

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Tujuan dibangunnya panti asuhan ialah sebagai tempat tinggal anak yang tidak memiliki orang tua agar memiliki tempat tinggal dan kasih sayang yang layak. Di panti asuhan anak akan dibekali dengan pendidikan yang layak serta mendapatkan kasih sayang sehingga anak didik tidak akan merasa kurang kasih sayang dan diharapkan kelak dapat hidup mandiri. diberi kesempatan untuk mengenyam pendidikan hingga jenjang SMA atau bahkan sampai Perguruan Tinggi.

Terdapat berbagai kondisi yang membuat anak tinggal dipanti asuhan. Kondisi pertama dikarenakan anak sudah tidak memiliki orang tua, kondisi kedua anak hanya memiliki satu orang tua tunggal dengan ekonomi yang rendah sehingga pada akhirnya sang orang tua membuat keputusan untuk menitipkan anak ke panti asuhan, guna mendapatkan pendidikan yang layak, kondisi ketiga adalah anak yang masih memiliki kedua orang tua dengan tingkat perekonomian yang rendah sehingga orang tua merasa kesulitan dalam pembiayaan sekolah anak sehingga orangtua menitipkan anaknya di panti asuhan.

Meski tinggal di panti asuhan, anak didik juga seperti anak lain pada umumnya yang suka melakukan penundaan tugas. Penundaan tugas atau biasa dikenal dengan istilah prokrastinasi adalah tindakan ketidak mampuan seseorang dalam mengalokasikan waktu dengan benar yang mana dapat menjadikan tertundanya suatu tugas (fauziah, 2016). Ferrari, Johnson, & Mc Cown (1995) menyatakan jika prokrastinasi akademik ialah suatu tindakan yang secara sengaja memundurkan waktu guna melakukan sebuah tugas dan suatu kebiasaan atau pola tingkah laku yang dipunyai oleh seseorang yang menuju terhadap trait.

Setiap individu pasti memiliki alasannya tersendiri, jika penundaan terus dilakukan maka individu bisa saja mengalami kesulitan akibat menumpuknya tugas-tugas yang tidak segera diselesaikan. Dalam surah Asy-syarh ayat 7 yang artinya “*maka apabila kamu telah selesai (dari suatu urusan), kerjakanlah secara*

sungguh-sungguh (urusan yang lain)". Surat tersebut menjelaskan untuk menghindari penundaan, karena bisa jadi penundaan tersebut akan merugikan individu tersebut. Kunci dari kesuksesan adalah dengan tidak menunda pekerjaan yang ada didepan karena semakin lama pekerjaan itu ditunda akan semakin bertambah seiring berjalannya waktu.

Prokrastinasi terbentuk dari suatu bahasa latin dari *pro* yang artinya maju, ke depan, bergerak maju, dan *crastinus* yang berarti besok atau hari kemudian. Sehingga apabila dijadikan satu prokrastinasi yaitu mengesampingkan hingga hari esok atau lebih suka mengerjakan tugasnya di hari esok. Orang yang melakukan tindakan prokrastinasi disebut *procrastinator*.

Banyak peneliti mencoba menjelaskan lebih rinci mengenai tingkah laku prokrastinasi. Stel (Amini, 2010) mengatakan jika prokrastinasi ialah mengesampingkan secara sadar kegiatan yang diinginkan meskipun mengerti jika pengesampingannya bisa membawa akibat yang kurang baik. Azis (2015) memisahkan prokrastinasi menjadi dua golongan yakni prokrastinasi akademik serta prokrastinasi non akademik. Prokrastinasi akademik yaitu penundaan yang dilakukan dengan bidang pendidikan contohnya tugas yang diberikan guru, PR, dan lain sebagainya, akan tetapi prokrastinasi non akademik yaitu pengesampingan tugas yang dilaksanakan dalam pekerjaan sehari-hari seperti mencuci baju, menunda membersihkan rumah dan lain sebagainya.

Salah satu jenis prokrastinasi yaitu prokrastinasi akademik adalah suatu penundaan yang dikerjakan dengan sadar serta dilakukan terus menerus dengan mengerjakan kegiatan yang seharusnya tidak perlu dalam mengerjakan pekerjaan. Jenis penundaan pada pekerjaan yang penting, penundaan tersebut biasanya tak bertujuan atau hanya karena malas, dan bisa berakibatkan hal yang negatif.

Solomon dan Rothblum (1984) menjabarkan 6 area akademik guna melihat jenis pekerjaan yang kerap ditunda oleh siswa diantaranya adalah tugas mengarang biasanya dalam pendidikan Bahasa Indonesia serta Bahasa Inggris yang biasanya mencakup penundaan pelaksanaan kewajiban atau menulis, semisal menulis naskah, laporan maupun tugas mengarang lainnya. Ketika menghadapi ujian kebanyakan para siswa akan bersantai terlebih dahulu sampai

masa ujian tiba, lalu baru akan mempelajari materi yang akan di ujikan pada saat menjelang UTS/UAS. Individu biasanya menunda tugas membaca atau pekerjaan rumah membaca yang diwajibkan, kerja administratif atau yang berpengaruh dengan menghitung, dan kinerja akademik secara keseluruhan.

Berdasarkan hasil penelitian dari Triandini yang berjudul “implementasi konseling model *rational emotive behavioral therapy* (REBT) pada kasus perilaku prokrastinasi akademik dua remaja puteri panti asuhan dorkas Jakarta Pusat” menunjukkan pada subjek MA terjadi perubahan pola pikir, perasaan, dan perilaku sehingga MA menjadi lebih giat untuk mengerjakan tugas. Subjek SK terjadi perubahan pada pola pikir dan perubahan perasaan negatif menjadi lebih positif tetapi pada SK masih perlu tindakan lanjut agar perubahan perilaku prokrastinasi dapat menetap (Triandini, 2017).

Azis (2015) memisahkan prokrastinasi menjadi dua golongan yakni prokrastinasi akademik serta prokrastinasi non akademik. Prokrastinasi akademik yaitu penundaan yang dilakukan dengan bidang pendidikan contohnya tugas yang diberikan guru, PR, dan lain sebagainya, akan tetapi prokrastinasi non akademik yaitu pengesampingan tugas yang dilaksanakan dalam pekerjaan sehari-hari seperti mencuci baju, menunda membersihkan rumah dan lain sebagainya.

Menurut Ferrari dkk (Ardiansyah, 2013) faktor yang memberi pengaruh prokrastinasi yakni : Faktor internal yang biasanya datang dari dalam diri yang andil dalam pembentukan perilaku prokrastinasi. Yaitu : Kondisi fisik seseorang ialah faktor dari diri seseorang yang dapat menyebabkan terjadinya perilaku prokrastinasi yang berupa kondisi fisik serta kesehatan seseorang misalnya *fatigue*. individu yang menderita *fatigue* akan cenderung untuk melakukan prokrastinasi dibandingkan yang dalam keadaan sehat secara fisik. Kondisi psikologis seseorang, menurut Milgram dkk, *trait* kepribadian seseorang yang memiliki andil timbulnya prokrastinasi, misal *trait* kemampuan sosial tergambar dalam *self regulation* serta tingkat kecemasan pada pengaruh sosial.

Berdasarkan hasil penelitian dari Husetiya yang membuktikan bahwa mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang melakukan prokrastinasi sebesar 31.5% ditentukan oleh faktor-faktor ketegasan, sementara

68.5% dipengaruhi oleh faktor lain yang kurang relevan dengan penelitian ini (Husetiya, 2010). Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Apriyanti yang menunjukkan hasil penelitian pengaruh bahwa mahasiswa pendidikan tata niaga Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta melakukan prokrastinasi akademik, yaitu sebesar 27,32%. (Apriyanti, 2012).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Guntoro Galih Setyanto menunjukkan bahwa mahasiswa melakukan prokrastinasi sebesar 47,4%. (Setyono, 2014). Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Stell membuktikan jika mahasiswa melakukan prokrastinasi sebesar 80%-95% (Stell, 2007), selanjutnya berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Khairat (2014) menunjukkan hasil penelitian bahwa santri pada pesantren x tergolong melakukan prokrastinasi yang cukup tinggi yaitu 56.7%.

Menurut penelitian empiris yang telah dilakukan oleh Burn (2000) dan Wolters (2003) mengungkapkan bahwa menunda-nunda akan menyebabkan seseorang kehilangan waktu, kesehatan akan mulai terganggu serta harga diri yang rendah. Dalam penelitian Ferrari (2000) prokrastinasi atau yang sering disebut menunda akan dikaitkan dengan kecemasan, ketakutan serta ketakutan atas kegagalan. Menunda dapat diartikan sebagai penghambat siswa dalam meraih kesuksesan akademik karena bisa menyebabkan menurunnya kualitas serta kuantitas pelajaran, meningkatkan stresss serta berimbas negatif dalam kehidupan siswa.

Prokrastinasi juga terjadi pada anak didik panti asuhan, hal tersebut terungkap setelah peneliti melakukan wawancara kepada anak didik panti asuhan At-taqwa, berikut wawancara yang Peneliti lakukan:

Berdasarkan hasil dari wawancara dengan subjek ER kelas 8 MTS asal Mranggen menunjukkan bahwa :

“Disekolah sering ada tugas si mbak terus biasanya dikerjain malemnya pas acara semua selesai, kalo sore sering ada acara mbak ama para tamu panti jadi nunggu para tamu panti pulang terus solat dan ngaji lalu belajar si. Tapi biasanya emang nggak ada yang ngawasi mbak jadi kita kalo belajar ya belajar sendiri tapi kalo ada yang sulit ya tanya sama mbak-mbaknya gitu terus diajari, atau tidak biasanya

saya ngerjain besok paginya sebelum dikumpulin mbak biasanya si nyontek jawaban temen. Pernah si nunda ngerjain tugas ya alasannya itu tadi mbak gara-gara banyaknya kegiatan panti jadinya ya kadang saya itu capek terus lupa kalo ada tugas terus dikerjain deh besoknya pas disekolah hehe sebelum masuk, selain banyaknya kegiatan panti si biasanya lupa atau malas mbak hehe”

Berdasarkan hasil wawancara dari subjek MAP kelas 9 MTS asal Semarang menunjukkan bahwa :

“kalo habis subuh itu ngaji terus persiapan sekolah pulang sekolah istirahat kalo hari senin selasa ama rabu ada acara ngaji ama bapak ini terus mandi ngaji solat isya terus makan habis itu ngaji lagi sampe jam 9 sering ada tugas si mbak dari sekolah ngerjainnya habis sholat isya gitu ngerjainnya kadang aku kerjain nanti-nanti si mbak karena males teru nyari waktunya yang susah kadang juga tugasnya susah dan kurang paham juga kadang tugas yang sering aku tunda mtk sama IPA karena susah ngitungnya Kalo belajar nggak ada yang ngawasin mbak tapi kalo ada yang susah minta diajarin ama kaka-kakaknya disini”

Berdasarkan wawancara dengan subjek W kelas 8 MTS asal Semarang menunjukkan bahwa :

“kegiatannya gitu si mbak sama kalo ngerjain tugas nanti-nanti si mbak saya karena males sama susah mikir, karena kadang waktunya itu kurang mbak, tapi saya tetep ngumpulin mbak walaupun kadang sering enggak selesai pr nya. Aku paling males mtk sama inggris mbak karena tugasnya suruh buat percakapan gitu.”

Berdasarkan hasil wawancara menunjukkan bahwa anak-anak didik panti asuhan At-Taqwa selain malas dan sengaja menunda mengerjakan tugas adalah padatnya kegiatan yang ada di panti asuhan sehingga membuat anak didik kelelahan pada saat jam belajar tiba sehingga anak didik lebih memilih istirahat ketimbang mengerjakan tugasnya.

Salah satu dari banyak faktor seseorang yang mempengaruhi prokrastinasi terletak disuatu keadaan psikologis seseorang yang sedang merasa kelelahan emosional atau yg dikenal dengan nama *burnout*. Kreitner dan Kinicki (Hanum,

2017) menjelaskan *burnout* yakni suatu keadaan kelelahan emosional lebih lanjut Roza (2018) Menjelaskan satu dari banyak alasan mahasiswa memilih melakukan prokrastinasi akademik dikarenakan mengalami kelelahan serta keengganan aktifitas guna melakukan hal tersebutlah yang disebut *academic burnout*.

Peneliti menarik kesimpulan bahwa *academic burnout* ialah salah satu dari banyak yang mengakibatkan prokrastinasi akademik. Jika siswa telah mengalami kelelahan maka siswa tersebut enggan menggunakan waktu yang sebaiknya untuk belajar serta menyelesaikan pekerjaan karena mereka menggunakan waktu tersebut untuk beristirahat.

Tidak hanya anak sekolah yang merasakan kejenuhan atau *burnout* akan tetapi setiap individu juga mengalami fase ini. Poewardari dalam jurnal (Wati, 2018) mengatakan bahwa *burnout* ialah fase dimana keadaan individu tersita sangat banyak kemudian mengalami hilangnya energi baik psikis maupun fisik. Normalnya *burnout* akan terjadi dalam bentuk kelelahan fisik, mental, serta akan mengalami emosional yang berulang. Dikarenakan *burnout* ini bersifat psikobiologi yaitu tanggungan psikologis beralih ke fisik maka biasanya akan mengakibatkan mudah pusing, kurang dapat berkonsentrasi, dan menjadi mudah sakit.

Penelitian mengenai prokrastinasi sudah diadakan oleh peneliti, seperti Ardiansyah (2013) yang berjudul pengaruh antara penyesuaian diri dengan prokrastinasi akademik pada santri asrama MTS Pondok Pesantren Pabelan Magelang. Berdasarkan hasil hipotesis yang menunjukkan terdapat pengaruh negatif antara penyesuaian diri dengan prokrastinasi dapat diterima, hasil pengolahan data penelitian diketahui R Square sebesar 0,438, angka 0,438 membuktikan sumbangan efektif yang diberikan variabel penyesuaian diri terhadap prokrastinasi akademik sebesar 43,8.

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Aini (2011) yang berjudul pengaruh antara kontrol diri dengan prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Universitas Muria Kudus menunjukkan terdapat pengaruh negatif yang sangat signifikan antara kontrol diri dengan prokrastinasi untuk mahasiswa

menyelesaikan skripsi. Menurut penelitian (Zakiyah, 2010) menunjukkan bahwa adanya pengaruh negatif antara variabel penyesuaian diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa sekolah asrama SMP N 3 Peterongan Jombang, hal ini sudah terbukti dari hipotesis penelitian ini dan sudah diterima.

Yang membedakan dari penelitian ini dan penelitian terdahulu ialah peneliti mengaitkannya dengan variabel bebas *burnout*. Peneliti menggunakan aspek-aspek prokrastinasi yang dikemukakan oleh Solomon dan Rothblum untuk penyusunan alat ukur dalam penelitian ini.

B. Rumusan Masalah

Latar belakang yang sudah penulis jelaskan sebelumnya bahwa rumusan masalah didalam penelitian ini adalah apakah terdapat pengaruh antara *bronout* dengan prokrastinasi akademik pada anak didik panti asuhan di kota Semarang?

C. Tujuan Penelitian

Dibuatnya penelitian ini bertujuan agar dapat mengetahui adanya pengaruh antara *bronout* dan prokrastinasi akademik pada anak didik panti asuhan?

D. Manfaat Penelitian

1. Secara teoritis

Hasil penelitian yang telah dilakukan ini agar dapat bias memberikan wawasan keilmuan khususnya pada bidang psikologi pendidikan tentang tentang pentingnya cara mengatasi *burnout* untuk mengurangi angka prokrastinasi.

2. Secara praktis

Bagi pengurus panti asuhan apabila penelitian ini terbukti maka bisa memberikan informasi tentang cara mengatasi *burnout* supaya tidak terjadi prokrastinasi akademik yang dilakukan. Penelitian Ini diharapkan agar menjadi masukan untuk panti asuhan dalam menata kebijakan kembali agar anak didik tidak merasakan kelelahan sehingga dapat mengurangi prokrastinasi.