

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Kesejahteraan suatu negara dapat dilihat atau diukur dari kualitas sumber daya manusia dari negara itu sendiri. Tentunya setiap negara khususnya Indonesia selalu mengupayakan untuk menciptakan sumber daya manusia yang berkualitas dan mampu bersaing sesuai dengan perkembangan zaman. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia yaitu melalui Pendidikan. Pendidikan merupakan sebuah usaha secara sadar dan terencana yang dilakukan untuk memperoleh ilmu pengetahuan dengan tujuan untuk menciptakan manusia yang berkualitas. Pendidikan dapat ditempuh dengan pendidikan formal maupun informal. Dalam proses Pendidikan formal, selain belajar peserta didik akan dihadapi dengan tugas-tugas akademik yang harus dikerjakan. Tugas tersebut merupakan bentuk penguatan atau evaluasi atas proses pembelajaran yang telah diterima yang nantinya akan menjadi penilaian untuk hasil belajar. Pada umumnya pendidik akan memberikan waktu tenggat untuk mengerjakan tugas-tugas tersebut. Namun, pada faktanya tidak jarang peserta didik yang merasa lelah dan jemu karena banyaknya tugas dan tuntutan, sehingga mereka cenderung untuk menghindari tugas dan menunda-nunda dalam menyelesaikan tugasnya serta mudahnya terpengaruh dengan kegiatan lain yang tidak berkaitan dalam penggerjaan tugas. Sehingga hal tersebut membuat waktu yang seharusnya digunakan untuk mengerjakan tugas berkurang, akibatnya penggerjaan tugas tertunda, tugas dikerjakan pada waktu dekat *deadline* dan kerap kali tugas telat dikumpulkan dengan tepat waktu. Dalam lingkup pendidikan perilaku menunda-nunda ini disebut dengan prokrastinasi akademik.

Menurut Schraw dkk. (2007) (dalam Asri, 2018) prokrastinasi akademik merupakan perilaku dengan sengaja melakukan penundaan dalam memulai atau menyelesaikan tugas akademik. Adapun menurut (Wulandari et al., 2021) prokrastinasi akademik merupakan perilaku penghindaran atau penundaan yang disengaja dan berulang-ulang serta cenderung lebih melakukan aktivitas yang menyenangkan untuk menghindari penyelesaian tugas akademik yang memiliki

batas waktu pengumpulan sehingga tugas terabaikan dan semakin menumpuk. Orang atau individu yang melakukan prokrastinasi ini sering disebut dengan prokrastinator. Pelaku prokrastinasi menyadari dihadapi dengan banyak tugas, akan tetapi mereka sengaja menundanya dan melakukan hal tersebut secara berulang-ulang pada akhirnya menimbulkan rasa cemas, tidak nyaman, merasa bersalah dan perasaan menyesal. Apabila perilaku prokrastinasi ini tidak dihilangkan dan menjadi sebuah kebiasaan maka hal ini akan berdampak negatif pada peserta didik yang akhirnya akan berdampak pada hasil belajar yang rendah, motivasi belajar peserta didik menurun, manajemen waktu dalam belajar menjadi tidak teratur, pengerjaan tugas tidak optimal, timbulnya rasa cemas dan takut hingga akhirnya berdampak pada menurunnya prestasi akademik.

Prokrastinasi akademik sudah menjadi suatu permasalahan umum yang terjadi lingkungan akademik khususnya di sekolah. Hal ini dapat ditunjukkan dari beberapa penelitian yang menunjukkan tingkat prokrastinasi akademik di lingkungan akademik diantaranya penelitian yang dilakukan oleh (Ramadhani et al., 2020) yang dilakukan di SMAN 1 Muara Sugihan dimana dalam penelitian tersebut menemukan bahwa tingkat prokrastinasi di sekolah ini berada pada kategori (Tinggi) yakni dengan rata-rata skor 90,92. Penelitian yang dilakukan (Syafira & Kusdiyati, 2019) dalam penelitiannya yang dilakukan di SMP kota Bandung, ditemukan hasil bahwa 71% peserta didik mengalami prokrastinasi akademik dengan kategori tinggi. Lalu ada pula penelitian lain dari (Handoko & Mariyati, 2023) yang dilakukan di SMA Ngoro Mojokerto menemukan bahwa sebanyak 37% siswa mengalami prokrastinasi akademik dengan kategori sedang. Perilaku prokrastinasi akademik ini pun dialami oleh peserta didik di SMAN 1 Sindangkasih tahun ajaran 2022/2023. Hal tersebut diketahui berdasarkan survey pra-penelitian yang dilakukan kepada 31 siswa, dengan hasil data sebagai berikut:



Sumber : Data Pra Penelitian (Diolah tahun 2024)

Gambar 1. 1

Hasil Survei Pra Penelitian

Berdasarkan survey pra-penelitian yang telah dilakukan, peneliti mengakumulasi jawaban dari responden peserta didik SMA Negeri 1 Sindangkasih tahun ajaran 2024/2025 mengenai prokrastinasi akademik dan diketahui sebagai gambaran awal bahwa terdapat 66% peserta didik mengalami prokrastinasi akademik dan 34% peserta didik lain merasa tidak mengalami prokrastinasi akademik. Adapun rincian hasil pra-penelitian adalah sebagai berikut:

Tabel 1.1

Hasil Pra-Penelitian

No.	Pernyataan	Persentase Jawaban	
		Ya	Tidak
1.	Saya sering menunda dalam memulai mengerjakan tugas	77%	23%
2.	saya mengalami kesulitan dalam memulai mengerjakan tugas sekolah	58%	42%
3.	Saya pernah terlambat dalam mengumpulkan tugas	77%	23%
4.	Saya selalu menunda-nunda dalam menyelesaikan tugas	52%	48%
5.	saya lebih melakukan kegiatan yang menyenangkan seperti bermain <i>handphone</i> dibandingkan mengerjakan tugas terlebih dahulu	64%	36%

Berdasarkan hasil pra-penelitian di atas menunjukkan bahwa pada peserta didik SMAN 1 Sindangkasih yang dijadikan sampel pra-penelitian terdapat peserta didik yang mengalami prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik ini dapat disebabkan oleh beberapa hal salah satunya yaitu kurangnya kemampuan dalam pengaturan diri atau dikenal dengan istilah *self regulation*. Dalam lingkup pembelajaran dikenal dengan *self regulated learning*. *Self regulated learning* menurut Zimmerman & Schunk (1998) (dalam Azhar, 2018) merupakan proses belajar yang dipengaruhi oleh pikiran, perasaan, strategi dan perilaku sendiri yang orientasinya untuk mencapai tujuan. Adapun menurut Wolters (2003) (dalam Rahmanillah et al., 2018) *self regulated learning* merupakan proses membangun siswa secara aktif dalam menentukan tujuan pembelajaran untuk memantau, mengelola, dan melakukan kontrol atas motivasi, perilaku, dan proses kognitif. Secara sederhana *self regulated learning* merupakan kemampuan peserta didik dalam memonitor kemampuan diri sendiri, melakukan perencanaan dalam belajar dan mengatur serta mengarahkan dirinya sendiri untuk belajar agar tercapainya tujuan pembelajaran. *Self regulated learning* menekankan pentingnya kemampuan peserta didik untuk belajar mandiri dan mengendalikan dirinya ketika menghadapi tugas-tugas yang sulit. Peserta didik yang memiliki *self regulated learning* akan memiliki perencanaan dan strategi pada setiap kegiatan yang akan dilakukan, serta dapat mengalokasikan waktunya dengan baik dalam kegiatan belajarnya. Sehingga hal tersebut, peserta didik dapat melakukan strategi belajar dan mengalokasikan waktu belajar dengan baik, dengan begitu hal ini tidak akan membuat peserta didik menunda-nunda dalam penggerjaan tugas dan menyelesaikan tugasnya dengan segera agar dapat dikumpulkan tepat waktu. Munculnya perilaku prokrastinasi akademik hal ini menandakan bahwa kurangnya atau tidak adanya strategi yang ditetapkan oleh diri peserta didik untuk belajar dengan baik. Hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh (Santika & Sawitri, 2016) yang mana dalam hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa *self regulated learning* memberikan kontribusi sebesar 67% terhadap prokrastinasi akademik. Penelitian lain yang dilakukan oleh (Ramadhan et al., 2023) menemukan hasil bahwa terdapat peran yang signifikan dan bersifat negatif pada

regulasi diri dalam belajar terhadap prokrastinasi akademik siswa. Artinya semakin tinggi regulasi diri dalam belajar maka semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik siswa begitupun sebaliknya. Namun, adapun penelitian lain yang dilakukan oleh (Syafa'ah et al., 2022) yang menemukan hasil bahwa tidak adanya hubungan atau korelasi antara *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik.

Selain *self regulated learning*, prokrastinasi akademik dapat disebabkan adanya kegiatan yang lebih menyenangkan salah satunya yaitu penggunaan *smartphone* yang berlebihan. Seperti yang diketahui *smartphone* merupakan perangkat seluler yang menawarkan berbagai fitur yang dapat digunakan untuk berkomunikasi, mencari informasi dan sebagai media hiburan (games, menonton film, mendengarkan music, dan lain-lain). Pada tahun 2021-2022, tingkat pengguna internet dengan menggunakan gadget pada kelompok usia 13-18 tahun mencapai 99,16% (APJII, 2022). Hal ini menunjukkan bahwa *smartphone* kini sudah menjadi sebuah kebutuhan masyarakat, khususnya remaja. Namun, dalam penggunaan *smartphone* pula perlu ada batasannya terutama untuk kalangan peserta didik dan tidak berada pada intensitas yang berlebih.

Intensitas dalam sebuah penggunaan *smartphone* merupakan tingkat keseringan seseorang dalam menggunakan *smartphone*. Intensitas *smartphone* dapat diukur dari durasi dan frekuensi dalam penggunaan *smartphone*. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Universitas Oxford menyatakan bahwa bagi remaja waktu ideal dalam penggunaan smartphone yaitu sekitar 4 jam 17 menit, lebih dari waktu itu dapat mengganggu kinerja otak (Sativa, 2017). Begitupun sejalan dengan pernyataan Ditjen GTK Kemendikbud Ristek yang menyatakan bahwa usia Remaja dan dewasa maksimal 4 jam sehari untuk *screen time smartphone* (Ihsan, 2023). Namun, Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Fitriana et al., 2021) di kalangan remaja rata-rata menghabiskan waktu 4-7 jam/hari untuk bermain *smartphone*. Begitupun hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh (Harmanti et al., 2024) yang mana dalam penelitiannya menemukan bahwa sebagian besar peserta didik bermain *smartphone* hingga ≥ 6

jam/hari. Melihat pada data tersebut hal ini menandakan bahwa penggunaan *smartphone* di kalangan peserta didik sudah melebihi waktu ideal.

Selain sebagai media komunikasi, *Smartphone* dapat menjadi media pembelajaran yang mana peserta didik dapat menggunakan *smartphone* untuk memperoleh materi atau informasi sebagai penunjang proses pembelajaran. Selain sebagai media komunikasi dan media pembelajaran, *smartphone* dapat dijadikan sebagai media hiburan oleh peserta didik. Berdasarkan penelitian terdahulu pelajar lebih sering menghabiskan waktu di *smartphone* untuk mengakses seperti *line*, *facebook*, *Twitter*, *Instagram*, *Youtube*, *Whatsapp*, *Snapchat* dan *Tiktok* (Pradnyanawati & Ni Luh, 2022). Hal ini didukung juga dengan penelitian yang dilakukan oleh (Amalya et al., 2019) yang mana dalam hasil penelitiannya menunjukkan aktivitas yang sering dilakukan oleh remaja dalam penggunaan *smartphone* yaitu mengakses media sosial yakni sebesar 64,8% dibandingkan dengan aktivitas lainnya yaitu seperti untuk browsing, telepon, game, dan lain-lain. Berdasarkan data tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar peserta didik SMA atau remaja lebih sering menggunakan *smartphone* untuk kebutuhan non akademik dibandingkan untuk kebutuhan akademik. Penggunaan *smartphone* sebagai media hiburan tidak jarang membuat penggunanya menjadi lupa waktu sehingga hal ini akan berpengaruh negatif pada proses pembelajaran yakni salah satunya munculnya penundaan pada kegiatan akademik dan lebih memilih kegiatan lain dengan bermain *smartphone* khususnya untuk non-edukatif, yang tidak ada kaitannya dengan hal akademik. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Syifa, 2020) menemukan bahwa intensitas penggunaan *smartphone* berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik yang artinya semakin tinggi intensitas penggunaan *smartphone* maka semakin tinggi pula tingkat prokrastinasi akademik. Namun, adapun penelitian lain yang dilakukan oleh (Wahyuni & Putri, 2023) menemukan bahwa intensitas penggunaan *smartphone* tidak berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik.

Berdasarkan fenomena tersebut peneliti tertarik untuk meneliti hal tersebut dengan judul pengaruh “*Self Regulated Learning* dan Intensitas Penggunaan *Smartphone* terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik (Survey Pada Peserta

Didik Kelas XI-XII IPS di SMA Negeri 1 Sindangkasih Tahun Ajaran 2024/2025 Pada Mata Pelajaran Ekonomi”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana pengaruh *self regulated learning* terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada peserta didik SMA Negeri 1 Sindangkasih?
2. Bagaimana pengaruh intensitas penggunaan *smartphone* terhadap Perilaku Prokrastinasi akademik pada peserta didik SMA Negeri 1 Sindangkasih?
3. Bagaimana pengaruh *self regulated learning* dan intensitas penggunaan *smartphone* terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada peserta didik SMA Negeri 1 Sindangkasih?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah yang telah diuraikan, maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui pengaruh *self regulated learning* terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada peserta didik SMA Negeri 1 Sindangkasih
2. Untuk mengetahui pengaruh intensitas penggunaan *smartphone* terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada peserta didik SMA Negeri 1 Sindangkasih
3. Untuk mengetahui pengaruh *self regulated learning* dan intensitas penggunaan *smartphone* terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada peserta didik SMA Negeri 1 Sindangkasih

1.4 Kegunaan Penelitian

Penelitian diharapkan dapat memberikan kegunaan baik itu secara teoritis maupun praktis, yang dirincikan dengan sebagai berikut:

1.4.1 Kegunaan Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan wawasan mengenai pengaruh *self regulated learning* dan intensitas penggunaan *smartphone* terhadap perilaku prokrastinasi akademik.

1.4.2 Kegunaan Praktis

1. Bagi Peneliti. Penelitian ini dapat menjadi tambahan wawasan bagi peneliti mengenai *self regulated learning*, intensitas penggunaan *smartphone* dan prokrastinasi akademik. Serta dapat menjadi bekal bagi peneliti di masa mendatang.
2. Bagi jurusan, Penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi dan dapat berguna untuk bahan referensi dalam penelitian bagi mahasiswa pendidikan ekonomi yang tertarik untuk meneliti dengan topik yang sama
3. Bagi Sekolah. Dengan adanya penelitian ini dapat menjadi masukan bagi sekolah untuk lebih memperhatikan bagaimana *self regulated learning* dan intensitas penggunaan *smartphone* di kalangan peserta didik sehingga hal tersebut tidak memunculkan perilaku prokrastinasi akademik dikalangan peserta didik.