

KEPERCAYAAN DIRI SISWA KELAS XI YANG MENGALAMI PROKRASTINASI AKADEMIK DI SMA NEGERI 2 LUBUKLINGGAU

Ratu Ayu Hasanah, Imron A. Hakim
Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan,
Universitas Sriwijaya

ABSTRACT

The aimed of this study was to find out the students self confidence of XI class who faced academic procrastination in SMA Negeri 2 Lubuklinggau. This was survey study and subjects were 32 students who faced academic procrastination. The students self confidence data used psycology likert model scale. The result showed that XI class students who faced/ did the academic procrastination in SMA Negeri 2 Lubuklinggau were in moderate category. It can be stated that the students who had firm belief of ability and positive thinking foward him/ her self well, although not yet fully able to act independently.

Keywords : *Self Confidence, Academic Procrastination.*

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan faktor penting bagi kelangsungan kehidupan manusia dan faktor pendukung yang memegang peranan penting di seluruh sektor kehidupan, sebab kualitas kehidupan manusia sangat erat dengan tingkat pendidikan. Pelaksana proses pendidikan yang paling umum adalah di sekolah.

Hasil dari proses pendidikan pada hakikatnya bertujuan mengharapkan terjadinya sesuatu yang bermanfaat bagi dirinya atau orang lain. Bisa dilihat dari segi peningkatan pengetahuan keterampilan atau perilaku yang dimiliki dari setiap peserta didik itu berdasarkan bakat dan potensi yang dimiliki dari masing-masing peserta didik.

Ditinjau dari perkembangan emosi, remaja adalah puncak emosionalitas. Secara tradisional masa remaja dianggap sebagai periode badai dan tekanan, suatu masa dimana ketegangan emosi meninggi sebagai akibat

dari perubahan fisik dan kelenjar (Hurlock, 2012: 212). Oleh karena itu perilaku-perilaku menyimpang tidak jarang dilakukan oleh peserta didik yang mengalami proses perkembangan tersebut. Prayitno (1999:25) mengemukakan bahwa dalam proses pendidikan banyak dijumpai permasalahan yang dialami anak-anak, para remaja dan pemuda yang menyangkut keempat dimensi kemanusiaan mereka. Potensi-potensi yang ada pada diri mereka tidak dapat berkembang secara optimal. Tugas-tugas akademik yang menjadi kewajibanpun tak jarang di abaikan oleh perserta didik. Maraknya perkembangan teknologi di era sekarang ini memiliki dampak buruk bagi individu yang salah dalam memanfaatkannya. Hal ini terlihat dari kebiasaan suka begadang, jalan-jalan di mall atau plaza, menonton televisi hingga berjam-jam, kecanduan game online dan suka menunda waktu pekerjaan. Hal-hal tersebut memiliki pengaruh yang sangat besar terhadap

tugas-tugas akademiknya mengingat mereka adalah pelajar. Kebiasaan menunda tugas/pekerjaan disebut dengan prokrastinasi. Prokrastinasi pada area atau bidang akademik yang pada umumnya dilakukan oleh pelajar disebut prokrastinasi akademik (Nurhayati:2012).

Menurut young (2004) karakteristik individu yang melakukan prokrastinasi salah satunya adalah individu yang memiliki kepercayaan diri yang rendah. Individu yang tidak percaya memiliki konsep diri negatif, kurang percaya pada kemampuan hal ini menyebabkan individu sering menutup diri mereka terhadap dunia luar yang lebih luas. Tanpa kepercayaan diri individu memiliki resiko kegagalan ataupun kurang optimal dalam mengerjakan tugas-tugasnya. Menurut Ubaedy (2011: 33) Pengaruh kurang percaya diri pada pelajar yaitu pelajar kurang bergairah belajar, gampang menyerah, memperlemah semangat guru, prestasinya kurang, semangat mengembangkan diri rendah, cara berfikir yang kurang efisien.

Menurut Prayitno (2004: 105) Bimbingan dan konseling adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (disebut konselor) kepada individu (disebut konseli) dengan tujuan mengembangkan potensi yang dimiliki oleh konseli. Dalam hal ini pada proses belajar mengajar penting untuk memberikan usaha preventif pada konseli yang mengalami permasalahan belajar seperti prokrastinasi akademik sehingga proses pembelajaran disekolah mendapatkan hasil yang baik.

Berdasarkan wawancara guru bidang studi di SMA Negeri 2 Lubuklinggau pada tanggal 2 february 2016, diidentifikasi beberapa siswa belum mampu menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan oleh guru dengan tepat waktu dengan kondisi siswa membutuhkan dukungan dari orang lain yang berlebihan dalam menyelesaikan tugas-tugas akademiknya, tidak mampu belajar mandiri, siswa tampak kecenderungan menunda-menunda, siswa sering menyontek pekerjaan teman saat ada tugas maupun saat ulangan berlangsung, apabila ada pekerjaan rumah sering menunda, siswa tidak memiliki tanggung jawab dalam melaksanakan tugas karena mereka menganggap tugas yang diberikan dapat dikerjakan besok-besok, siswa menganggap jika mengerjakannya sendiri akan mendapatkan hasil yang kurang memuaskan sehingga membuatnya menunda-nunda.

Berdasarkan fenomena di atas, maka peneliti ingin mengadakan penelitian yang berjudul “Kepercayaan Diri pada Siswa Kelas XI yang Mengalami Prokrastinasi di Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 2 Lubuklinggau”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian survei. Variabel pada penelitian ini merupakan variabel tunggal, yang menjadi variabel penelitiannya yaitu kepercayaan Diri. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan subjek berdasarkan rekomendasi serta hasil wawancara guru bidang studi, data siswa yang memiliki perilaku prokrastinasi kategori

tinggi, sedang, rendah dilihat dari daftar tugas siswa. Perilaku siswa yang cenderung menunda-nunda suatu pekerjaan sekolah yaitu menunda untuk mengumpulkan tugas dan jarang mengerjakan tugas akademik, dimana subjek yang memiliki kriteria-kriteria siswa yang mengalami prokrastinasi akademik di kelas XI di Sekolah Menengah Atas Negeri 2 Lubuklinggau yang berjumlah 32 siswa.

Pada penelitian ini teknik pengumpulan data peneliti menggunakan skala psikologi. Skala merupakan perangkat pertanyaan yang disusun untuk mengungkapkan atribut tertentu melalui respon terhadap pertanyaan tersebut. Skala psikologis berupa pertanyaan atau pernyataan yang tidak langsung mengungkapkan atribut yang hendak diukur melainkan mengungkapkan indikator perilaku dari atribut yang bersangkutan (Saifudin Azwar, 2014:6). Dalam penelitian kepercayaan diri siswa yang mengalami prokrastinasi, peneliti memilih untuk menggunakan skala likert.

Dalam penelitian ini yang menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan jenis survey, maka dalam hal ini menggunakan teknik analisis data dengan menggunakan deskriptif kuantitatif (%).

Dengan rumus sebagai berikut:

$$\% = \frac{n}{N} \times 100$$

Keterangan :

n = nilai yang diperoleh responden

N = jumlah nilai maksimal responden

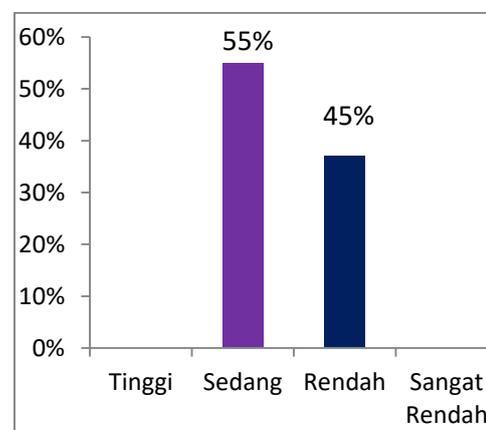
% = persentase

(Suharsimi Arikunto, 2010)

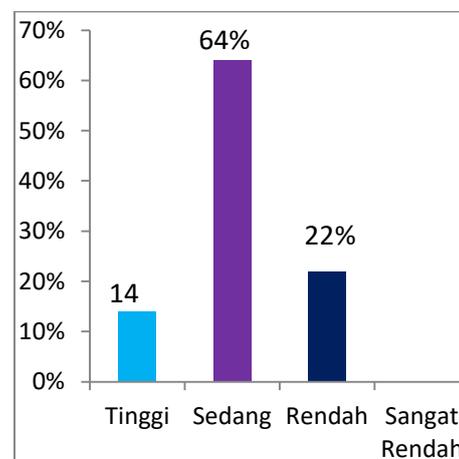
HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian mengenai kepercayaan diri pada siswa kelas XI yang mengalami prokrastinasi di SMA Negeri 2 Lubuklinggau terdapat 3 aspek yang diteliti yaitu Keyakinan terhadap kemampuan diri, Bertindak mandiri, Memiliki rasa positif

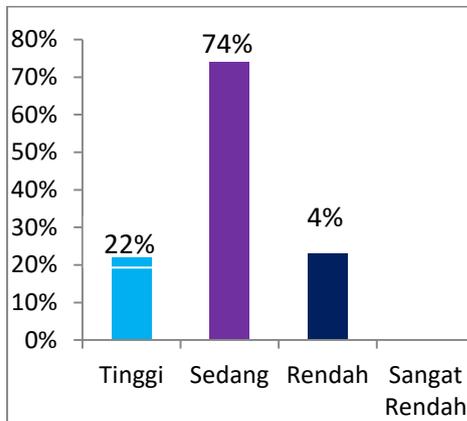
1. Deskripsi Persentase Kepercayaan Diri Siswa Kelas XI yang Mengalami Prokrastinasi Tinggi :



2. Deskripsi Persentase Kepercayaan Diri Siswa Kelas XI yang Mengalami Prokrastinasi Akademik Sedang berikut:



3. Deskripsi Persentase Kepercayaan Diri Siswa Kelas XI yang Mengalami Prokrastinasi Akademik Rendah berikut:



Dapat dilihat kategori masing-masing kepercayaan diri siswa yang mengalami prokrastinasi akademik. Kepercayaan diri siswa yang mengalami prokrastinasi akademik tinggi 55% siswa berada dikategori sedang. Kepercayaan diri siswa yang mengalami prokrastinasi akademik sedang 64% siswa berada pada kategori sedang. Kepercayaan diri siswa yang mengalami prokrastinasi akademik rendah 74% siswa berada pada kategori sedang. Dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri siswa kelas XI yang mengalami prokrastinasi akademik di SMA Negeri 2 Lubuklinggau berada pada kategori sedang. Berarti siswa kelas XI yang mengalami prokrastinasi akademik memiliki kepercayaan diri yang baik.

Pembahasan

Berdasarkan penelitian yang telah dijabarkan di atas maka pembahasannya adalah sebagai berikut. Pertama penelitian ini telah berhasil menjawab semua pertanyaan

penelitian berkenaan dengan pertanyaan pertama penelitian. Dari hasil pengumpulan data ditemukan bahwa skala kepercayaan diri siswa kelas XI yang mengalami prokrastinasi akademik di SMA Negeri 2 Lubuklinggau memiliki tingkat kepercayaan diri dengan kategori sedang. Dengan adanya kepercayaan diri yang baik terutama dalam bidang akademik akan membuat siswa mampu mengerjakan tugas akademiknya namun masih ada beberapa siswa yang memiliki kepercayaan diri yang rendah.

Menurut Hurlock (2012: 213) perkembangan kehidupan sosial remaja juga ditandai dengan gejala meningkatnya pengaruh teman sebaya dalam kehidupan mereka, sebagian waktu dihabiskan untuk berhubungan atau bergaul dengan teman sebaya. Oleh sebab itu tak jarang prokrastinasi dilakukan pada siswa karena siswa belum sepenuhnya mampu membedakan apa yang sedang dilakukan dan apa yang mesti dilakukan.

Kedua, penelitian ini bertujuan untuk melihat lebih dalam mengenai aspek-aspek kepercayaan diri siswa kelas XI yang mengalami prokrastinasi akademik tinggi, sedang, rendah di SMA Negeri 2 Lubuklinggau.

Untuk kepercayaan diri siswa yang mengalami prokrastinasi akademik tinggi. Dari hasil persentase akhir rata-rata menunjukkan hasil kepercayaan diri siswa yang mengalami prokrastinasi akademik tinggi berkategori sedang 55% siswa yang berarti siswa kelas XI yang mengalami prokrastinasi akademik tinggi sebagian memiliki kepercayaan diri yang baik, namun sebagiannya siswa belum memiliki

kepercayaan diri yang cukup baik. Lindenfield (1997) berpendapat orang yang mempunyai kepercayaan diri adalah orang yang puas dengan dirinya. Siswa yang mengalami prokrastinasi terbiasa bergantung pada orang lain untuk menyelesaikan masalah yang dihadapinya. Mereka tidak percaya dengan kemampuan yang dimilikinya sehingga mengandalkan orang lain. Perlunya ada tindak lanjut guru bk dalam menangani hal ini, agar peserta didik mampu menentukan sendiri tujuan yang bisa dicapai, tidak selalu bergantung pada orang lain untuk menyelesaikan masalah yang dihadapinya.

Kepercayaan diri siswa kelas XI yang mengalami prokrastinasi akademik sedang. Dari hasil persentase akhir kepercayaan diri rata-rata menunjukkan hasil berkategori sedang 64%. Hal ini menunjukkan bahwa siswa yang mengalami prokrastinasi akademik sedang memiliki kepercayaan diri yang baik. Menurut Dimiyanti dan Mudjiono (2010: 245) rasa percaya diri timbul dari keinginan mewujudkan diri bertindak dan berhasil. Dari segi perkembangan, rasa percaya diri dapat timbul berkat adanya pengakuan dari lingkungan. Dalam proses belajar diketahui bahwa unjuk prestasi merupakan tahap pembuktian “perwujudan diri” yang diakui oleh guru dan rekan sejawat siswa. Makin sering berhasil menyelesaikan tugas, maka semakin memperoleh pengakuan umum, dan selanjutnya rasa percaya diri semakin kuat. Sebaliknya kegagalan yang berulang kali dapat menimbulkan rasa tidak percaya diri. Bila rasa tidak percaya diri sangat kuat, maka diduga

siswa akan menjadi takut belajar dan berujung prokrastinasi akademik.

Kemudian kepercayaan diri siswa kelas XI yang mengalami prokrastinasi akademik rendah. Dari hasil persentase kepercayaan diri siswa rata-rata menunjukkan hasil berkategori sedang 74%. Siswa terkadang merasa malas untuk mengerjakan tugas yang seharusnya dikerjakan, mereka menganggap tugas akademik adalah hal yang membosankan ditambah lagi kepercayaan diri siswa yang berkategori sedang menyebabkan mereka menjadi kurang mandiri untuk mengerjakan tugas akademik.

Menurut Angelis (dalam Purwanti 2013: 30) menyebutkan ada tiga jenis kepercayaan diri yang perlu dikembangkan agar seseorang benar-benar layak menjadi orang yang berkepribadian mantap dan mandiri salah satunya yaitu kepercayaan diri dalam tingkah laku. Kepercayaan diri yang berkenaan dengan tingkah laku adalah keyakinan untuk bertindak dan menyelesaikan tugas-tugas yang bernuansa cita-cita untuk meraih sesuatu. Individu yang memiliki kepercayaan diri dalam tingkah laku ini memiliki ciri penting yaitu (1) keyakinan atas kemampuan sendiri untuk melakukan sesuatu, (2) keyakinan atas kemampuan untuk menindaklanjuti segala prakarsa sendiri secara konsekuen, (3) keyakinan atas kemampuan pribadi dalam menanggulangi segala kendala dan (4) keyakinan atas kemampuan memperoleh bantuan. Pada perkembangannya di sekolah peserta didik diharapkan mampu mencapai hasil akademik terbaik, ini juga yang diharapkan oleh peserta didik sendiri.

Sebagian siswa pada aspek ini berdasarkan persentase memiliki keyakinan terhadap kemampuan diri yang cukup baik.

Dapat disimpulkan bahwa cenderung ada hubungan antara kepercayaan diri dengan prokrastinasi akademik siswa kelas XI di SMA Negeri 2 Lubuklinggau. Hal ini sesuai dengan temuan Candra, Eddy dan Ninik (2014) yang dimuat dalam jurnal Faktor-faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik pada Siswa Kelas XI SMA Negeri Kabupaten Temanggung faktor penyebab prokrastinasi akademik adalah faktor kondisi psikologis salah satunya kepercayaan diri siswa.

Ketiga, berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa hasil penelitian sesuai dengan teori Young (2004) menyatakan karakteristik individu yang melakukan prokrastinasi salah satunya adalah individu yang memiliki kepercayaan diri yang rendah. Dari 32 subjek ada 5 siswa kepercayaan diri kategori rendah. Hal ini menunjukkan sikap prokrastinasi akademik pada siswa juga termasuk dipengaruhi oleh kepercayaan diri.

Keempat, penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yaitu, hanya dilakukan pada satu sekolah dan hanya mengambil satu tingkatan kelas untuk subjek penelitian. Kemudian untuk menentukan kelompok prokrastinasi akademik peneliti hanya menggunakan data dari guru bidang studi. Berikutnya yaitu peneliti tidak mengetahui alasan pada setiap jawaban pernyataan yang disampaikan oleh responden karena peneliti tidak menggunakan teknik wawancara atau observasi.

Diharapkan penelitian ini dapat membantu dalam menerapkan layanan yang tepat bagi siswa dalam meningkatkan kepercayaan diri, yaitu dengan difokuskan pada layanan Bimbingan Kelompok yang bertema mengenai prokrastinasi akademik, atau memberikan layanan konseling individual dengan pendekatan rasional emotif untuk memperbaiki sikap, persepsi, cara berfikir, keyakinan serta pandangan-pandangan klien (siswa) yang irrasional akibat percaya diri yang rendah. Dengan demikian, siswa tidak akan menganggap prokrastinasi akademik adalah hal yang benar untuk dilakukan.

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan maka disimpulkan secara umum bahwa siswa kelas XI yang mengalami/melakukan prokrastinasi akademik di SMA Negeri 2 Lubuklinggau ternyata cenderung memiliki kepercayaan diri dalam kategori sedang. Dengan demikian dapat juga dikatakan bahwa siswa sudah memiliki keyakinan terhadap kemampuan diri dan memiliki rasa positif terhadap diri sendiri dengan baik, meskipun belum sepenuhnya mampu dalam bertindak mandiri dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, Suharsimi. 2013. *Prosedur Penelitian, Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, Saifuddin. 2014. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

- Basco, Monica. Ramirez. *Never Say Later*. Bandung: Kaifa PT Mizan Pustaka.
- Bungin, Burhan. 2005. *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Dimiyati dan Mudjiono. 2010. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Elfiky, Ibrahim. 2014. *Terapi berfikir positif*. Jakarta: Zaman.
- Gufron, M.Nur dan Risnawita, Rini.S. *Teori-teori Psikologi*. Jogjakarta: AR-RUZZ MEDIA
- Hurlock, Elizabeth.B. (edisi kelima). *Psikologi perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Hakim, Thursan. 2005. *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: PuspaSwara.
- Lindenfield, Gael. 19197. *Mendidik Anak Agar Percaya Diri*. Jakarta: Arcan.
- Prayitno dan Atmi, Emran. 2004. *Dasar-dasar Bimbingan & Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sujarweni, V.Wiratna. 2014. *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Sukardi. 2010. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: PT Bumi Aksara
- Sukardi. 200. *Metodologi penelitian pendidikan kompetensi dan praktiknya*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Supriyono. 2008. *Studi Kasus Bimbingan dan Konseling*. Semarang : CV Niew Setapak.
- Ubaedy, AN. 2011. *Total Confidence 9 langkah mendongkrak PEDE*. Jawa Barat: Bee Media Pustaka
- Wiranegara, C. 2010. *Total Self- Confidence*. Yogyakarta: New Diglossia
- Ahmaini, Dini. 2010. *Perbedaan Prokrastinasi Akademik Antara Mahasiswa yang Aktif dengan Yang Tidak Aktif Dalam Organisasi Kemahasiswaan PEMASU*. (online). <http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/14520/1/10E00258.pdf>. (20-10-2015)
- Candra Ujang, dkk. 2014. *Faktor-faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik pada Siswa Kelas XI SMA Negeri Kabupaten Temanggung* (online). Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jbk>
- Ferrari, J.R., Beck, B.L. (1998). *Affective Response Before and After Fraudulent Excuses by Academic Procrastinators*. (online). Tersedia: <http://www.findarticles/p/articles>. (20-10-2015).
- Lastiarma, Debora. 2012. *Kepercayaan Diri Siswa Berprestasi Rendah Pada Kelas VIII Di Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri 1 Inderalaya Utara*. Skripsi. Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan: Universitas Sriwijaya.
- Young, E. 2004. *Procrastination is a Thief of Time* [online]. Available FTP:[sascapoly.edu/asc/procrastination](ftp://sascapoly.edu/asc/procrastination). (15-112015)
- Widhiarso, Wahyu. *Skala psikologi* [online]. Artikel. http://widhiarso.staff.ugm.ac.id/files/2_-_skala_psikologi.pdf (15-11-2015)