga hal ini berdampak dapat pada nilai akademik siswa (Ndruru et al., 2022). Siswa menunda mengerjakan tugas yang diberikan guru dengan bermain bersama temannya sampai batas waktu yang ditentukan sehingga tidak mengumpulkan tugas atau lambat mengumpulkan. Akibatnya, tidak mendapatkan nilai atau nilai yang diberikan kurang maksimal dari guru.

Jadi dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik merupakan penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang, memulai maupun menyelesaikan tugas-tugas yang berhubungan dengan bidang akademik,

sehingga menghambat kinerja dalam rentang waktu terbatas yang akhirnya menimbulkan perasaan cemas pada siswa.

3. Ciri-ciri prokrastinasi akademik

Menurut Nurjan (2020) ciri-ciri prokrastinasi adalah sebagai berikut:

- a. Penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan kerja pada tugas yang dihadapi

Seorang prokrastinasi mengetahui bahwa tugas yang akan dikerjakan merupakan hal yang penting untuk dirinya namun, dengan sengaja menunda tugas untuk memulai pekerjaan tersebut, atau menunda menyelesaikannya hingga selesai meskipun sudah memulainya, sampai batas akhir pengumpulan.

- b. Keterlambatan dalam mengerjakan tugas

Prokrastinasi biasanya membutuhkan waktu lebih lama daripada yang seharusnya untuk menyelesaikan sebuah tugas. Seorang prokrastinator sering menghabiskan waktunya dengan persiapan yang berlebihan atau melakukan aktivitas yang tidak relevan dengan tugas tersebut, tanpa mempertimbangkan keterbatasan waktu.

- c. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual

Seorang prokrastinator umumnya mengalami kesulitan dalam menyelesaikan tugas sesuai dengan batas waktu yang telah ditetapkan. Mereka sering mengalami keterlambatan dalam memenuhi tenggat waktu,

baik yang ditetapkan oleh orang lain maupun berdasarkan rencana yang dibuat sendiri. Meskipun telah menjadwalkan waktu untuk memulai pengerjaan tugas, seringkali tidak terlaksana sesuai dengan rencana yang telah ditentukan. Hal ini berpotensi menyebabkan keterlambatan atau bahkan kegagalan dalam menyelesaikan tugas secara optimal.

- d. Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan

Seorang prokrastinator dengan sengaja menunda untuk mengerjakan tugasnya dan justru menggunakan waktunya untuk melakukan aktivitas lain yang dianggap lebih menyenangkan atau menghibur. Aktivitas tersebut dapat berupa bermain, menonton, jalan-jalan, dll.

4. Faktor-faktor prokrastinasi akademik

Ghufron & Risnawati, (2017) menyatakan faktor-faktor prokrastinasi akademik dibagi menjadi 2 yaitu Faktor Internal dan Faktor Eksternal.

a. Faktor Internal

Faktor internal adalah faktor yang berasal dari diri siswa yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik. Faktor internal meliputi faktor kondisi fisik dan kondisi psikologis (Chandra, 2014).

1) Kondisi fisik

Kesehatan fisik dan mental seseorang, seperti kelelahan dan kelelahan mental. siswa yang merasa lelah lebih cenderung menunda-nunda dibandingkan siswa yang tidak merasa lelah (Purba, 2024). Tubuh dalam keadaan lelah,

cenderung kehilangan energi dan motivasi dalam menyelesaikan tugas-tugas mereka sampai terjadi penundaan.

2) Kondisi Psikologis

Kondisi psikologis yang buruk atau tidak sehat dapat mempengaruhi munculnya prokrastinasi akademik (Zafri, 2021). Siswa saat merasa cemas atau stres karena tugas sekolah, mereka sering kali menunda-nunda pekerjaan untuk menghindari perasaan yang tidak enak.

b. Faktor Eksternal

Faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar yaitu faktor keluarga, dan lingkungan sekolah (Chandra, dkk 2014).

1) Faktor keluarga

Dukungan emosional dari keluarga berperan penting dalam motivasi belajar anak. Anak-anak yang merasa didukung secara emosional oleh orang tua mereka, merasa aman, dan dihargai, cenderung memiliki motivasi internal yang lebih tinggi untuk menyelesaikan tugas mereka tepat waktu, dan cenderung tidak menunda-nunda (Mua,K 2023).

2) Faktor lingkungan sekolah

Lingkungan sekolah yang meliputi teman sebaya dan guru sekolah dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik siswa.

a) Teman sebaya

Interaksi sosial dengan teman-teman sebaya, khususnya dalam kelompok belajar, dapat memengaruhi pola belajar dan cara siswa mengelola

waktu. Teman sebaya bisa menjadi motivator, namun juga dapat menjadi pengaruh negatif yang mendorong siswa untuk menunda-nunda tugas (Setiawati & Nurjanah, 2024).

b) Guru

Guru memegang peranan yang sangat penting dalam memengaruhi sikap dan kebiasaan belajar siswa, termasuk dalam upaya mengurangi prokrastinasi akademik (Setiawati & Nurjanah, 2024). Dengan memberikan motivasi, mengelola pembelajaran secara efektif, dan memberikan umpan balik yang membangun, guru dapat menciptakan lingkungan yang mendukung siswa untuk menyelesaikan tugas-tugas mereka tanpa menunda-nunda

B. Penelitian yang Relevan

Penelitian ini relevan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh

1. Penelitian yang dilakukan oleh (Setiawati & Nurjanah, 2024) yang berjudul “Identifikasi Faktor-Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik Siswa”. Rini, dkk menyatakan faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik adalah tugas, mata pelajaran, diri sendiri, teman, kegiatan di luar sekolah, guru, sumber belajar, dan orang tua. Cara mencegah prokrastinasi akademik adalah menumbuhkan kesadaran dan kebiasaan pada diri siswa dan dukungan dari guru untuk memberikan tugas yang sesuai dan menarik. Perbedaan penelitian yang dilakukan oleh Rini Setiawati, Arif Nurjanah adalah subjek penelitian yaitu penelitian ini dilaksanakan di sekolah menengah pertama sedangkan penelitian ini dilaksanakan di Tingkat

sekolah dasar. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Rini Setiawati, Arifta Nurjanah mengidentifikasi yang artinya penelitian yang dilakukan hanya mengenali atau menyebutkan faktor penyebab prokrastinasi sedangkan penelitian ini, menganalisis hubungan atau menggali secara mendalam faktor apa saja yang menyebabkan prokrastinasi akademik siswa sekolah dasar.

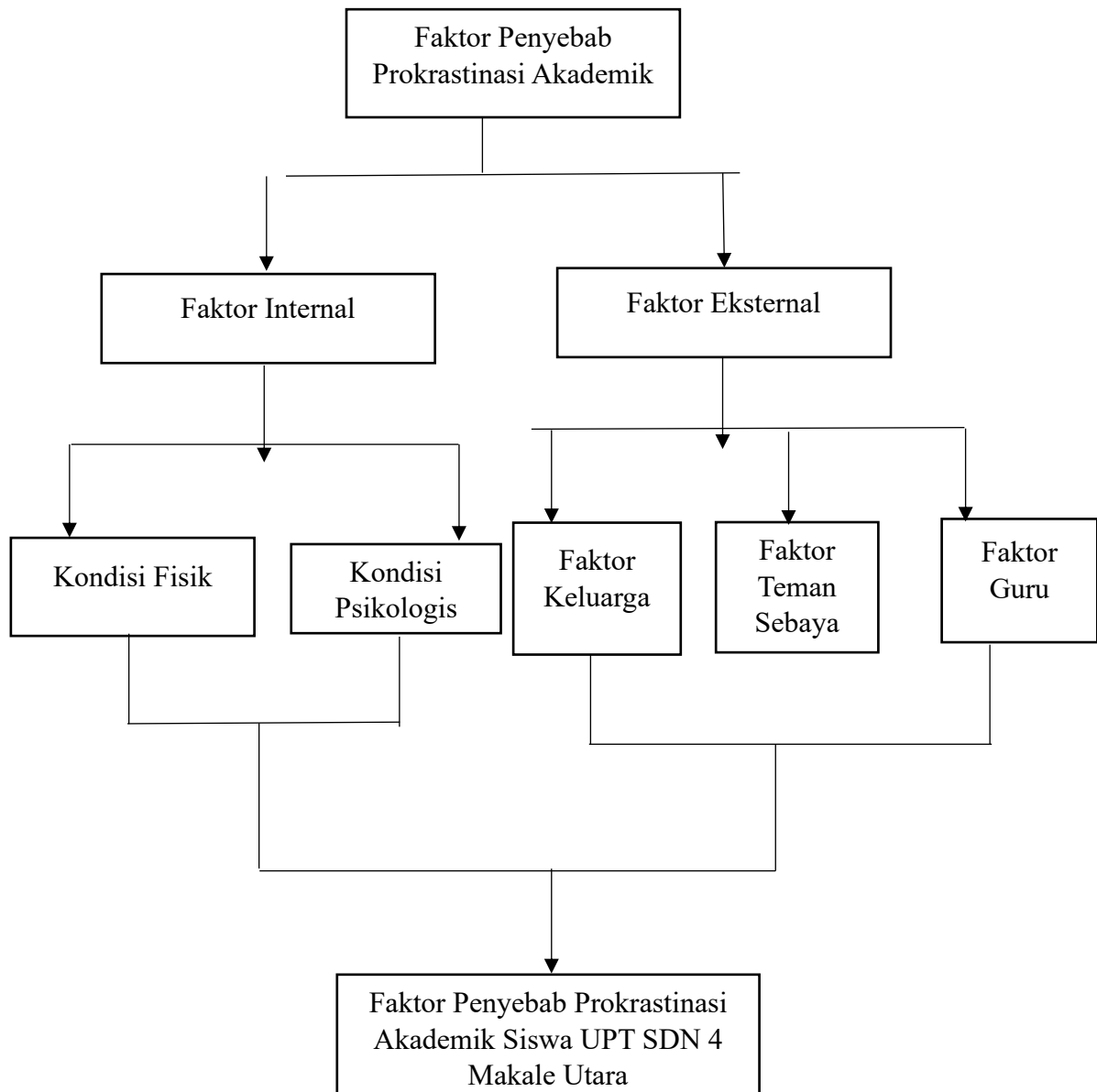
2. Penelitian yang dilakukan oleh (Candra et al., 2014) yang berjudul “Faktor-Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI SMA Negeri Kabupaten Temanggung”. Hasil dari penelitian ialah Faktor-Faktor yang menyebabkan prokrastinasi akademik yaitu Faktor kondisi fisik yang meliputi ketahanan tubuh dan jenis kelamin, faktor kondisi psikologis yang meliputi rasa percaya diri dan tanggung jawab, faktor lingkungan sekolah dan lingkungan masyarakat. Namun menurut Candra dkk, faktor utama yang menyebabkan tingginya prokrastinasi akademik yaitu faktor internal. Perbedaan utama terletak pada tingkat pendidikan yang diteliti, metode yang digunakan, dan konteks lokasi penelitian yang berbeda.
3. Penelitian yang dilakukan oleh (Ramadhan & Winata, 2016) yang berjudul “Prokrastinasi akademik menurunkan prestasi belajar siswa” Faktor-faktor yang menyebabkan prokrastinasi akademik di SMA Negeri 1 Batu Putih meliputi: 1) Faktor kondisi fisik individu, yaitu rasa kelelahan yang dirasakan siswa sehingga mereka menunda-nunda penyelesaian tugas yang diberikan oleh guru. 2) Faktor psikologi individu, yaitu perasaan cemas dan

kurang percaya diri terhadap kemampuan diri dalam menyelesaikan tugas yang diberikan. 3) Faktor gaya pengasuhan orang tua, yaitu ketidaktertarikan atau ketidakpedulian orang tua terhadap tugas yang harus dikerjakan oleh anak, yang membuat siswa merasa tidak terdorong untuk menyelesaikan tugas tersebut. 4) Faktor kondisi lingkungan, yaitu pengaruh lingkungan sekolah dan interaksi dengan teman-teman yang menyebabkan siswa cenderung menunda-nunda pengerjaan tugas. Perbedaan penelitian Ramadhan & Winata terletak pada tingkat pendidikan yang diteliti, metode penelitian, dan fokus dampak prokrastinasi. Penelitian Ramadhan & Winata berfokus pada siswa SMA dan dampak prokrastinasi terhadap prestasi belajar, menggunakan metode kuantitatif seperti kuesioner. Sedangkan penelitian ini meneliti siswa SD, dengan fokus pada dampak prokrastinasi terhadap perkembangan akademik secara keseluruhan, menggunakan metode kualitatif seperti wawancara dan observasi.

C. Kerangka Pikir

Kebiasaan menunda-nunda pekerjaan sekolah dapat berdampak pada perkembangan akademik siswa, hal ini disebut dengan prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik pada siswa sekolah dasar dapat disebabkan oleh berbagai faktor yang saling mempengaruhi. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan menganalisis faktor-faktor penyebab prokrastinasi akademik di kalangan siswa SDN 4 Makale Utara. faktor-faktor tersebut dibagi menjadi dua kategori utama: faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal

meliputi kondisi fisik siswa dan kondisi psikologis siswa. Faktor eksternal meliputi lingkungan sekolah dan lingkungan keluarga. Melalui pendekatan kualitatif, penelitian ini bertujuan menggali bagaimana hubungan antara faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik. Berikut adalah gambar kerangka pikir dalam penelitian:



Gambar 2.1 Kerangka Pikir