

**ARTIKEL**

**PENGEMBANGAN SKALA PROKRASTINASI AKADEMIK UNTUK  
SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS KOTA KEDIRI**



**Oleh:**

**NAFIS ZAHARA KINDI ALFARABI**

**18.1.01.01.0015**

**Dibimbing oleh :**

- 1. LAELATUL AROFAH, M.Pd**
- 2. Dr. VIVI RATNAWATI, S.Pd., M.Psi**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI  
TAHUN 2022**

**SURAT PERNYATAAN  
ARTIKEL SKRIPSI TAHUN 2022**




**Yang bertanda tangan di bawah ini:**

Nama Lengkap : NAFIS ZAHARA KINDI ALFARABI  
NPM : 18.1.01.01.0015  
Telepon/HP : 081359473664  
Alamat Surel (Email) : Zaharakaf@gmail.com  
Judul Artikel : PENGEMBANGAN SKALA PROKRASTINASI  
AKADEMIK UNTUK SISWA SEKOLAH MENENGAH  
ATAS KOTA KEDIRI  
Fakultas – Program Studi : FKIP/Bimbingan dan Konseling  
Nama Perguruan Tinggi : Universitas Nusantara PGRI Kediri  
Alamat Perguruan Tinggi : Mojoroto, Kota Kediri Jawa Timur Indonesia

Dengan ini menyatakan bahwa :

- a. artikel yang saya tulis merupakan karya saya pribadi (bersama tim penulis) dan bebas plagiarisme;
- b. artikel telah diteliti dan disetujui untuk diterbitkan oleh Dosen Pembimbing I dan II.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian data dengan pernyataan ini dan atau ada tuntutan dari pihak lain, saya bersedia bertanggungjawab dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Mengetahui		Kediri, 11 Juli 2022
Pembimbing I  Laelatul Arofah, M.Pd. NIDN : 0722069101	Pembimbing II  Dr. Vivi Ratnawati, S.Pd., M.Psi._NIDN : 0728038306	Penulis,  Nafis Zahara Kindi Alfarabi 18.1.01.01.0015

# PENGEMBANGAN SKALA PROKRASTINASI AKADEMIK UNTUK SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS KOTA KEDIRI

Nafis Zahara Kindi Alfarabi

18.1.01.01.0015

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan – Prodi Bimbingan dan Konseling

Email: [Zaharakaf@gmail.com](mailto:Zaharakaf@gmail.com)

Laelatul Arofah, M.Pd. dan Dr. Vivi Ratnawati, S.Pd., M.Psi.

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

## Abstrak

Sudah dua tahun pandemi covid 19 melanda dunia, banyak sektor yang terdampak atas peristiwa tersebut, terutama pada dunia pendidikan dimana banyak siswa yang harus melakukan pembelajaran *online* atau *daring*. Pembelajaran jarak jauh adalah pembelajaran dengan menggunakan media yang memungkinkan terjadinya interaksi antara pengajar dengan siswa tanpa harus bertatap muka. Pembelajaran ini berguna untuk mengurangi interaksi antara guru dan peserta didik. Selain itu, demi untuk mengurangi penyebaran virus covid 19. Pembelajaran *daring* ini juga rentan dengan prokrastinasi akademik. Hal tersebut terjadi karena prokrastinasi memiliki pengaruh yang besar akan kegiatan pembelajaran dalam kondisi jarak jauh dan dapat menimbulkan dampak negatif pada siswa itu sendiri. Tidak hanya itu saja ternyata guru bimbingan dan konseling tidak dapat mengetahui siswa mana yang terkena prokrastinasi akademik. Guru bimbingan dan konseling hanya mengetahui siswa itu mengalami prokrastinasi akademik apabila ada laporan dari guru mata pelajaran terkait dengan pengumpulan tugas siswa tersebut. Oleh sebab itu perlu adanya alat atau instrument yang dapat membantu guru bimbingan dan konseling untuk mendeteksi permasalahan tersebut sejak dini supaya penanganan dan memberikan *treatment* sesuai dengan masalah yang ada. Berangkat dari hal tersebut peneliti ingin menyusun skala prokrastinasi akademik yang valid secara konten maupun konstruk yang berguna untuk membantu guru BK dalam mengatasi masalah tersebut. Dalam penelitian ini menggunakan rancangan pengembangan instrument. Peneliti mengembangkan teori ferrary menjadi 4 indikator, 8 prediktor, dan 46 item pernyataan. Penelitian ini menggunakan dua tahap yaitu uji ahli dan uji lapangan. Untuk tes uji ahli mendapatkan skor sebesar 0,7 yang masuk dalam kategori tinggi dan layak digunakan. Sedangkan untuk uji lapangan menggunakan analisis *Alpha Cronbach* mendapatkan skor sebesar 0,795 yang masuk dalam kategori tinggi. Item yang tersaring dengan tes validitas sebanyak 31 butir item pernyataan.

**Kata Kunci:** instrumen, prokrastinasi akademik

## I. LATAR BELAKANG

Sudah dua tahun Indonesia dilanda oleh pandemi virus corona, pandemi ini mengharuskan semua orang untuk berada dirumah dalam waktu yang lama. Aktifitas manusia juga dibatasi banyak yang *work from home* (bekerja dari rumah), belajar dari rumah, dan beribadah dari rumah. Hal ini mengakibatkan lumpuhnya berbagai sektor yang ada di dunia antara lain ekonomi dan bisnis, sosial dan budaya, pariwisata, keagamaan, dan pendidikan yang juga ikut terkena dampaknya.

Dalam dunia pendidikan, terjadi perubahan yang cukup signifikan diantaranya adalah harus belajar dari rumah, guru dan siswa mulai memanfaatkan teknologi informasi dan komunikasi serta internet untuk menunjang pembelajaran. Pembelajaran yang dilakukan oleh sekolah juga berubah yang tadinya tatap muka (bertemu langsung di sekolah) menjadi pembelajaran jarak jauh atau *online*. Pembelajaran jarak jauh adalah pembelajaran dengan menggunakan media yang memungkinkan terjadinya interaksi antara pengajar dengan siswa. Dalam pembelajaran jarak jauh ini pengajar dengan siswa tidak bertatap muka secara langsung, melalui pembelajaran jarak jauh dimungkinkan pengajar dengan siswa berbeda tempat (Prawiyogi, A.G., Purwanugraha, A., Fakhry, G., & Firmansyah, 2020).

Pembelajaran jarak jauh ini dilakukan untuk mengurangi interaksi yang terjadi antara guru dengan siswa. Hal tersebut dilakukan untuk mengurangi siklus penyebaran virus COVID-19 yang telah terjadi selama 2 tahun. Dalam pembelajaran jarak jauh ini penggunaan media elektronik seperti laptop, *computer*, maupun *smartphone* sangat diperlukan, jaringan internet juga diperlukan dalam kegiatan pembelajaran ini sebagai sarana penunjang. Pelaksanaan PJJ saat pandemi COVID-19, terdapat tantangan dan hambatan pada terbatasnya sarana pendukung teknologi maupun jaringan internet, tak hanya itu saja hambatan ini juga berkaitan dengan kesiapan sumber daya manusia, arahan pemerintah yang kurang begitu jelas, dan belum adanya kurikulum yang tepat sesuai dengan PJJ ini (Latip, 2020).

Pembelajaran ini juga mempunyai dampak yang kurang baik bagi siswa, dampak tersebut antara lain: Siswa merasa dipaksa belajar jarak jauh di rumah tanpa adanya sarana dan prasarana yang memadai, siswa perlu waktu beradaptasi dengan budaya yang baru yaitu belajar jarak jauh yang secara tidak langsung mempengaruhi daya serap belajar siswa, siswa mulai jenuh, dan siswa akan kehilangan jiwa sosialnya. (Purwanto, A., Pramono, R., Asbari, M., Hyun, C., Wijayanti, L., Putri, R., & santoso, priyono, 2020). Tidak hanya itu saja,

pembelajaran daring juga rentan dengan prokrastinasi akademik (Yang & Yuzhong, 2019). Hal tersebut terjadi karena prokrastinasi memiliki pengaruh yang besar akan kegiatan pembelajaran dalam kondisi jarak jauh (Tuckman, 1991).

Menurut Knaus (dalam Munawaroh, Alhadi, dan Saputra, 2017) *procrastination* berasal dari bahasa latin "*pro*" yang mempunyai arti mendorong maju atau bergerak maju, sedangkan akhirnya "*crastinus*" yang berarti menangguhkan atau menunda pekerjaan untuk dikerjakan di waktu lain. Sedangkan Menurut Ghufron (2003) prokrastinasi berasal dari bahasa latin yaitu *procrastination* dengan awalan "*pro*" yang berarti mendorong maju atau bergerak maju dan akhiran "*crastinus*" yang mempunyai arti "*keputusan hari esok*". Bila digabungkan menjadi "*menangguhkan*" atau "*menunda sampai hari berikutnya*".

Prokrastinasi sebenarnya ada dua macam yang terjadi pada karyawan dan juga pelajar, prokrastinasi terdapat dua jenis tergantung dari tugas yang dilakukan. Jika terjadi pada karyawan berarti itu merupakan prokrastinasi non-akademik, sedangkan bila terjadi pada siswa atau mahasiswa berarti disebut sebagai prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik merupakan jenis penundaan yang dilakukan pada tugas formal yang mempunyai hubungan dengan tugas akademik (Ferrari, dkk., 1995).

Siswa yang melakukan prokrastinasi akademik ternyata mempunyai beberapa ciri-ciri, yaitu: sering mengumpulkan tugas terlambat, menunda pekerjaan demi aktifitas lain, dan tidak dapat mengatur waktu dengan baik. Menurut Ferrari et al. (1995) terdapat beberapa ciri-ciri prokrastinasi akademik yang meliputi: (1) penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas yang dihadapi, (2) keterlambatan dalam mengerjakan tugas, (3) kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja actual, (4) melakukan aktifitas lain yang lebih menyenangkan dari pada mengerjakan tugas. Tidak hanya itu saja ternyata ada beberapa faktor internal maupun eksternal yang mempengaruhi prokrastinasi akademik seseorang. Menurut Ghurfron dan Risnawita (2010) mengkategorikan faktor prokrastinasi akademik menjadi dua yaitu dari faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi kondisi fisik dan kondisi psikologis individu, sedangkan faktor eksternal meliputi gaya pengasuhan orangtua dan kondisi lingkungan.

Masalah prokrastinasi akademik ini seharusnya bisa terdeteksi sejak dini. Hal ini akan memberikan manfaat bagi guru bk di sekolah untuk memberikan penanganan lebih dini tentang masalah tersebut, karena apabila prokrastinasi akademik itu terus-menerus dilakukan

maka akan berakibat fatal bagi siswa itu sendiri. Prokrastinasi akademik dapat menimbulkan dampak negatif yang akan menimbulkan kerugian bagi siswa, diantaranya yaitu tugas tidak terselesaikan dengan baik dan maksimal, dapat menimbulkan rasa cemas yang berujung pada depresi, siswa menjadi kutang teliti dalam mengerjakan tugas sehingga jumlah kesalahan yang di lakukan tinggi (Santika.W.S., & Sawitri D.R., 2017).

Selama observasi yang peneliti lakukan di SMA Pawyatan Daha Kota Kediri peneliti menemukan permasalahan prokrastinasi akademik. Hal tersebut terbukti dengan adanya laporan guru mata pelajaran kepada guru bk terkait siswa yang belum mengumpulkan tugas. Berangkat dari masalah tersebut peneliti ingin mengembangkan sebuah instrument yang berguna untuk mendeteksi masalah prokrastinasi akademik tersebut. Oleh sebab itu peneliti menyusun skala prokrastinasi akademik yang valid secara konten maupun konstruk yang berguna untuk mendeteksi prokrastinasi akademik sejak dini pada diri siswa, hal ini sangat berguna bagi guru bk dalam memberikan layanan penyembuhan yang sesuai dan maksimal bagi siswa tersebut.

## II. DAFTAR PUSTAKA

- Anggy Giri Prawiyogi, Andri Purwanugraha, Ghulam Fakhry, & Marwan Firmansyah. (2020). EFEKTIVITAS PEMBELAJARAN JARAK JAUH TERHADAP PEMBELAJARAN SISWA DI SDIT CENDEKIA PURWAKARTA. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 11(1), 94-101. <https://doi.org/10.21009/10.21009/JPD.081> diakses : 04 juni 2022
- Ferrari, J.R. Johnson, J.L. & Mc Cown, W.G. 1995. Procrastination and task Avoidance, Theory, Research and Treatment. New York: Plenum Press.
- Gregory, R.J. 2015. Psychological Testing: History, principle, and Application, 7th Edition. Boston: Pearson
- Ghufron, M. Nur. & Risnawita, Rini, S. (2010). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Ghufron, M. Nur. 2003. Hubungan Kontrol Diri Dan Persepsi Remaja Terhadap Penerapan Disiplin Orangtua Dengan Prokrastinasi Akademik. Tesis (tidak diterbitkan). Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada
- Latip, Abdul. (2020). "Peran Literasi Teknologi Informasi Dan Komunikasi Pada Pembelajaran Jarak Jauh Di Masa Pandemi COVID-19 ", J. Edukasi dan Teknologi Pembelajaran, Vol.1, No.2, pp. 107-115, Juny 2020. <https://doi.org/10.37859/eduteach.v1i2.1956> diakses : 04 juni 2022
- Munawaroh, M. L., Alhadi, S., Saputra, W.N.E., " Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa Sekolah Menengah Pertama Muhammadiyah 9 Yogyakarta", J. Kajian Bimbingan dan Konseling, Vol. 2, No. 1, February 2017
- Purwanto, A., Pramono, R., Asbari, M., Hyun, C., Wijayanti, L., Putri, R., & santoso, priyono. (2020). Studi Eksploratif Dampak Pandemi COVID-19 Terhadap Proses Pembelajaran Online di Sekolah Dasar. *EduPsyCouns: Journal of Education, Psychology and Counseling*, 2(1), 1-12. Retrieved from <https://ummaspul.e-journal.id/Edupsyscouns/article/view/397> diakses : 05 juni 2022
- Santika.W.S., & Sawitri D.R (2017) SELF-REGULATED LEARNING DAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA KELAS XI SMA NEGERI 2 PURWOKERTO. *Jurnal EMPATI*, 5(1), 44-49. <https://doi.org/10.14710/empati.2016.14946> diakses : 05 juni 2022
- Sugiono. 2013. Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D. Bandung. CV Alfabeta.

- Taber, K. S. (2018). The Use of Cronbach's Alpha When Developing and Reporting Research Instruments in Science Education. *Research in Science Education*. <https://doi.org/10.1007/s11165-016-9602-2> diakses : 05 juni 2022
- Tuckman, Bruce W. (1991). The development and concurrent validity of the procrastination scale. *Educational and Psychological Measurement*, 51(2), 473–480. Google Scholar
- Ursachi, G., Horodnic, I. A., & Zait, A.(2015). How Reliable are Measurement Scales? External Factor with Indirect Influence on Reliability Estimators. *Prodia Economics and Finance*. [https://doi.org/10.1016/s2212-5671\(15\)00123-9](https://doi.org/10.1016/s2212-5671(15)00123-9) diakses : 05 juni 2022
- Yang, Meng, & Yuzhong, Liu. (2019). Asynchronous filter design for linear switched systems with interval time-varying delays. *IEEE Access*, 7, 140217140223. Google Scholar. <https://doi.org/10.1109/ACCESS.2019.2939422> diakses : 04 juni 2022
- Zamanzadeh, V., Jasemi, M., Valizadeh, L., Keogh, B., & Taleghani, F. (2015). Effective factors in providing holistic care: a qualitative study. *Indian Journal of Palliative Care*, 21(2), 214–224. <https://doi.org/10.4103/0973-1075.156506> diakses : 06 juni 2022