

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan memainkan peran yang sangat penting dalam membentuk karakter seseorang dan kesiapan mereka untuk menghadapi kesulitan dalam hidup. Pada jenjang Sekolah Menengah Atas (SMA), siswa dihadapkan pada banyak tuntutan akademik yang membutuhkan disiplin, tanggung jawab, dan manajemen waktu yang efektif. Namun, siswa masih menghadapi kesulitan dalam menyelesaikan tugas akademik, seperti yang ditunjukkan oleh fakta dan kenyataan pendidikan yang umum. Pelajar modern sering menghabiskan banyak waktu untuk hal-hal lain selain belajar dan banyak siswa mengalami prokrastinasi akademik, yaitu kesulitan menyelesaikan tugas sekolah tepat waktu.

Lingkungan sekolah sebagai lembaga pendidikan formal berfungsi sebagai pengembangan karakter siswa. Sebagaimana telah dirumuskan dalam tujuan pendidikan nasional pada Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 yaitu mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab (Depdiknas, 2003).

Tujuan pendidikan nasional telah menjelaskan tugas bagi seorang siswa untuk perkembangan dirinya, yaitu memiliki pengetahuan yang luas, berakhlak budi pekerti, mandiri, dan bertanggung jawab. Untuk merealisasikan tujuan pendidikan nasional tersebut pihak sekolah maupun guru terutama guru bimbingan dan konseling harus bekerja sama supaya membantu seorang siswa, yaitu memiliki pengetahuan yang luas, berakhlak mulia, mandiri dan bertanggung jawab. Maka selanjutnya dibuat program- program layanan bimbingan dan konseling (BK) untuk membantu siswa melakukan perubahan-perubahan baru secara lebih baik lagi.

Semua pihak harus berpartisipasi dalam pelaksanaan pendidikan, termasuk guru yang bertugas memberikan instruksi atau fasilitator dalam instruksi, siswa sebagai peserta didik, dan orang tua yang bertanggung jawab untuk mengawasi kegiatan belajar anak di rumah. Siswa secara keseluruhan harus memenuhi kewajibannya dalam proses pembelajaran agar mereka dapat mencapai hasil belajar yang diinginkan.

Namun yang terjadi pada dunia pendidikan, masalah pengelolaan belajar yang sering dialami oleh siswa sekolah ialah penundaan dalam mengerjakan tugas. Banyak waktu yang terbuang sia-sia untuk hal lain selain belajar. Oleh sebab itu, salah satu perilaku yang tidak efisien dalam menggunakan waktu dan adanya kecenderungan tidak segera memulai sesuatu pekerjaan untuk menghadapi tugas. Perilaku menunda-nunda tugas akademik disebut dengan prokrastinasi akademik.

Salah satu perilaku yang paling umum ditunjukkan oleh siswa, termasuk siswa SMA, adalah prokrastinasi akademik, yang didefinisikan sebagai kecenderungan untuk menunda-nunda menyelesaikan tugas akademik yang sebenarnya dapat diselesaikan lebih awal. Menurut Ferrari et al. (1995), sekitar 20% hingga 25% siswa sekolah menengah mengalami gangguan belajar yang berkelanjutan. Perilaku ini meningkatkan kecemasan, stres, dan tekanan mental siswa selain berdampak pada penurunan hasil akademik mereka.

Ferrari, Johnson, dan McCown (1995) menggambarkan prokrastinasi akademik sebagai kecenderungan seseorang untuk menunda tugas akademik yang harus diselesaikan, meskipun mereka menyadari bahwa hal itu dapat berdampak negatif. Siswa yang sering menunda tugasnya cenderung mengalami lebih banyak stres, kecemasan, perasaan bersalah, dan prestasi akademik yang buruk. Sebuah studi Steel (2007) menemukan bahwa sekitar 80 hingga 95 persen siswa mengakui pernah melewati kelas, dan kebanyakan mereka melakukannya secara rutin. Fenomena ini juga sering terjadi di sekolah menengah atas, terutama ketika siswa menghadapi tugas yang sulit atau beban akademik yang berat.

Solomon dan Rothblum (Ferrari dkk, 1995: 77) mendefinisikan prokrastinasi sebagai suatu penundaan yang sengaja dilakukan pada tugas penting, dilakukan berulang-ulang secara sengaja dan menimbulkan perasaan tidak nyaman secara subjektif. Schouwenburg dkk (2004: 12) mengungkapkan bahwa prokrastinasi akademik merupakan perilaku penundaan untuk

menyelesaikan tugas-tugas akademik, seperti mempersiapkan ujian, mengerjakan pekerjaan rumah (PR), dan menulis laporan.

prokrastinasi dapat menyebabkan orang tidak menyelesaikan tugas tepat waktu. Menurut Tondok (Tetan, 2013: 3), secara teoretis, dampak negatif dari prokrastinasi akademik dapat dikaitkan dengan tekanan psikologis yang dirasakan siswa, baik dari dalam maupun dari luar. Seorang prokrastinator akan mengalami tekanan emosional, kelelahan, dan stres. Akibatnya, mereka akan menurunkan prestasi, menyelesaikan tugas terlambat, dan mengalami kelulusan yang terlambat (Widowati, Muhtar, & Jary, 2021)

Ferrari (1995) menyatakan bahwa ada banyak faktor dasar yang menyebabkan seseorang menjadi prokrastinasi. Mereka terdiri dari faktor eksternal dan internal. Faktor eksternal meliputi lingkungan di luar individu, yang mencakup kondisi lingkungan yang didasarkan pada hasil akhir dan lingkungan laten. Faktor internal, seperti kondisi fisik, dapat digambarkan sebagai riwayat kesehatan atau penyakit sebelumnya. Namun, yang dimaksud dengan kondisi psikologis individu mencakup bidang aspek kepribadian seseorang.

Menurut Copersmith (dalam Rensi, 2016: 4) Self-esteem merupakan evaluasi yang dibuat individu dan kebiasaan memandang dirinya terutama mengenai sikap menerima atau menolak, dan indikasi besarnya kepercayaan individu terhadap kemampuannya, keberartian, kesuksesan dan keberhargaan. Secara singkat self-esteem adalah “personal judgment”

mengenai perasaan berharga atau berarti yang diekspresikan dalam sikap-sikap individu terhadap dirinya.

Lerner dan Spanier (1980) berpendapat bahwa harga diri adalah tingkat penilaian yang positif atau negatif yang dihubungkan dengan konsep diri seseorang. Harga diri merupakan evaluasi seseorang terhadap dirinya sendiri secara positif dan juga sebaliknya dapat menghargai secara negatif. (M. Nur & Rini, 2010)

Kreitner dan Kinicki (dalam Rensi, 2016: 4) mendefinisikan *self-esteem* dengan mengacu pada suatu keyakinan nilai diri sendiri berdasarkan evaluasi diri secara keseluruhan. Apabila sebagai seorang pelajar yang tahu tentang kewajibannya untuk menyelesaikan tugas dengan baik dan mempunyai *self-esteem* yang tinggi, mereka akan mampu mengatur perilaku mereka dalam belajar. Mereka mampu mengatur stimulus sehingga dapat menyesuaikan perilakunya kepada hal-hal yang lebih menunjang untuk menyelesaikan tugasnya. Sebaliknya, jika pelajar yang memiliki *self-esteem* yang rendah maka siswa tidak mampu mengarahkan perilakunya dalam belajar. Siswa akan mementingkan sesuatu yang lebih menyenangkan, sehingga banyak melakukan prokrastinasi dalam menyelesaikan tugas, menurut Brown, Dutton & Cook.

Sifat prokrastinasi dapat menyebabkan orang tidak menyelesaikan tugas tepat waktu. Menurut Tondok (Tetan, 2013: 3), secara teoretis, dampak negatif dari prokrastinasi akademik dapat dikaitkan dengan tekanan psikologis yang dirasakan siswa, baik dari dalam maupun dari luar. Seorang prokrastinator

akan mengalami tekanan emosional, kelelahan, dan stres. Akibatnya, mereka akan menurunkan prestasi, menyelesaikan tugas terlambat, dan mengalami kelulusan yang terlambat.

Sementara itu, *self-esteem* (harga diri) merujuk pada penghargaan individu terhadap dirinya sendiri. Siswa dengan tingkat harga diri yang tinggi cenderung merasa berharga dan percaya pada kemampuannya untuk menyelesaikan tugas. Sebaliknya, siswa dengan harga diri yang rendah seringkali merasa tidak mampu atau kurang termotivasi, yang memicu perilaku *prokrastinasi*.

self-esteem atau harga diri adalah salah satu komponen psikologis yang diduga berpengaruh terhadap *prokrastinasi* akademik. Rosenberg (1965) mengatakan *self-esteem* adalah persepsi seseorang terhadap dirinya sendiri dalam hal hal positif dan negatif. Siswa dengan *self-esteem* tinggi biasanya percaya diri, mampu mengelola stres, dan lebih termotivasi untuk menyelesaikan tugas sekolah. Sebaliknya, siswa dengan *self-esteem* rendah cenderung ragu terhadap kemampuannya sendiri, takut mengalami kegagalan, dan kurang bersemangat untuk menyelesaikan tugas.

Dalam penelitian mereka, Baumeister et al. (2003) menemukan bahwa orang yang memiliki *self-esteem* yang rendah lebih sering mengalami kecemasan dan ketidakpastian dalam mengambil keputusan, termasuk mengatur waktu belajar. Hal ini berdampak pada peningkatan tingkat *prokrastinasi* akademik. Selain itu, penelitian oleh Klassen et al. (2009)

menemukan bahwa siswa yang memiliki harga diri rendah cenderung merasa tidak mampu mengelola waktu dan menyelesaikan tugas, yang menyebabkan mereka lebih mungkin untuk menunda pekerjaan akademik mereka.

Penulis melakukan observasi awal di SMAN 2 hasil berdasarkan hasil AKPD (Angket Kebutuhan peserta Didik) menunjukkan bahwa banyak siswa yang menunda tugas sekolah dan pekerjaan rumah (PR). Dari 2 kelas yang penulis observasi yang menjawab AKPD tersebut Dilihat dari jumlah responden menjawab pertanyaan angket yaitu ” saya masih sering menunda-nunda tugas sekolah/pekerjaan rumah (PR)” dikelas XI F1 responden yang menjawab sebanyak 24 siswa dari 36 siswa dalam satu kelas, persentase nya yaitu 2,70% dan prioritasnya tinggi dan dikelas XI F6 responden yang menjawab sebanyak 20 siswa dari 36 siswa dalam satu kelas, persentase nya yaitu 2,40% dan prioritasnya tinggi . Oleh karena itu, penting untuk melakukan penelitian tentang hubungan antara self-esteem dan prokrastinasi akademik pada siswa SMA N 2 Bukittinggi.

NO	BUTIR ANGKET KEBUTUHAN PESERTA DIDIK	Kelas	JML RESPONDEN	PROSENTASE	PRIORITAS
36	Saya masih sering menunda-nuda tugas sekolah/pekerjaan rumah (PR)	XI F1	24	2,70%	Tinggi
36	Saya masih sering menunda-nuda tugas sekolah/pekerjaan rumah (PR)	XI F6	20	2,40	Tinggi

Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa guru di SMA N 2 Bukittinggi. Wawancara dilakukan secara daring, pada tanggal Sabtu 31 Mei 2025. Diantaranya Guru fisika dengan inisial Y menyatakan bahwa:

“Saya melihat banyak siswa yang menunda mengerjakan tugas fisika bukan hanya karena sulitnya materi, tetapi juga karena malas. Mereka merasa materi fisika itu cukup berat dan butuh konsentrasi tinggi. Biasanya mereka menunda hingga mendekati batas waktu pengumpulan. Saya sering melihat tugas dikumpulkan dengan hasil yang tidak maksimal, bahkan kadang hanya sekadar menggugurkan kewajiban.” (Sabtu, 31 Mei 2025)

Guru kimia dengan inisial D juga menambahkan bahwa prokrastinasi tidak selalu berarti siswa malas secara umum, tetapi lebih kepada upaya menghindari tugas yang dianggap tidak menyenangkan atau menantang secara mental. Seperti yang ia katakan:

“Kalau dari pengamatan saya, kemalasan menjadi faktor utama. Tapi bukan berarti mereka malas dalam segala hal, melainkan lebih pada sikap menghindari hal yang dianggap tidak menyenangkan atau membutuhkan usaha besar. Beberapa siswa yang pintar pun bisa menunda tugas karena mereka terlalu percaya diri bisa mengerjakannya nanti. Sementara siswa yang merasa kurang mampu akan menunda karena takut hasilnya jelek. Jadi kemalasan itu juga bisa muncul karena faktor psikologis seperti kurangnya motivasi atau rasa takut gagal.” (Sabtu, 31 Mei 2025)

Guru matematika dengan inisial L juga mengatakan seberapa sering siswa melakukan prokrastinasi. Guru L itu mengatakan :

“Alasan yang paling sering saya dengar dari mereka adalah karena merasa punya waktu yang cukup lama sebelum tugas dikumpulkan, jadi mereka menunda-nunda dengan alasan ingin istirahat dulu. Ada juga yang mengatakan tidak mood atau merasa lelah setelah kegiatan sekolah. Tidak sedikit juga siswa yang merasa tidak mengerti materi, sehingga mereka lebih memilih menunda daripada mencoba mengerjakan dengan risiko salah.” (Sabtu, 31 Mei 2025)

Pernyataan ini diperkuat oleh hasil wawancara dengan siswa secara daring, pada tanggal 08 juni 2025. Peneliti menanyakan bagaimana cara dia mengerjakan tugas-tugas yang diberikan oleh guru. Seorang siswa F mengungkapkan:

“Biasanya saya menunda dulu, apalagi kalau tugasnya banyak. Kadang saya ngerasa capek banget setelah pulang sekolah, jadi saya lebih milih istirahat dulu. Saya mikirnya nanti malam atau besok aja dikerjain. Tapi kadang-kadang saya lupa atau udah nggak sempat lagi, jadi akhirnya ngerjain mepet waktu pengumpulan.” (Minggu, 08 juni 2025)

Wawancara dilanjutkan dengan Siswa N yang juga melakukan prokrastinasi akademik. Siswa N menjelaskan :

“Kalau saya pribadi, biasanya karena rasa malas. Tapi kadang juga karena ngerasa tugasnya susah, jadi saya jadi nggak semangat buat mulai. Misalnya tugas matematika atau kimia, saya takut salah dan bingung mulai dari mana. Jadi saya nunda sambil berharap nanti ada teman yang bantu atau saya dapet mood yang lebih baik.” (Minggu, 08 juni 2025)

Siswa B juga peneliti menanyakan apa yang di lakukan terlebih dahulu sebelum mengerjakan tugas. Siswa itu menjelaskan :

“Kalau lagi malas ngerjain tugas, biasanya saya buka HP dulu, scroll TikTok atau Instagram. Kadang saya juga nonton drama atau main game. Rasanya lebih menyenangkan daripada buka buku. Kadang juga cuma rebahan aja sambil mikir kapan mau mulai tapi nggak mulai-mulai juga.” (Minggu, 08 juni 2025)

Wawancara dilanjutkan dengan siswa V, peneliti menanyakan seberapa sering dia melakukan penundaan tugas sekolah. Siswa V menjelaskan: “Sering. Saya tahu tugasnya bisa aja saya kerjain sekarang, tapi saya lebih milih buat nunda karena pengen santai dulu. Kadang saya pikir

‘masih ada waktu kok’, tapi ujung-ujungnya mepet dan jadi panik sendiri. Saya sering nyesel tapi entah kenapa tetep aja diulang.” (Minggu, 08 juni 2025)

Wawancara terakhir dengan siswa D , peneliti menyanyakan seberapa apa yang di pikirkan ketika ingin memulai mengerjakan tugas. Siswa D menjelaskan :

“Rasanya berat banget buat mulai. Saya ngerasa nggak ada energi, terus suka mikir ‘ah, nanti aja’. Pikiran kayak gitu muncul terus dan bikin saya makin jauh dari tugas. Kadang saya juga mikir kalau pun saya mulai sekarang, belum tentu langsung selesai, jadi mendingan ditunda aja dulu.” (Minggu, 08 juni 2025)

Berikut kesimpulan dari latar belakang penelitian yang telah Mifta paparkan:

Berdasarkan hasil observasi awal melalui AKPD (Angket Kebutuhan Peserta Didik) di SMAN 2 Bukittinggi, ditemukan bahwa perilaku prokrastinasi akademik tergolong tinggi. Hal ini terlihat dari banyaknya siswa yang mengakui masih sering menunda tugas sekolah atau pekerjaan rumah. Di kelas XI E1, sebanyak 24 dari 36 siswa menunjukkan kecenderungan menunda tugas dengan prioritas tinggi, dan di kelas XI F6 sebanyak 20 dari 36 siswa juga menunjukkan hal yang sama dengan prioritas tinggi.

Hasil wawancara dengan guru fisika, kimia, dan matematika memperkuat temuan tersebut. Guru mengungkapkan bahwa siswa sering menunda tugas karena merasa materi sulit, kurang motivasi, rasa malas, terlalu percaya diri, takut gagal, merasa memiliki waktu yang masih lama, hingga alasan kelelahan dan tidak mood. Prokrastinasi tidak hanya disebabkan oleh

kemalasan semata, tetapi juga faktor psikologis seperti rendahnya motivasi, rasa takut, dan kurangnya keyakinan diri.

Wawancara dengan siswa juga menunjukkan pola yang serupa. Siswa mengaku sering menunda tugas karena lelah, malas, merasa tugas sulit, takut salah, lebih memilih melakukan aktivitas yang menyenangkan seperti bermain media sosial, menonton, atau bermain game, serta berpikir masih memiliki banyak waktu. Mereka juga menyadari bahwa kebiasaan tersebut sering berujung pada pengerjaan tugas secara terburu-buru dan penyesalan.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik di SMAN 2 Bukittinggi merupakan fenomena yang nyata dan cukup tinggi, yang dipengaruhi oleh berbagai faktor internal seperti motivasi, rasa percaya diri, ketakutan akan kegagalan, serta kecenderungan memilih aktivitas yang lebih menyenangkan. Kondisi ini menguatkan pentingnya penelitian mengenai hubungan antara *self-esteem* dan prokrastinasi akademik pada siswa SMAN 2 Bukittinggi.

Temuan ini memperkuat bahwa prokrastinasi akademik bukan semata-mata karena kemalasan, tetapi merupakan hasil dari interaksi berbagai faktor internal dan eksternal, seperti *self-esteem*, motivasi, tingkat kepercayaan diri, serta pengaruh lingkungan dan kebiasaan pribadi. Oleh karena itu, penelitian ini penting untuk dilakukan guna memahami lebih dalam bagaimana faktor seperti *self-esteem* berperan dalam membentuk perilaku prokrastinasi akademik siswa.

Penelitian ini dilakukan untuk mengkaji hubungan *self-esteem* dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMA N 2 Bukittinggi. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman lebih mendalam mengenai faktor-faktor psikologis yang memengaruhi prokrastinasi akademik, sehingga dapat dijadikan acuan untuk intervensi yang lebih efektif.

Berdasarkan latar belakang ini, penting untuk mengkaji hubungan antara *self-esteem* dengan prokrastinasi akademik siswa SMA Negeri 2 Bukittinggi. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam upaya mengurangi perilaku prokrastinasi akademik melalui penguatan *self-esteem* siswa.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Banyak siswa menunda menyelesaikan tugas sekolah, belajar untuk ujian, atau menyelesaikan kewajiban akademik lainnya.
2. Persepsi diri siswa yang berbeda-beda berdampak pada cara mereka menangani tugas akademik.
3. Banyak siswa tidak menyadari bahwa prokrastinasi dapat berdampak negatif pada kesehatan mental, prestasi akademik, dan manajemen waktu.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah maka peneliti merumuskan permasalahan penelitian ini adalah : “Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara *self-esteem* dengan prokrastinasi akademik siswa SMA Negeri

2 Bukittinggi?.”

D. Batasan Masalah

Berdasarkan rumusan masalah focus masalah atau Batasan masalah permasalahan dalam penelitian ini adalah :

1. Mendeskripsikan tingkat *self-esteem* siswa SMA Negeri 2 Bukittinggi.
2. Mendeskripsikan tingkat prokrastinasi akademik siswa SMA Negeri 2 Bukittinggi.
3. hubungan *self-esteem* dengan prokrastinasi akademik siswa di SMA Negeri 2 Bukittinggi.

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan batasan masalah tujuan dalam penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui tingkat *self-esteem* siswa SMA Negeri 2 Bukittinggi.
2. Untuk mengetahui tingkat prokrastinasi akademik siswa SMA Negeri 2 di Bukittinggi.
3. Menganalisis hubunganyang signifikan antara *self-esteem* dengan prokrastinasi akademik siswa di SMA Negeri 2 Bukittinggi.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoretis
 - a. Menambah wawasan dan literatur ilmiah mengenai hubungan antara *self-esteem*, dan prokrastinasi akademik, khususnya pada siswa SMA.
 - b. Menjadi dasar bagi penelitian lanjutan yang berfokus pada faktor psikologis yang memengaruhi perilaku akademik siswa, baik di tingkat lokal maupun nasional.

- c. Memperkuat teori-teori yang relevan, seperti teori *self-esteem* dan kaitannya dengan perilaku prokrastinasi akademik.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Siswa:

Membantu siswa memahami pentingnya *self-esteem* dalam menghadapi tugas akademik, serta memberikan kesadaran akan dampak negatif dari prokrastinasi. Memberikan rekomendasi praktis kepada siswa untuk meningkatkan *self-esteem* sehingga dapat mengurangi kebiasaan menunda-nunda tugas.

b. Bagi Guru dan Konselor Sekolah:

Memberikan informasi yang berguna untuk merancang program bimbingan dan konseling yang bertujuan *self-esteem* siswa guna mengurangi perilaku prokrastinasi akademik. Membantu guru dalam mengidentifikasi siswa yang berisiko tinggi mengalami prokrastinasi akademik akibat rendahnya *self-esteem*.

c. Bagi Orang Tua:

Memberikan wawasan kepada orang tua tentang pentingnya dukungan dalam membangun *self-esteem* anak di lingkungan keluarga, yang dapat berdampak pada pengurangan prokrastinasi akademik.

G. Defenisi Operasional

Definisi operasional dari masing-masing variabel dalam penelitian dengan judul "Hubungan *self-esteem* dengan Prokrastinasi Akademik Siswa SMA N 2 Bukittinggi":

1. *self-esteem* (Harga Diri)

Menurut Rosenberg (1965), *self-esteem* adalah sikap seseorang terhadap dirinya sendiri, apakah itu positif atau negatif. Pada dasarnya, *self-esteem* membantu orang mengkomunikasikan apa yang mereka butuhkan dan inginkan, tetapi jika mereka tidak dapat melakukannya, mereka masih memiliki keinginan yang tidak terpenuhi di dalam diri mereka. Karena itu, seseorang menjadi tertarik pada aktivitas atau pengalaman yang bermanfaat bagi orang lain. Sejauh mana seseorang merasa berharga, kompeten, sukses, dan penting, menurut Coopersmith (1967), disebut *self-esteem*. Ini adalah penilaian nilai diri mereka sendiri. (Fitri dkk., 2024)

Dalam penelitian ini, *self-esteem* didefinisikan sebagai sejauh mana siswa memiliki penghargaan terhadap diri mereka sendiri, terutama dalam hal akademik. Pengukuran *self-esteem* dilakukan dengan menggunakan alat seperti Keberartian (Significance), Power (kekuasaan), Kebajikan (Virtue), Kemampuan (Competence). Semakin banyak skor yang diterima siswa, semakin tinggi keyakinan diri mereka sendiri.

2. Prokrastinasi Akademik

Menurut Ferrari et al. (1995), prokrastinasi akademik dapat dilihat melalui beberapa indikator yang dapat diukur dan diamati. Beberapa indikator tersebut adalah sebagai berikut: (1) Perilaku menunda ketika seseorang bermaksud untuk memulai dan menyelesaikan tugas; seseorang menunda untuk memulai dan menyelesaikan tugas jika sudah dimulai

sebelumnya; dan (2) Keterlambatan dalam menyelesaikan tugas. Ini dapat dilihat dari kecenderungan seseorang untuk menghabiskan waktu yang lebih lama untuk menyelesaikan tugas karena persiapan yang berlebihan. Di sisi lain, seseorang melakukan hal-hal yang tidak dibutuhkan dalam menyelesaikan tugas tanpa mempertimbangkan keterbatasan waktu yang dimiliki; (3) Ada perbedaan waktu antara niat dan perilaku. Seseorang mungkin telah merencanakan untuk memulai tugas pada waktu yang telah ditentukan sendiri, tetapi dia tidak melakukannya pada waktu yang telah ditentukan sendiri; dan (4) Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan (Putri & Edwina, 2020)

Dalam penelitian ini, prokrastinasi akademik didefinisikan sebagai kebiasaan siswa menunda tugas atau pekerjaan akademik yang seharusnya diselesaikan dalam jangka waktu tertentu. Prokrastinasi akademik diukur dengan skala yang mencakup indikator seperti Penundaan memulai atau menyelesaikan tugas, Kelambanan dalam mengerjakan tugas, Kesenjangan antara rencana dan kinerja aktual, Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan. Skor yang lebih tinggi pada skala menunjukkan bahwa siswa memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang lebih tinggi.