

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA PADA KELAS X IPS DI SMA NEGERI 2 MUKOMUKO

Khanezza Amelia I, Hadiwinarto
Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Bengkulu
khanezza07amelia@gmail.com, hadiwin@unib.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan hubungan antara dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas X IPS di SMA Negeri 2 Mukomuko. Sampel penelitian berjumlah 100 orang siswa yang diambil dengan teknik *simple random sampling* dari 133 populasi dari seluruh siswa kelas X. Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif dengan teknik korelasi. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner dukungan sosial dan kuesioner prokrastinasi akademik Data dianalisis dengan menggunakan korelasi *product moment*. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik dengan r_{xy} sebesar -0,517, dengan taraf signifikan sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik, artinya semakin tinggi dukungan sosial semakin rendah prokrastinasi akademik, dan sebaliknya.

Kata kunci : dukungan sosial, prokrastinasi akademik

CORRELATION OF SOCIAL SUPPORT TOWARDS ACADEMIC PROCRASTINATION OF CLASS TEN IN SOCIAL PROGRAM AT SMA NEGERI 2 MUKOMUKO

ABSTRACT

This research aimed to descriptions the correlation of social support towards academic procrastination of class ten in social program at SMA negeri 2 Mukomuko. The sample of this research was 100 students. From the whole 133 population of one grade students who were majoring class ten, the sample was taken by conducting random sampling technique. This research was kind of descriptive quantitative in which the technique was correlation. Questionnaire of social support and academic procrastination was used in this research as the instrument. The data were analyzed by using correlation of person's product moment. The result showed that there was significant negatif correlation between social support and academic procrastination in which r was about -0,517, with the degree of significant 0,000 ($p < 0,05$). This revealed that there was negatif correlation between social support and academic procrastination towards students. It meant, the highset social support the low academic procrastination and in vice versa.

Keywords : social support, academic procrastination

Pendahuluan

Pada perkembangan teknologi yang semakin canggih memudahkan manusia untuk memenuhi kebutuhannya secara instan. Hal ini cenderung menimbulkan rasa malas, jenuh dan mudah bosan karena mesin memungkinkan manusia bekerja lebih sedikit, sehingga munculah sikap menunda-nunda atau prokrastinasi (Combs, 2013: 5). Prokrastinasi merupakan suatu penundaan atau kecenderungan menunda-nunda memulai suatu pekerjaan, menghindari tugas yang disebabkan oleh perasaan tidak senang terhadap tugas dan takut gagal dalam mengerjakan tugas (Risnawita, 2014: 130).

Hasil observasi pada sekolah SMA Negeri 2 Mukomuko menunjukkan adanya fenomena prokrastinasi akademik. Ada sebagian siswa mengalami kecemasan dan stres ketika dihadapkan pada tugas yang dianggap sulit dan berat sehingga mereka melakukan prokrastinasi dalam mengerjakan tugas akademik. Sebagian besar siswa masih bingung dengan tugas makalah karena kurangnya referensi terkait tugas-tugas yang diberikan oleh guru. Kemudian kurang mendapatkan dukungan dari teman, sehingga tidak memulai untuk mengerjakan jika teman-temannya belum memulai untuk mengerjakan, tidak mengerjakan jika tidak ada bantuan dan dorongan dari teman, banyak kegiatan lain yang lebih menyenangkan dari pada mengerjakan tugas seperti nonton film, jalan-jalan, bermain game, facebook, whatsapp. Selain itu, ada beberapa siswa yang sudah bekerja. Ada sebagian siswa setiap menerima tugas yang diberikan kepada para siswa, sering terlambat dalam mengumpulkan tugas.

Hasil wawancara yang peneliti lakukan kepada beberapa orang siswa SMA Negeri 2 Mukomuko menemukan beberapa fenomena prokrastinasi akademik, ada beberapa siswa mengakui menunda tugas-tugas mata pelajaran dan lebih memilih tidur, bermain game, Hp dari pada mengerjakan tugas. Mereka menganggap tugas-tugas mata pelajaran sebagai sesuatu yang membosankan karena mereka menganggap tugas-tugas tersebut sulit untuk diselesaikan sehingga mereka menunda-nunda mengerjakannya dan mereka mencari sesuatu yang menyenangkan, ada juga siswa yang mengakui bahwa mereka berusaha mengerjakan tugas-tugas mata pelajaran dengan sangat baik sehingga mereka melupakan batas waktu pengumpulan tugas tersebut.

Pentingnya penelitian ini dilakukan untuk melihat hubungan variable x dan variable y dan memberikan pemahaman tentang prokrastinasi akademik dan dukungan sosial salah satu faktor yang mempengaruhinya. Melalui kenyataan di atas penulis tergugah untuk melakukan

penelitian dengan judul “Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa Kelas X IPS SMA Negeri 2 Mukomuko”.

Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif kuantitatif, dengan teknik korelasi. Teknik korelasi adalah suatu penelitian yang dilakukan dengan mengumpulkan sejumlah data untuk mengetahui serta menentukan ada tidaknya hubungan antara dua variabel atau lebih guna mengukur seberapa besarnya tingkat hubungan kedua variabel yang diukur tersebut (Darmadi, 2014: 206).

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X IPS di SMA Negeri 2 Mukomuko. Jumlah kelas X IPS sebanyak 4 kelas dan jumlah seluruh populasi pada penelitian ini adalah 133 siswa. Populasi ini diambil berdasarkan observasi yang dilakukan pada bulan November. Teknik sampel yang digunakan pada penelitian ini yaitu *Simple Random Sampling* merupakan sampel yang digunakan secara acak. Sampel pada penelitian ini terbagi menjadi dua, yaitu: sampel uji coba dan sampel penelitian. Sampel uji coba dalam penelitian ini berjumlah 30 orang yang diambil secara acak dari populasi penelitian, dan mempunyai ciri-ciri yang mirip dengan sampel penelitian. Sampel penelitian pada penelitian ini sampel penelitian berjumlah 100 orang yang diambil secara rata dari setiap kelas dalam proporsi tertentu yang berasal dari seluruh kelas X IPS SMA Negeri 2 Mukomuko.

Teknik pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner atau angket prokrastinasi akademik dan dukungan sosial dengan model Skala Likert yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dan prokrastinasi akademik pada siswa kelas X IPS di SMA Negeri 2 Mukomuko.

Uji validitas pada penelitian ini menggunakan bantuan *software* SPSS versi 16 *for windows*. Langkah awal adalah menguji validitas butir kuesioner dengan melakukan uji coba kuesioner ke sejumlah responden sampel uji coba yang diduga mempunyai ciri-ciri mirip dengan responden sampel penelitian. Penelitian ini bersifat kuantitatif validitas datanya menggunakan statistik dengan rumus korelasi dari Karl Pearson, peneliti menggunakan rumus korelasi Karl Pearson karena data yang diteliti bersifat kontinu. Pernyataan kuesioner dinyatakan valid jika $r_{hitung} > r_{tabel}$ (Riduwan, 2010:73) diketahui besar r_{tabel} untuk jumlah sampel 30 yaitu 0,361, maka pernyataan kuesioner dapat dikatakan valid jika $r_{hitung} > 0,361$.

Uji reliabilitas pada butir kuesioner dukungan sosial dan prokrastinasi akademik ini

menggunakan *reliability analysis scale (Cronbach's alpha)* dengan bantuan program komputer *software Statistical Packages for Social Science (SPSS)* versi 16 *for windows*. Peneliti menggunakan *reliability analysis scale (Cronbach's alpha)* karena rumus *Cronbach's alpha* lebih cocok digunakan pada kuesioner dengan skor jawaban dalam bentuk gradasi, seperti skala Likert yang menggunakan skor 1,2,3,4. Dari hasil reliabilitas bahwa *Alpha Cronbach* sebesar 0,950 yang berarti memiliki *Alpha Cronbach* >0,8 maka data perkembangan moral memiliki reliabilitas baik.

Pada penelitian ini uji normalitas dilakukan dengan bantuan *software SPSS* versi 16 *for windows*, dengan menggunakan uji normalitas *Kolmogorov Smirnov* (Sarjono 2013: 53). Berdasarkan hasil uji normalitas, dapat disimpulkan bahwa hasil data pada variabel dukungan sosial siswa kelas X IPS di SMA 2 Mukomuko mempunyai nilai sebesar 0,791 dengan $p > 0,05$, berdasarkan hasil tersebut dapat dikatakan bahwa dukungan sosial berdistribusi normal. Variabel prokrastinasi akademik siswa kelas X IPS di SMA 2 Mukomuko mempunyai nilai sebesar 0,687 dengan $p > 0,05$, berdasarkan hasil tersebut dapat dikatakan bahwa prokrastinasi akademik berdistribusi normal. Berdasarkan hasil uji normalitas, data berdistribusi normal, maka memenuhi syarat untuk uji hipotesis menggunakan korelasi product moment.

Hasil dan Pembahasan

Untuk Deskripsi data yang disajikan pada bagian ini adalah deskripsi tentang masing-masing variabel, yang diteliti antara lain variabel terikat yaitu prokrastinasi akademik (Y), variabel bebas dukungan sosial (X). Deskripsi tentang prokrastinasi akademik dan dukungan sosial diperoleh dari hasil penyebaran kuesioner ke sejumlah responden yang menjadi sampel penelitian. Kuesioner prokrastinasi akademik yang terdiri atas 33 item dengan 4 pilihan jawaban yang bergerak dari 1 sampai 4, sehingga diperoleh rentang minimum adalah $33 \times 1 = 33$ maximum adalah $33 \times 4 = 132$, sehingga luas jarak sebarannya adalah $132 - 33 = 99$. Dengan demikian setiap satuan deviasi standarnya bernilai $\sigma = 99/6 = 6,5$ dan mean idealnya adalah 82,5.

Tabel 1
Kategorisasi data Prokrastinasi Akademik

Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	33-65	8	8%
Sedang	66-98	85	85%
Tinggi	99-132	7	7%

Berdasarkan Tabel 1 dapat dilihat bahwa subjek yang memiliki prokrastinasi akademik rendah sebanyak 8 orang (8%), subjek yang memiliki prokrastinasi akademik sedang sebanyak 85 orang (85%), dan subjek yang memiliki prokrastinasi akademik tinggi sebanyak 7 orang (7%).

Kuesioner gambaran tentang dukungan sosial dengan skor minimum sebesar 38, skor maximum sebesar 152 rata-rata sebesar 95 dan standar deviasinya sebesar 19. Berdasarkan skor-skor tersebut, selanjutnya dibuatlah kategorisasi. Subjek digolongkan ke dalam tiga kategori dukungan sosial yaitu tinggi, sedang, dan rendah.

Tabel 2
Kategorisasi Dukungan Sosial

Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	38-75	2	2%
Sedang	76-113	81	81%
Tinggi	112-152	17	17%

Berdasarkan Tabel 2 dapat dilihat bahwa subjek yang memiliki dukungan sosial rendah sebanyak 2 orang (2%), subjek yang memiliki dukungan sosial sedang sebanyak 81 orang (81%), dan subjek yang memiliki dukungan sosial tinggi sebanyak 17 orang (17%).

Uji hipotesis ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara kedua variabel, arah hubungan, serta kekuatan hubungan antara kedua variabel yaitu prokrastinasi akademik dan dukungan sosial. Uji hipotesis ini dilakukan dengan bantuan software *Statistical Package for Social Science* (SPSS) versi 16, dengan uji korelasi Pearson.

Berdasarkan hasil perhitungan korelasi antara dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar -0,517. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang kuat antara dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik karena

nilai koefisien korelasinya yang mendekati -1. Tingkat signifikansinya sebesar 0.000 ($p < 0,05$). Jika nilai $p < 0,05$ maka H_0 ditolak, yang berarti H_a diterima. Dengan demikian terdapat korelasi negatif yang signifikan antara dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik. Artinya semakin tinggi dukungan sosial maka akan semakin rendah prokrastinasi akademik. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial semakin tinggi prokrastinasi akademik.

Hasil pengujian hipotesis penelitian diperoleh hasil bahwa dukungan sosial memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan prokrastinasi akademik. Hal ini menunjukkan bahwa seseorang yang memiliki dukungan sosial rendah maka cenderung melakukan prokrastinasi akademik, dan seseorang yang memiliki dukungan sosial tinggi menunjukkan perilaku prokrastinasi akademik rendah. Pernyataan tersebut sesuai dengan pendapat Argiati dalam Afriana (2013: 23) yang menyatakan bahwa salah satu alasan seseorang melakukan prokrastinasi akademik karena kurangnya dukungan sosial pada karena proses berpikir dalam memutuskan suatu tindakan benar atau salah.

Hasil penelitian ini sesuai dengan hipotesis awal yang menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik. Perilaku prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh dukungan sosial yang dimilikinya. Hal ini didasari oleh hasil temuan penelitian yang menunjukkan adanya korelasi yang kuat antara dukungan sosial dan prokrastinasi akademik. Koefisien korelasinya mendekati -1, yaitu -0,517. Jika dilihat dari nilai R^2 , dukungan sosial dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik sebesar 51,7% dan 48,3% lainnya dipengaruhi oleh variabel lain. Artinya faktor dukungan sosial tergolong tinggi dalam mempengaruhi prokrastinasi akademik siswa kelas X IPS di SMA Negeri 2 Mukomuko.

Secara teoritis hasil penelitian ini dapat dijelaskan berdasarkan aspek-aspek yang terdapat dalam dukungan sosial, yaitu: dukungan Emosional, dukungan Penghargaan, dukungan Instrumental, dukungan Informatif, dukungan Jaringan Sosial Sarafino (dalam Lestari, 2014: 43) Sehingga kecenderungan untuk melakukan prokrastinasi akademik akan berkurang dengan adanya dukungan sosial siswa.

Surijah (2007: 357) mendefinisikan bahwa prokrastinasi adalah keterlambatan memulai atau kegagalan dalam menyelesaikan suatu aktivitas karena kecenderungan irasional dan sukarela untuk menunda aktivitas. Steel (dalam Surijah, 2007: 12) mengatakan bahwa prokrastinasi adalah menunda dengan sengaja kegiatan yang diinginkan walaupun individu

mengetahui bahwa perilaku penundaannya tersebut dapat menghasilkan dampak buruk. Prokrastinasi akademik adalah suatu bentuk perilaku menunda tugas akademik dengan sengaja sehingga tugas tersebut terbengkalai dan mencapai batas waktu yang ditentukan, penundaan tersebut menyebabkan timbulnya ketidaknyamanan karena menghasilkan dampak negatif bagi diri sendiri (Rizki, 2009: 11).

Prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh siswa berasal dari keyakinan diri individu yang dimilikinya. Ketika seseorang yakin untuk tidak melakukan tindakan prokrastinasi akademik maka kecenderungan untuk tidak melakukan prokrastinasi akademik atau perilaku prokrastinasi akademik menjadi berkurang. Pernyataan hal ini didukung oleh hasil penelitian Risnawita (2014: 50), yang melaporkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik Artinya, jika siswa memiliki efikasi diri baik untuk tidak melakukan perilaku prokrastinasi akademik, maka siswa tersebut akan yakin untuk tidak melakukan tindakan prokrastinasi akademik Sebaliknya, jika siswa tidak memiliki efikasi diri yang baik, maka mereka cenderung melakukan perilaku prokrastinasi akademik.

Prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh siswa berasal dari keyakinan diri individu akan kemampuan yang dimilikinya, ketika seseorang yakin akan kemampuan yang dimilikinya maka kecenderungan untuk melakukan penundaan atau prokrastinasi akademik menjadi berkurang. Pernyataan ini didukung oleh hasil penelitian Anggawijaya (2013: 7) yang melaporkan bahwa tindakan prokrastinasi akademik berkorelasi negatif dengan motivasi belajar. Artinya semakin tinggi tindakan prokrastinasi akademik yang dilakukan, semakin rendah motivasi belajar seseorang. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah tindakan prokrastinasi akademik, semakin tinggi motivasi belajar. Tingginya tindakan prokrastinasi akademik tidak lepas dari motivasi berprestasi untuk melakukan prokrastinasi akademik. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh wibowo (2014: 28) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara motivasi berprestasi dengan prokrastinasi akademik. Artinya, semakin tinggi motivasi berprestasi semakin rendah prokrastinasi akademik. Selanjutnya semakin rendah motivasi berprestasi maka semakin tinggi prokrastinasi akademiknya.

Dukungan sosial yang harus dimiliki siswa menjadi tugas guru pembimbing untuk meningkatkannya. Hal itu guru pembimbing adalah guru yang mempunyai tugas, tanggung jawab, wewenang, dan hak secara penuh dalam kegiatan Bimbingan dan Konseling terhadap sejumlah peserta didik, termasuk dalam memberikan layanan BK kepada semua peserta didik

di sekolah tempat dia bertugas dalam rangka mengantarkan peserta didik mencapai pertumbuhan dan perkembangan secara optimal (Umami, 2015: 45).

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik siswa. Semakin tinggi dukungan sosial siswa, semakin rendah pula prokrastinasi. Demikian sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial siswa, maka akan semakin tinggi pula prokrastinasinya.

Penelitian ini telah dilaksanakan sesuai dengan prosedur ilmiah, namun masih memiliki berbagai keterbatasan seperti keterbatasan penelitian dalam meneliti variabel yang berkaitan pada penelitian ini perkembangan moral dan keterampilan komunikasi berkorelasi dengan perilaku agresif siswa, belum tentu berkorelasi dengan variabel lain, selain itu hasil temuan ini hanya terbatas pada siswa kelas X IPS di SMA 2 Mukomuko, hasil temuan bisa berbeda jika dilakukan pada sekolah lain.

Penelitian dilakukan pada saat mendekati masa ujian semester, sehingga membutuhkan kerjasama dengan guru mata pelajaran lain dalam menentukan jadwal pertemuan yang tepat, karena banyak guru yang sedang melakukan proses pengambilan nilai.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan dapat ditarik kesimpulan bahwa, terdapat korelasi negatif yang signifikan antara dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik siswa. Semakin tinggi dukungan sosial siswa, semakin rendah pula prokrastinasi. Sebaliknya semakin rendah dukungan sosial siswa maka akan semakin tinggi prokrastinasi akademik siswa.

Penelitian selanjutnya masih sangat diperlukan. Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti topik yang sama disarankan untuk memperhatikan variabel lain yang diduga turut berperan dan mempengaruhi perilaku agresif. Jika peneliti ingin melakukan penelitian lebih dalam, dapat dilakukan dengan metode kualitatif melalui pemberian treatment berupa layanan bimbingan dan konseling antara lain, (1) layanan Informasi, (2) layanan penguasaan konten, dan (3) layanan bimbingan kelompok.

Daftar Pustaka

Afriana. D. (2013). Upaya Mengurangi Prokrastinasi Akademik di Sekolah dengan Menggunakan Layanan Konseling Kelompok. *Skripsi* Universitas Islam Negeri Yogyakarta.

- Anggawijaya, S. (2013). “Hubungan Antara Motivasi Belajar dan Prokrastinasi Akademik”. *Jurnal Universitas Surabaya*. 2 (2), Hal 7-15.
- Combs, J. (2012). *The Procrastination Cure*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Darmadi, H. (2014). *Metode Penelitian Pendidikan dan Sosial*. Bandung: Alfabeta.
- Riduwan. (2010). *Metode dan Teknik Menyusun Proposal Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Risnawita, M.(2014). Hubungan Efikasi Diri dan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 9 Padang. *Jurnal Antropologi Universitas Andalas Padang*. 3 (22), hal 130-143
- Rizki, S. (2009). “Hubungan Prokrastinasi Akademis dan Kecurangan Akademis pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara”. *Skripsi Universitas Sumatera Utara*.
- Sarafino, N. (2014). Hubungan antara Dukungan Sosial dan Orientasi Karir dengan Pengambilan Keputusan Studi Lanjut. *Thesis Universitas Muhammadiyah Surakarta*.
- Sarjono. (2013). *SPSS VS LISREL : Sebuah Pengantar. Aplikasi untuk Riset*. Jakarta : Penerbit Selemba Empat.
- Surijah, E. A & Sia T. (2007). “Mahasiswa Versus Tugas: Prokrastinasi Akademik dan Conscientiousness”. *Indonesian Psychological Journal*. 22 (4), hal 352-374.
- Umami, I. (2015). “Keterampilan belajar Sebagai Komponen Layanan Penguasaan Konten dalam Bimbingan Konseling”. *Jurnal Ilmu Pendidikan Psikologi, Bimbingan dan Konseling*. 5 (4), hal 45-56.
- Wibowo, D. E. (2014). “Hubungan antara Motivasi Berprestasi dengan Prokrastinasi Akademik siswa di SMP Negeri 11 Kota Bengkulu”. *Skripsi Universitas Bengkulu*.